

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Kerangka Model Teoritis

Pada penelitian ini peneliti mengembangkan media video tutorial relaksasi otot progresif bagi peserta didik di SMA Negeri 55 Jakarta dengan menggunakan metode *Research and Development* (R&D) yang dikembangkan oleh Borg dan Gall yang memiliki 10 langkah pengembangan, namun peneliti hanya akan menggunakan lima langkah, yaitu:

1. Penelitian dan Pengumpulan Informasi

Peneliti melakukan pengumpulan informasi melalui studi pendahuluan yang terdiri dari wawancara dan angket sebelum mengembangkan media video tutorial. Wawancara diberikan kepada guru bimbingan dan konseling SMA Negeri 55 Jakarta untuk mengetahui seberapa jauh penanganan pihak sekolah dalam menurunkan kecemasan terhadap tes bagi peserta didik, dan angket diberikan kepada satu kelas 11 yang terdiri dari 33 peserta didik untuk mengetahui pemilihan media yang diinginkan.

Hasil analisis kebutuhan yang telah dilakukan kepada 33 peserta didik yaitu :

a. Lokasi Video Tutorial

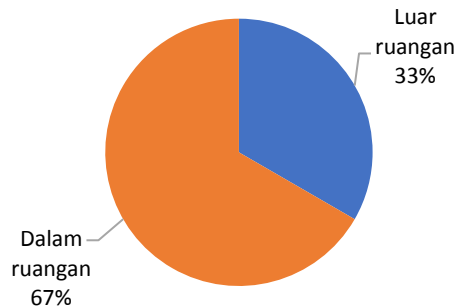


Diagram 4.1 Lokasi Video Tutorial

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan angket diketahui bahwa pemilihan lokasi video tutorial paling banyak adalah di dalam ruangan dengan persentase sebesar 67%. Hal ini sesuai dengan pernyataan yang diungkapkan oleh Bijens dkk bahwa penting untuk mendapatkan gambaran yang jelas tentang lokasi yang mendukung dalam pembuatan video (Bijens dkk, 2006).

b. Usia Model Video Tutorial

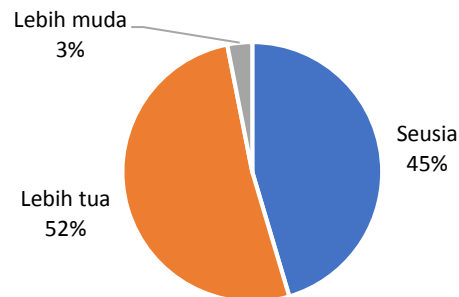


Diagram 4.2 Usia Model Video Tutorial

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa peserta didik paling banyak memilih model video tutorial yang lebih tua yaitu sebesar 52%. Penting untuk melakukan perencanaan secara rinci misalnya lokasi, peralatan serta model yang akan ditampilkan termasuk pemilihan usia model video tutorial (Bijnens dkk, 2006).

c. Jenis Kelamin Model Video Tutorial

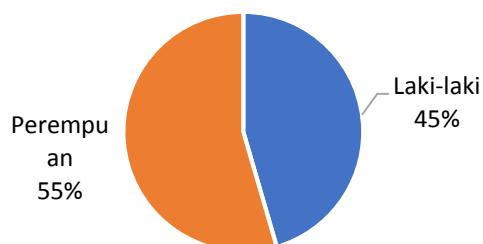


Diagram 4.3 Jenis Kelamin Model Video Tutorial

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa peserta didik paling banyak memilih perempuan sebagai model video tutorial dengan persentase sebesar 55%. Penentuan secara detil model video tutorial termasuk jenis kelamin akan berpengaruh terhadap pandangan yang baik tentang model tersebut (Bijnens dkk, 2006).

d. Jenis Pakaian Model Video Tutorial

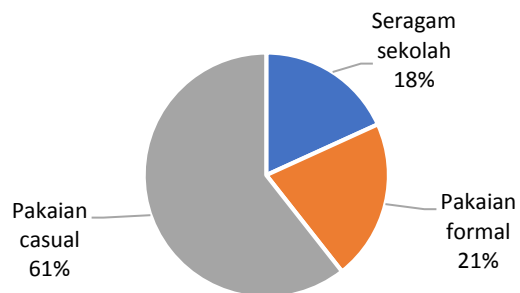


Diagram 4.4 Jenis Pakaian Model Video Tutorial

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa peserta didik paling banyak memilih pakaian *casual* sebesar 61% sebagai jenis pakaian untuk model dalam video tutorial. Pakaian yang dikenakan merupakan hasil diskusi antara peneliti dan model yakni pakaian *casual*.

e. Pengambilan Gambar Video Tutorial

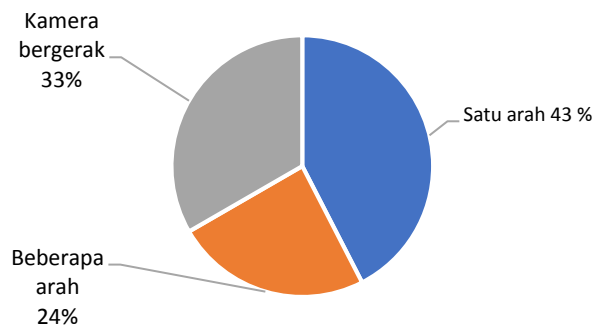


Diagram 4.5 Pengambilan Gambar Video Tutorial

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan diketahui bahwa peserta didik memilih paling banyak pengambilan gambar dilakukan satu arah sebesar 43%. Satu arah membuat video menjadi lebih fokus serta

memungkinkan model melakukan instruksi tutorial dengan nyaman (Bijnens dkk, 2006). Penggunaan kamera satu arah dapat mengoptimalkan pengambilan gambar setiap individu (Millerson & Owens, 2008).

f. Pengulangan Video Tutorial

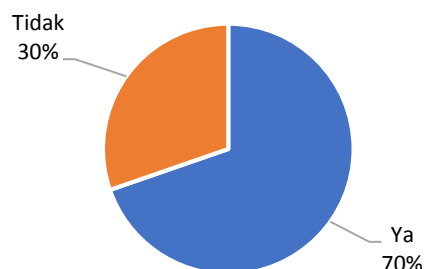


Diagram 4.6 Pengulangan Video Tutorial

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan diketahui bahwa peserta didik paling banyak memilih adanya pengulangan pada setiap tutorial yang dilakukan dalam video tersebut dengan persentase sebesar 70%. Hal ini sesuai dengan yang dinyatakan oleh Bijnens dkk bahwa bagian instruksi yang penting dapat ditekankan dengan mengulangnya (Bijnens dkk, 2006).

g. Durasi Video Tutorial

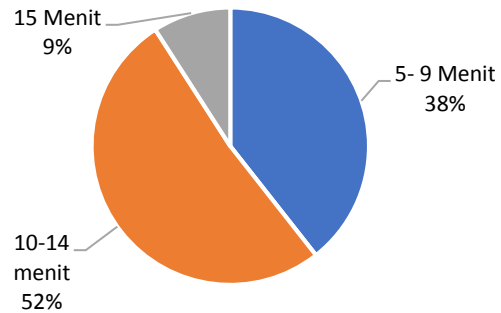


Diagram 4.7 Durasi Video Tutorial

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan diketahui bahwa paling banyak peserta didik memilih waktu 10-14 menit sebagai durasi untuk video tutorial dengan persentase sebesar 52%. Durasi video yang baik menurut Bijns dkk tidak boleh lebih dari 15 menit dan sejalan dengan hasil analisis yang lebih banyak memilih waktu 10-14 menit (Bijns dkk, 2006).

h. *Subtitle* pada Video Tutorial

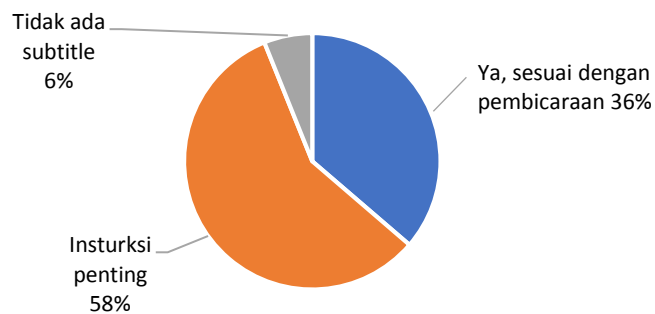


Diagram 4.8 *Subtitle* pada Video Tutorial

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa paling banyak peserta didik memilih instruksi penting sebagai *subtitle* yang digunakan dalam video tutorial sebanyak 58%. Tampilan *subtitle* hanya muncul pada bagian instruksi yang penting dengan ukuran huruf cukup besar dan dapat dibaca dengan jelas.

i. Warna *Subtitle* pada Video Tutorial

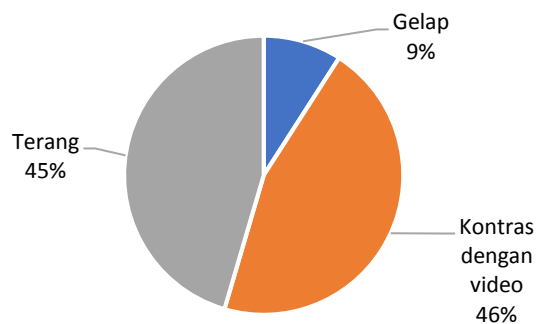


Diagram 4.9 Warna *Subtitle* pada Video Tutorial

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan diketahui bahwa peserta didik paling banyak memilih warna *subtitle* terang pada video tutorial yaitu sebesar 46%. Hal ini sesuai dengan penjelasan oleh Bijmens dkk bahwa teks harus mudah dibedakan dari latar belakang (Bijmens dkk, 2006).

j. Perlunya Latar Suara Video Tutorial

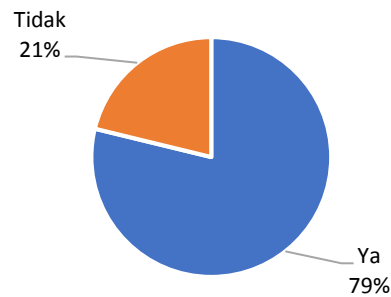


Diagram 4.10 Perlunya Latar Suara Video Tutorial

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan diketahui bahwa peserta didik paling banyak memilih perlunya ada latar suara pada video tutorial yaitu sebesar 79%. Penggunaan latar suara dapat menjadi cara untuk melibatkan audiens dan menciptakan suasana yang tepat untuk video (Bijnens dkk, 2006).

k. Pemilihan Latar Suara Video Tutorial

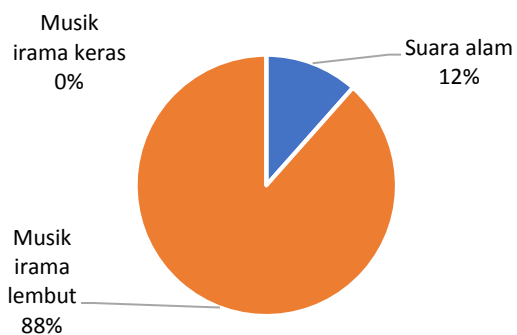


Diagram 4.11 Pemilihan Latar Suara Video Tutorial

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan diketahui bahwa peserta didik paling banyak memilih musik dengan irama lembut atau sebesar 88% sebagai latar suara pada video tutorial. Pada kasus tertentu, audio dapat sangat mengganggu sehingga penting untuk memilih latar suara yang tepat untuk video sehingga menciptakan suasana yang kondusif (Bijnens dkk, 2006).

I. Tampilan Narator Video Tutorial

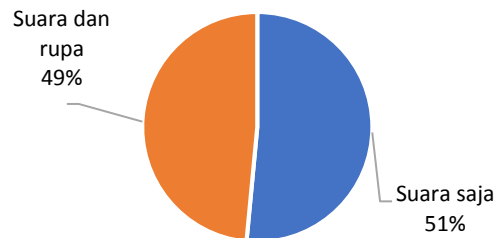


Diagram 4.12 Tampilan Narator Video Tutorial

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan diketahui bahwa peserta didik paling banyak memilih narator hanya menampilkan suara saja pada video tutorial dengan persentase sebesar 51%.

m. Jenis Kelamin Narator Video Tutorial

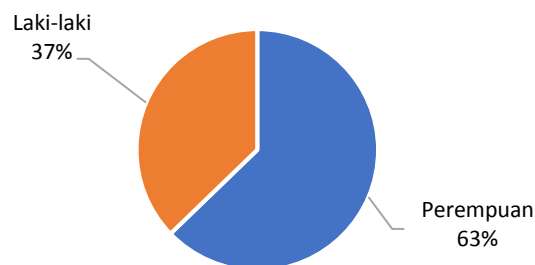


Diagram 4.13 Jenis Kelamin Narator Video Tutorial

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan diketahui bahwa paling banyak peserta didik memilih perempuan sebagai narator pada video tutorial dengan persentase sebesar 63%.

n. Hasil Analisis

Sehingga dapat disimpulkan secara keseluruhan hasil angket adalah video tutorial berdurasi sekitar 10-14 menit yang dilakukan di dalam ruangan dengan model perempuan yang berusia lebih tua dari peserta didik dan menggunakan pakaian *casual*. Sedangkan tampilan narator hanya berupa suara saja dan berjenis kelamin perempuan. Pada video tutorial perlu ada pengulangan di setiap tutorial yang dilakukan dengan pengambilan gambar satu arah. Selain itu diperlukan latar suara pada video tutorial berupa musik dengan irama lembut disertai *subtitle* berwarna kontras dengan video untuk instruksi penting. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Aria Pramudito bahwa tampilan video dengan musik membuat peserta didik lebih termotivasi, pengulangan video dapat memudahkan peserta didik semakin paham (Pramudito, 2013).

2. Perencanaan

Pada tahap perencanaan peneliti akan membuat perencanaan terkait beberapa hal yang harus dilakukan sebelum memulai pembuatan video tutorial. Pertama yaitu merumuskan tentang tujuan ide dan konteks yang akan digunakan sebelum mengubah menjadi skenario.

Tabel 4.1. Perencanaan Ide Pembuatan Video (Bijnens ddk, 2006)

Topik	Latihan relaksasi otot progresif
Tujuan	Hasil video ditujukan pada bimbingan kelompok
Kelompok sasaran	Peserta didik kelas XI
Jenis aktivitas	Video tutorial
Sumber yang berguna	<i>Handbook</i> dan video tutorial latihan relaksasi otot progresif di <i>youtube</i>
Tujuan dan sasaran	Bertujuan untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan

Pemilihan topik mengenai latihan relaksasi otot progresif ditujukan bagi peserta didik kelas XI. Hasil video tutorial relaksasi otot progresif digunakan dalam bimbingan kelompok melalui CD. Sumber yang digunakan dalam perencanaan pembuatan video tutorial berasal dari *handbook* dan video-video tutorial latihan relaksasi otot progresif di *Youtube*.

Hal selanjutnya yang perlu dilakukan adalah menentukan isi. Pembuatan daftar semua elemen penting yang diinginkan dalam video serta menaruh beberapa komentar tentang cara pengambilan gambar yang diinginkan.

Tabel 4.2. Konten Video Tutorial (Bijnens ddk, 2006)

Ide	Ulasan
Perkenalan	Penjelasan melalui kalimat tanpa suara
Latihan relaksasi otot progresif	Suara narator dan terdapat model video tutorial Kamera menyorot seluruh badan model video tutorial
Jeda setelah latihan selesai dan sebelum praktik dilaksanakan	Suara narator dan terdapat model video tutorial
Praktik relaksasi otot progresif	Suara narator dan terdapat model video tutorial Kamera menyorot seluruh badan model video tutorial
Penutup	Suara narator dan terdapat model video tutorial

Pembuatan konten tersebut akan mempermudah proses pembuatan video. Penulisan konten berisikan ide tentang isi video disertai ulasan secara singkat dimulai dari perkenalan tentang penjelasan mengenai video tutorial, latihan relaksasi otot progresif, praktik relaksasi otot progresif yang dilakukan oleh model hingga penutup dalam video tutorial. Setelah menentukan konten selanjutnya yaitu penulisan skenario. Penulisan skenario diperlukan saat syuting sebab pada saat memulai pengambilan gambar sering kali akan muncul banyak gagasan dan visi baru yang dapat ditambahkan pada penulisan skenario.

Tabel 4.3. Penulisan Skenario (Bijnens ddk, 2006)

Tahap	Langkah untuk dilakukan	Sudah dikerjakan X
Ide	Periksa apakah ide tersebut sesuai untuk kelompok sasaran dan tujuan yang telah ditetapkan.	X
	Brainstorming: Tuliskan semua yang terpikirkan	X
Penataan Persiapan	Susun konten yang telah dikumpulkan	X
	Kunjungi lokasi, cari alat peraga dan peralatan, dan buat catatan	X
Penulisan	Berkonsultasi dengan aktor (orang yang akan diwawancarai, para ahli...) dan catatlah.	X
	Letakkan catatan di samping konten yang sudah terstruktur	X
	Bagilah gambar menjadi terperinci	X
	Tentukan untuk setiap lokasi pengambilan gambar, orang yang terlibat, dan teks yang harus diiringi.	X
Skenario	Skenario dalam bentuk garis besar sudah selesai	X
	Skenario disempurnakan	X
Evaluasi	Tunjukkan skenario kepada seseorang yang tidak mengetahui projek tersebut dan periksa apakah semuanya sudah jelas.	X

Penulisan skenario berisikan langkah-langkah detil yang harus dilakukan sebelum memulai pembuatan video tutorial. Hal pertama yang dilakukan yaitu memeriksa ide yang sesuai untuk kelompok sasaran dan tujuan. Kemudian penataan dan persiapan seperti menyusun konten serta mengunjungi lokasi pembuatan video, mencari alat peraga dan peralatan untuk mempermudah pembuatan video merupakan langkah penting sebelum memulai pembuatan video tutorial. Selanjutnya mendiskusikan pembuatan video tutorial dengan model juga diperlukan untuk kelancaran proses syuting. Lalu pembuatan skenario dalam bentuk garis besar dan disempurnakan dengan menunjukkan skenario tersebut pada seseorang untuk diperiksa kejelasannya.

Setelah penulisan skenario lalu berfokus pada pengambilan gambar. Perencanaan pengambilan gambar yang jelas membuat waktu lebih efisien. Rencana pengambilan gambar berfungsi sebagai pedoman untuk menunjukkan dengan pasti yang perlu direkam dan yang tidak perlu direkam. Peralatan untuk pengambilan gambar dan suara yang digunakan *smartphone*, tripod, dan kamera.

Tahap 4.4. Pengambilan Gambar (Bijnens ddk, 2006)

Shot 1 : pembuka	Layar hitam	Tidak ada orang	Hari 1
Shot 2 : latihan	Ruangan	Model	Hari 1
Shot 3 : latihan <i>close up</i>	Ruangan	Model	Hari 1
Shot 4 : latihan <i>close up</i>	Ruangan	Model	Hari 1
Shot 5 : praktik	Ruangan	Model	Hari 1
Shot 6 : penutup	Ruangan	Model	Hari 1

Perencanaan pengambilan gambar dilakukan sebanyak 6 kali. Mulai dari pembukaan yang hanya akan menampilkan layar hitam tanpa model lalu latihan relaksasi otot progresif akan menampilkan seluruh tubuh model di dalam ruangan. Setelah latihan maka dilanjutkan dengan praktik relaksasi otot progresif lalu diakhiri dengan penutupan yang menampilkan model.

Setelah pembuatan ide, menentukan konten, menulis tinjauan skenario serta merencanakan pengambilan gambar maka perencanaan pembuatan video tutorial telah secara tepat dilakukan. Tahap selanjutnya yang akan dilakukan adalah pengembangan video tutorial.

3. Pengembangan Media Awal

Pengembangan media awal terdiri dari dua tahap yaitu pembuatan video dan pengeditan. Pembuatan video dilakukan sesuai dengan rumusan ide, ketentuan konten, dan skenario yang telah dibuat sesuai dengan tahap perencanaan.

Berdasarkan hasil asesmen kebutuhan pada peserta didik, maka video tutorial yang dibuat yaitu berdurasi 24 menit 10 detik yang terdiri dari pembukaan, 7 menit tutorial latihan relaksasi otot progresif, 17 menit penerapan latihan relaksasi otot progresif, serta penutupan. Pengambilan gambar dilakukan di dalam ruangan dengan model perempuan yang berusia lebih tua dari peserta didik dan menggunakan pakaian *casual*. Sedangkan tampilan narator hanya berupa suara saja dan berjenis kelamin perempuan. Pada video tutorial terdapat pengulangan 3 kali di setiap tutorial pada bagian praktik relaksasi otot progresif yang dilakukan dengan pengambilan gambar satu arah. Selain itu terdapat latar suara pada video tutorial berupa musik dengan irama lembut disertai *subtitle* berwarna kontras dengan video untuk instruksi penting.

Peralatan yang digunakan untuk pengambilan gambar yaitu *smartphone*, tripod, kamera. Perekaman suara dilakukan melalui *smartphone*. Pengambilan gambar dilakukan dua hari yaitu hari pertama untuk latihan relaksasi otot progresif dan hari kedua untuk praktik relaksasi otot progresif.

Pembuatan video dilakukan sesuai dengan susunan konten yang dimulai dari pembukaan, lalu perkenalan dengan penjelasan berupa kalimat tanpa suara narator tetapi terdapat latar suara. Selanjutnya berisi latihan relaksasi otot progresif berdurasi 7 menit yang menampilkan keseluruhan badan model dan suara narator. Setelah latihan relaksasi otot progresif terdapat jeda sebelum dilaksanakan praktik relaksasi otot progresif. Lalu dilanjutkan dengan praktik relaksasi otot progresif berdurasi 17 menit dengan pengulangan 3 kali pada setiap tahapan yang juga menampilkan keseluruhan badan model dan suara narator. Penutupan dilakukan setelah selesai praktik relaksasi otot progresif yang menampilkan suara narator dan model.

Pengeditan gambar dan suara sehingga menghasilkan video tutorial menggunakan aplikasi *Sony Vegas Pro 13* dan *Adobe Premiere Pro CC 17* dengan total durasi video 24 menit 10 detik yang terdiri dari pembukaan, 7 menit tutorial latihan relaksasi otot progresif, 17 menit penerapan latihan relaksasi otot progresif, serta penutupan.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan media video tutorial relaksasi otot progresif bagi peserta didik di SMA Negeri 55 Jakarta. Video tutorial relaksasi otot progresif tersebut dapat membantu memudahkan

peserta didik untuk memahami penggunaan relaksasi otot progresif yang dapat berfungsi seperti menurunkan kecemasan dan stres.

Dalam mengembangkan media video tutorial relaksasi otot progresif dilakukan langkah-langkah pengembangan berdasarkan Borg & Gall. Langkah pertama yang dilakukan yaitu penelitian dan pengumpulan informasi melalui studi pendahuluan pada peserta didik serta guru BK mengenai kebutuhan dan keinginan media bagi peserta didik. Pada hasil studi pendahuluan didapatkan hasil bahwa peserta didik menginginkan video tutorial sebagai media yang membantu peserta didik. Serta berdasarkan hasil analisis 10 video tutorial relaksasi otot progresif, pengembangan media video tutorial relaksasi otot progresif yang akan dibuat oleh peneliti menggabungkan beberapa kelebihan pada 10 video tersebut seperti durasi yang tidak terlalu lama, adanya latar suara, model video tutorial, suara narator, tidak banyak menggunakan pengambilan sudut gambar, adanya *subtitle*. Sehingga video tutorial relaksasi otot progresif yang akan dibuat oleh peneliti menghasilkan media yang mudah untuk digunakan. Selain itu, sasaran peneliti berfokus pada peserta didik karena berdasarkan hasil analisis 10 video tutorial menunjukkan sasaran 10 video di atas tidak berfokus pada peserta didik.

Serta berdasarkan hasil analisis studi kebutuhan peserta didik mengenai isi video adalah video tutorial berdurasi sekitar 10-14 menit yang

dilakukan di dalam ruangan dengan model perempuan yang berusia lebih tua dari peserta didik dan menggunakan pakaian *casual*. Sedangkan tampilan narator hanya berupa suara saja dan berjenis kelamin perempuan. Pada video tutorial perlu ada pengulangan di setiap tutorial yang dilakukan dengan pengambilan gambar satu arah. Selain itu diperlukan latar suara pada video tutorial berupa musik dengan irama lembut disertai *subtitle* berwarna kontras dengan video untuk instruksi penting. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Aria Pramudito bahwa tampilan video dengan musik membuat peserta didik lebih termotivasi, pengulangan video dapat memudahkan peserta didik semakin paham (Pramudito, 2013).

Langkah selanjutnya melakukan perencanaan. Perencanaan video tutorial relaksasi otot progresif berisikan mengenai hal yang dilakukan sebelum memulai pembuatan video tutorial. Mulai dari merumuskan tujuan ide dan konteks yang akan digunakan. Penentuan topik mengenai relaksasi otot progresif beserta kelompok sasaran yang dituju yaitu peserta didik kelas XI SMA Negeri 55 Jakarta. Hasil video yang akan ditujukan pada bimbingan kelompok. Kemudian dilakukan penulisan konten berisikan ide tentang isi video disertai ulasan secara singkat dimulai dari pengenalan tentang penjelasan mengenai video tutorial, latihan relaksasi otot progresif, praktik relaksasi otot progresif yang dilakukan oleh model

hingga penutup dalam video tutorial. Setelah menentukan konten selanjutnya yaitu penulisan skenario. Penulisan skenario berisikan langkah-langkah detil yang harus dilakukan sebelum memulai pembuatan video tutorial. Hal pertama yang dilakukan yaitu memeriksa ide yang sesuai untuk kelompok sasaran dan tujuan. Kemudian penataan dan persiapan seperti menyusun konten serta mengunjungi lokasi pembuatan video, mencari alat peraga dan peralatan untuk mempermudah pembuatan video merupakan langkah penting sebelum memulai pembuatan video tutorial.

Setelah penulisan skenario kemudian melakukan rencana pengambilan gambar. Rencana pengambilan gambar berfungsi sebagai pedoman untuk menunjukkan dengan pasti yang perlu direkam dan yang tidak perlu direkam. Peralatan untuk pengambilan gambar dan suara yang digunakan *smartphone*, tripod, dan kamera. Perencanaan pengambilan gambar dilakukan sebanyak 6 kali. Mulai dari pembukaan yang hanya akan menampilkan layar hitam tanpa model lalu latihan relaksasi otot progresif akan menampilkan seluruh tubuh model di dalam ruangan. Setelah latihan maka dilanjutkan dengan praktik relaksasi otot progresif lalu diakhiri dengan penutupan yang menampilkan model.

Selanjutnya adalah pembuatan video serta proses pengeditan. Berdasarkan hasil asesmen kebutuhan pada peserta didik, maka video tutorial yang dibuat yaitu berdurasi 24 menit 10 detik yang terdiri dari

pembukaan, 7 menit tutorial latihan relaksasi otot progresif, 17 menit penerapan latihan relaksasi otot progresif, serta penutupan. Pengambilan gambar dilakukan di dalam ruangan dengan model perempuan yang berusia lebih tua dari peserta didik dan menggunakan pakaian *casual*. Sedangkan tampilan narator hanya berupa suara saja dan berjenis kelamin perempuan. Pada video tutorial terdapat pengulangan 3 kali di setiap tutorial pada bagian praktik relaksasi otot progresif yang dilakukan dengan pengambilan gambar satu arah. Selain itu terdapat latar suara pada video tutorial berupa musik dengan irama lembut disertai *subtitle* berwarna kontras dengan video untuk instruksi penting.

Pembuatan video dilakukan sesuai dengan susunan konten yang dimulai dari pembukaan, lalu perkenalan dengan penjelasan berupa kalimat tanpa suara narator tetapi terdapat latar suara. Selanjutnya berisi latihan relaksasi otot progresif berdurasi 7 menit yang menampilkan keseluruhan badan model dan suara narator. Setelah latihan relaksasi otot progresif terdapat jeda sebelum dilaksanakan praktik relaksasi otot progresif. Lalu dilanjutkan dengan praktik relaksasi otot progresif berdurasi 17 menit dengan pengulangan 3 kali pada setiap tahapan yang juga menampilkan keseluruhan badan model dan suara narator. Penutupan dilakukan setelah selesai praktik relaksasi otot progresif yang menampilkan suara narator dan model.

Pengeditan gambar dan suara sehingga menghasilkan video tutorial menggunakan aplikasi *Sony Vegas Pro 13* dan *Adobe Premiere Pro CC 17* dengan total durasi video 24 menit 10 detik yang terdiri dari pembukaan, 7 menit tutorial latihan relaksasi otot progresif, 17 menit penerapan latihan relaksasi otot progresif, serta penutupan

Pengembangan media video tutorial relaksasi otot progresif hadir menjadi sesuatu yang baru di dalam bidang bimbingan dan konseling. Belum adanya media video tutorial untuk membantu peserta didik memahami relaksasi otot progresif jadi kelebihan pada penelitian tersebut. Selain itu juga, minimnya relaksasi otot progresif yang ditujukan bagi peserta didik juga menjadi kelebihan pengembangan media penelitian tersebut. Selama ini kelompok sasaran relaksasi otot progresif adalah pasien rumah sakit, mahasiswa, para pekerja, serta orang dewasa lainnya.

C. Hasil Analisis Uji Coba Media

1. Hasil Uji Validitas dari Ahli Media, Ahli Bimbingan dan Konseling, serta Guru Bimbingan dan Konseling

a. Ahli Media

Ahli media untuk uji validitas video tutorial yaitu dosen Teknologi Pendidikan Universitas Negeri Jakarta Cecep Kustandi, M.Pd. Pemilihan dosen tersebut sebagai penguji video tutorial karena memiliki

kompetensi yang baik pada bidang media. Hasil uji validitas adalah sebagai berikut :

Tabel 4.5
Hasil Validitas Ahli Media

No.	Aspek	Skor	Persentase	Hasil
1.	Tutorial	12		
2.	Kualitas Media	11		
3.	Susunan Media	6		
4.	Pengambilan Gambar	2		
5.	Lokasi	3		
6.	Durasi	2	76,2%	Sangat
7.	Model	7		Sesuai
8.	Penggunaan Bahasa	8		
9.	Suara	7		
10.	<i>Subtitle</i>	7		
	Jumlah	64		

Berdasarkan hasil uji validitas pada video tutorial, ahli media memberikan nilai persentase sebesar 76,2% dan nilai tersebut masuk dalam kategori sangat sesuai. Saran yang diberikan secara keseluruhan adalah pembukaan video, tujuan belajar serta sasaran penonton harus ditambahkan.

Komentar per aspek:

1) Tutorial

Perlu untuk menambahkan keterangan yang memperjelas gerakan.

2) Kualitas Media

Kualitas video dan kejelasan visual video sangat rendah.

3) Susunan Media

Perlu mempertimbangkan komposisi.

4) Pengambilan Gambar

Resolusi video tutorial pada bagian kedua sangat rendah.

5) Lokasi

Pengaturan lokasi sebaiknya ditata dengan baik.

6) Durasi

Durasi video terlalu panjang.

7) Model

Pakaian model perlu diperhatikan kembali. Baju pada bagian tangan terlihat sangat panjang.

8) Suara

Suara narator tidak konsisten pada beberapa bagian.

b. Ahli Bimbingan dan Konseling

Ahli bimbingan dan konseling untuk uji validitas yaitu dosen Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta Wening Cahyaningrum, M.Pd. Pemilihan dosen tersebut sebagai penguji video tutorial karena memiliki kompetensi yang baik pada bidang bimbingan dan konseling. Hasil uji validitas adalah sebagai berikut:

Tabel 4.6
Hasil Validitas Ahli Bimbingan dan Konseling

No.	Aspek	Skor	Persentase	Hasil
1.	Tutorial	15		
2.	Kualitas Media	14		
3.	Susunan Media	6		
4.	Pengambilan Gambar	6		
5.	Lokasi	3		
6.	Durasi	3	88,1%	Sangat Sesuai
7.	Model	6		
8.	Penggunaan Bahasa	7		
9.	Suara	6		
10.	<i>Subtitle</i>	8		
	Jumlah	74		

Berdasarkan hasil uji validitas video tutorial, ahli bimbingan dan konseling memberikan nilai persentase sebesar 88,1% dan nilai tersebut masuk ke dalam kategori sangat sesuai. Saran yang diberikan kepada peneliti secara keseluruhan adalah pengambilan video yang gelap perlu diperbaiki.

c. Guru Bimbingan dan Konseling

Hasil dari uji validitas pada satu guru bimbingan dan konseling yaitu guru bimbingan dan konseling SMA Negeri 55 Jakarta Rustika, S.Pd. Pemilihan guru tersebut sebagai penguji video tutorial karena memiliki kompetensi yang baik pada bidang bimbingan dan konseling serta merupakan pihak yang berhubungan langsung dengan penggunaan video tutorial tersebut. Hasil uji validitas adalah sebagai berikut:

Tabel 4.7
Hasil Validitas Guru Bimbingan dan Konseling

No.	Aspek	Skor	Persentase	Hasil
1.	Tutorial	16		
2.	Kualitas Media	15		
3.	Susunan Media	6		
4.	Pengambilan Gambar	6		
5.	Lokasi	4		
6.	Durasi	3	94,1%	Sangat Sesuai
7.	Model	6		
8.	Penggunaan Bahasa	8		
9.	Suara	7		
10.	<i>Subtitle</i>	8		
	Jumlah	79		

Berdasarkan hasil uji validitas video tutorial, guru bimbingan dan konseling memberikan nilai persentase sebesar 94,1% dan nilai tersebut masuk ke dalam kategori sangat sesuai.

2. Revisi

Berdasarkan saran dari para validator maka perbaikan video tutorial latihan relaksasi otot progresif untuk menurunkan kecemasan terhadap tes adalah sebagai berikut :

a. Tutorial

Peneliti telah menambahkan tujuan sasaran serta menambahkan keterangan di awal video tutorial. Penambahan tersebut berupa tulisan pada layar ditambah latar suara tetapi tanpa suara narator.

b. Kualitas Media

Peneliti telah melakukan pengeditan kembali sehingga kualitas video tutorial menjadi lebih baik. Peningkatan kualitas video tutorial menjadi 720p (1280 x 720 *progressive scan*).

c. Suara

Peneliti telah memperbaiki suara sehingga dapat terdengar jelas pada keseluruhan video tutorial. Suara dapat terdengar lebih jelas dengan meningkatkan volume suara narator dan menurunkan volume latar suara.

D. Keterbatasan Pengembangan

Pada pengembangan video tutorial, peneliti menemukan hambatan dan keterbatasan selama pengembangan media, yaitu:

1. Peneliti hanya melakukan pengembangan video tutorial sampai tahap lima dari sepuluh tahapan Borg & Gall sehingga butuh dikembangkan lebih lanjut agar video tutorial dapat diuji dengan sempurna.
2. Hasil video tutorial memiliki kekurangan dalam segi pengambilan gambar yang kurang fokus, proses tahapan yang kurang jelas, serta model video tutorial yang masih kaku.
3. Pengembangan video tutorial dibuat sesuai dengan kebutuhan di SMA Negeri 55 Jakarta sehingga mungkin tidak sesuai dengan sekolah lain.