

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR BAGAN	x
DAFTAR DIAGRAM	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	11
C. Pembatasan Masalah	11
D. Rumusan Masalah	11
E. Tujuan Penelitian	11
F. Manfaat Penelitian	12
BAB II KAJIAN TEORITIK	13
A. Video.....	13
1. Definisi.....	13
2. Jenis	13
3. Tujuan	14
4. Manfaat.....	14
5. Proses Pengembangan Video	16
B. Behavioral.....	29
1. Sejarah	29
2. Tokoh.....	29

3. Relaksasi Otot Progresif	30
C. Video Tutorial Relaksasi Otot Progresif	37
D. Hasil Penelitian yang Relevan	40
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	42
A. Tujuan Penelitian	42
B. Tempat dan Waktu Penelitian	42
1. Tempat	42
2. Waktu	42
C. Metode Penelitian	43
D. Teknik Pengumpulan Data	45
1. Wawancara	45
2. Angket	46
E. Langkah-langkah Penelitian	46
1. Mengumpulkan informasi dan penelitian	47
2. Perencanaan	48
3. Mengembangkan jenis/ bentuk produk awal	51
4. Uji ahli	51
5. Melakukan revisi pertama pada media	52
F. Teknik Analisis Data	52
1. Analisis data untuk <i>need assessment</i> (asesmen kebutuhan)	52
2. Analisis data uji kelayakan program	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	54
A. Kerangka Model Teoritis	54
1. Penelitian dan pengumpulan informasi	54
2. Perencanaan	63
3. Pengembangan media awal	68
B. Pembahasan	69
C. Hasil Analisis Uji Coba Media	74
1. Hasil uji validitas dari ahli media, ahli bimbingan dan	

konseling, serta guru bimbingan dan konseling.....	74
2. Revisi.....	78
D. Keterbatasan Pengembangan	79
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	80
A. Kesimpulan	80
B. Implikasi.....	81
C. Saran	82
DAFTAR PUSTAKA.....	83