

THE DEVELOPMENT OF THERAPY MODULE OF THE AL-QUR'AN SURAH AL-INSYIRAH VERSES 1-8 TO REDUCE THE STRESS LEVEL OF STUDENTS AT DARUL HIKMAH ISLAMIC BOARDING SCHOOL PEKANBARU

Rizki Indah Lestari¹, Zulfan Saam², Roby Maiva Putra³

Email: rizkiindah34@gmail.com , zulfan_saam@gmail.com, robymaivaputra@lecturer.unri.ac.id
No. Telp 085156413152

*Guidance and Counseling Study Program
Faculty of Teacher Training and Education
Riau University*

Abstract : *This study determines to develop a therapy module of Al-Qur'an Surah Al-Insyirah Verses 1-8 to reduce the students' stress levels. The type of this study is Research and Development (R&D) level 1 as the lowest level of development by conducting research but not continuing with field testing. In developing a better module, this research carried out a validation test for two areas of expertise, which are material experts and interpreters. The data collection techniques in this study used interviews and validation questionnaires. The result of this research is that the compiled module of Al-Qur'an Surah Al-Insyirah Verse 1-8 therapy to reduce the stress level of students divided into five guidance activities with a total reading duration of $\pm$ 40 minutes. The result of the module validation test as a whole based on the material and interpretation aspects shows that the assessment obtained an average value of 84.4% declared "Eligible" to be tested as a learning media.*

Key Words: *Module, Therapy of the Qur'an Surah Al-Insyirah, Reducing Stress Levels*

PENGEMBANGAN MODUL TERAPI AL-QUR'AN SURAT AL-INSYIRAH AYAT 1-8 UNTUK MENURUNKAN TINGKAT STRES SANTRI PONDOK PESANTREN DARUL HIKMAH PEKANBARU

Rizki Indah Lestari¹, Zulfan Saam², Roby Maiva Putra³

Email: rizkiindah34@gmail.com , zulfan_saam@gmail.com, robymaivaputra@lecturer.unri.ac.id

No. Telp 085156413152

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah Ayat 1-8 untuk menurunkan tingkat stres santri. Jenis penelitian yang digunakan adalah *Research and Development (R&D)* level 1 pengembangan yang paling rendah posisinya yaitu melakukan penelitian tetapi tidak dilanjutkan dengan melakukan pengujian lapangan.. Untuk menyusun modul yang lebih baik, pada penelitian ini melakukan uji validasi 2 bidang keahlian yaitu, ahli materi dan ahli tafsir. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan angket validasi. Hasil dari penelitian ini yaitu telah tersusun modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah Ayat 1-8 untuk menurunkan tingkat stres santri yang terbagi kedalam 5 kegiatan bimbingan dengan total durasi baca selama ± 40 menit. Hasil dari uji validasi modul secara keseluruhan berdasarkan aspek materi dan tafsir menunjukkan bahwa penilaian memperoleh nilai rata-rata 84.4% dinyatakan "Layak" diuji coba sebagai media pembelajaran.

Kata Kunci: Modul, Terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah, Menurunkan Tingkat Stres

PENDAHULUAN

Di Indonesia terdapat banyak sekali kasus yang terjadi yang diakibatkan dari ketidakmampuan peserta didik dalam mengelola stres yang mereka rasakan yang berakhir pada hal-hal yang tidak diinginkan seperti tindakan bunuh diri. Beberapa kasus yang terjadi yaitu: pada 28 April 2010, Wahyuningsih (19), siswi sebuah SMKN di Muaro Jambi tewas bunuh diri dengan cara menelan racun jamur tanaman. Ironisnya dia adalah peraih nilai UN tertinggi di sekolahnya untuk mata pelajaran Bahasa Indonesia. Tetapi, ketika mengetahui dia gagal diujian Matematika, siswi itu syok, kemudian memutuskan bunuh diri (kompasiana.com, 2014). Pada 24 Mei 2013, seorang siswi SMA nekat bunuh diri dengan terjun ke Sungai Cisadane, Kota Tangerang, Banten. Diduga kuat karena dia tidak lulus UN (kompasiana.com, 2014). Pada tahun 2012 komisi nasional perlindungan anak, melaporkan bahwasanya menerima rata-rata 200 laporan kasus anak yang mengalami stres disetiap bulan, sepanjang tahun 2011, meningkat 98% dari tahun sebelumnya (Antarnews, 2011). Laporan komisi nasional perlindungan anak tersebut turut mengindikasikan terdapat peningkatan gangguan stres pada anak di Indonesia.

Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan di Indonesia yang menyiarkan tentang dakwah Islam untuk membentuk perilaku islami pada masyarakat, dimana pengasuh ataupun peserta didik tinggal dalam satu lokasi pemukiman dengan didukung oleh bangunan utama yang meliputi: rumah pengasuh, masjid, tempat belajar, serta asrama. Melalui proses pendidikan didalam pesantren ini, diharapkan terwujudnya pribadi-pribadi islami yang tidak hanya memiliki kecerdasan secara intelektual, namun pribadi yang juga memiliki akhlak mulia, beriman, inovatif dan kreatif sehingga dikemudian hari dapat menyebarkan nilai-nilai Islam kepada keluarganya, lingkungan sekitar serta seluruh umat manusia (Inayah & Fatimaningsih, 2013). Setiap pondok pesantren memiliki aturan masing-masing yang diterapkan untuk para santrinya. Namun dengan beragamnya peraturan yang ditetapkan, mayoritas pondok pasti memiliki jadwal kegiatan yang padat dari bangun tidur hingga menjelang tidur kembali. Di seluruh wilayah Indonesia tersebar pondok-pondok pesantren modern, termasuk wilayah Provinsi Riau. Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Riau pada tahun 2013 terdapat 183 pondok pesantren.

Pondok Pesantren MA Darul Hikmah Pekanbaru memiliki 2 perbedaan jenis santri, yang pertama yaitu santri lanjutan dan santri baru. Santri lanjutan yaitu santri yang berasal dari Pondok Pesantren MTs Darul Hikmah Pekanbaru. Sedangkan santri baru yaitu santri yang bukan berasal dari pendidikan yang didasari Agama Islam. Artinya santri baru merupakan santri yang menjalani pendidikan disekolah umum (SMP negeri ataupun SMP swasta). Santri lanjutan memiliki kemampuan lebih baik dalam beradaptasi di Pondok Pesantren Darul Hikmah karena sudah terbiasa dengan peraturan ketat yang dilaksanakan di pondok pesantren, sedangkan santri baru merasa kesulitan dalam beradaptasi dengan segala peraturan yang sebelumnya belum pernah mereka dapatkan disekolah umum yang mereka jajahi.

Selain harus mengikuti kegiatan pembelajaran umum dan juga agama, hampir seluruh kegiatan mereka sehari-hari diatur oleh sejumlah peraturan, baik dari sekolah maupun asramanya. Kondisi juga mewajibkan mereka mengikuti kegiatan-kegiatan asrama, misalnya pendidikan keagamaan yang juga diberikan saat di asrama (hafalan Al-Qur'an, muhadhoroh, membaca kitab, dll). Biasanya para santri memiliki jadwal kegiatan yang sangat padat dibandingkan dengan siswa sekolah pada umumnya

Setelah melakukan wawancara dengan guru BK Pondok Pesantren MA Darul Hikmah Pekanbaru, dapat diketahui bahwa belum tersedianya modul terapi Al-Qur'an. Maka dari itu berdasarkan fakta dan fenomena diatas, diperlukan modul tentang terapi Al-Quran yang mana tujuannya agar mereka mendapatkan informasi yang tepat sehingga mampu mengelola stres dalam dirinya dan dapat menjalani kehidupan yang lebih menyenangkan didalam suasana pondok pesantren.

Peneliti menggunakan modul dalam penelitian ini karena modul merupakan salah satu cara untuk menumbuhkan minat siswa untuk lebih memahami tentang stres dalam dirinya. Di dalam modul juga memuat rangkaian kegiatan pelaksanaan bimbingan secara sistematis, juga terdapat tujuan bimbingan yang dirumuskan secara spesifik (khusus dan jelas) sehingga siswa dapat belajar secara sistematis dan jelas arah pembelajarannya. Selain itu tampilan gambar dalam sebuah modul dapat menarik perhatian siswa dan mempermudah siswa dalam memahami isi materi dalam modul. Siswa juga dapat belajar mandiri meskipun tidak disampaikan secara langsung oleh narasumber atau guru. Modul dapat membuat siswa belajar secara mandiri, tetapi guru BK tetap harus membimbing siswa dalam memahami isi materi yang ada dalam modul tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, maka dilakukan penelitian dengan judul **“Pengembangan Modul Terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah Ayat 1-8 Untuk Menurunkan Tingkat Stres pada Santri Pondok Pesantren Darul Hikmah Pekanbaru”**.

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah: (1) Untuk mengetahui prosedur pengembangan dari modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah ayat 1-8 untuk menurunkan tingkat stres santri dan (2) Untuk mengetahui terujinya kelayakan modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah ayat 1-8 untuk menurunkan tingkat stres santri

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam pengembangan modul ini adalah metode penelitian dan pengembangan atau *Research and Development* (R&D). metode penelitian dan pengembangan adalah metode yang digunakan untuk menghasilkan produk yang dibuat berupa bahan ajar untuk menurunkan tingkat stres. Atau dapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk meneliti, merancang, memproduksi dan menguji validitas produk yang telah dihasilkan (Sugiyono, 2019).

Adapun langkah-langkah penelitian dan pengembangan meneliti tanpa menguji terdiri dari: 1) Potensi dan masalah, 2) Pengumpulan informasi dan studi literatur, 3) Desain produk, 4) Validasi desain, 5) Desain teruji.

Dalam penyusunan materi modul mengambil beberapa sumber yaitu dari buku dan jurnal. Melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing 1 dan 2 dalam penyusunan modul, meminta saran serta masukan mengenai isi modul terapi Al-Qur'an. Pada penelitian ini untuk mengetahui layaknya modul terapi Al-Qur'an ini maka modul divalidasi oleh pakar yang ahli yaitu empat orang ahli materi yang terdiri dari dua orang dosen Bimbingan Konseling dan dua orang guru Bimbingan Konseling serta dua orang ahli tafsir.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dilakukan terhadap data yang diperoleh dari angket validasi materi dan tafsir. Hasil analisis digunakan untuk mengetahui kualitas media pembelajaran yang dikembangkan. Sedangkan berikut langkah-langkah menganalisis data :

1. Analisis Deskriptif Kualitatif

Teknik analisis data kualitatif diperoleh dari saran dan masukan validator yang dipaparkan apa adanya sebagai bahan pertimbangan untuk direvisi dan penyempurnaan modul.

2. Analisis Deskriptif Kuantitatif

Pengolahan data dengan deskriptif kuantitatif digunakan untuk mengetahui kelayakan dari produk modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah ayat 1-8 untuk menurunkan tingkat stres yang dikembangkan. Data deskriptif kuantitatif diperoleh dari :

a. Angket Validasi

Angket validasi diberikan kepada para ahli atau validator. Jawaban angket untuk para ahli menggunakan skala likert, variabel yang diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Skala likert yang digunakan terdiri dari skor 1-4. Setelah angket tervalidasi oleh validator, kemudian angket tersebut dianalisis dan dipersentasekan. Menurut Sugiyono (2015) adapun kualifikasi skor dalam skala likert dijelaskan pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1 Kualifikasi Penilaian Pada Skala likert

No	Kualifikasi	Skor
1	Sangat Baik	4
2	Baik	3
3	Cukup Baik	2
4	Kurang Baik	1

(Sumber: Sugiyono 2015)

Perolehan data hasil penilaian validator dianalisis dengan rumus di bawah ini (Sugiyono, 2015):

$$\text{Persentase Skor} = \frac{\text{Jumlah Skor Penilaian}}{\text{Skor Penilaian Maksimal}} \times 100\%$$

Persentase skor yang diperoleh kemudian dikonversikan menjadi data kualitatif seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 2 Interpretasi Skor Angket Validasi

No	Tingkat Pencapaian	Kategori
1	81% - 100%	Sangat layak
2	61% - 80%	Layak
3	41% - 60%	Kurang Layak
4	21% - 40%	Tidak Layak
5	< 20%	Sangat Tidak Layak

(Sumber: Arikunto, 2013)

Jika hasil validasi secara keseluruhan menunjukkan persentase kurang dari 60% maka produk tersebut dinyatakan kurang layak untuk digunakan pada proses pembelajaran. Sebaliknya, jika hasil validasi produk menunjukkan persentase lebih dari 60% maka produk tersebut mendapatkan tanggapan positif dari validator serta dapat dinyatakan layak untuk digunakan sebagai pendukung pembelajaran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah divalidasi melalui penilaian oleh ahli materi dan ahli tafsir selanjutnya yaitu peneliti melakukan revisi terhadap modul yang dikembangkan berdasarkan masukan yang diberikan oleh para ahli materi dan ahli tafsir yang berguna untuk menyempurnakan modul ini.

1. Revisi berdasarkan saran dari ahli materi

Revisi modul dilakukan berdasarkan hasil saran dan masukan oleh ahli materi. Adapun hal-hal yang direvisi pada modul ini sebagai berikut:

Tabel 3 Tabel Revisi Ahli Materi

No	Uji Coba	Bagian yang direvisi	Bagian yang telah direvisi
1.	Ahli Materi	Belum sesuai sistematika penulisan modul	Sistematika standar penulisan modul sudah disesuaikan
		Manajemen waktu kurang efektif	Manajemen waktu sudah diperbaiki dan ditambahkan
		Daftar isi tidak sama dengan halaman yang tertera	Daftar isi dan nomor halaman sudah diperbaiki dan disesuaikan
2.		Diperlukan gambar yang lebih menarik yang ditujukan untuk sekolah islam	Gambar yang diperlukan agar modul lebih menarik telah ditambahkan
3.		Perlu diperbaiki penulisan yang salah didalam modul	Penulisan yang salah telah diperbaiki
4		Perlu ditambahkan gambar-gambar dengan nuansa islami	Gambar dengan nuansa islami sudah ditambahkan

2. Revisi berdasarkan saran dari ahli tafsir

Revisi modul dilakukan berdasarkan hasil saran dan masukan oleh ahli tafsir. Adapun hal-hal yang direvisi pada modul ini sebagai berikut:

Tabel 4. Tabel Revisi Ahli Tafsir

No	Uji Coba	Bagian yang direvisi	Bagian yang telah direvisi
1.	Ahli Tafsir	Ditambahkan mufrodat atau arti perkata Surat Al-Insyirah	Sudah ditambahkan mufrodat Surat Al-Insyirah dalam Modul
2.		Ditambahkan referensi Tafsir Ibnu Katsir atau Al-Azhar	Sudah ditambahkan Tafsir Ibnu Katsir

Hasil Uji Kelayakan Modul Oleh Para Ahli

Berikut ini validator atau para ahli yang berkompeten dibidangnya, yang akan menilai modul terapi Al-Qur'an diantaranya :

- Empat orang ahli materi (Dosen BK dan Guru BK)
- Dua orang ahli tafsir (Guru Ilmu Tafsir MA Pondok Pesantren Darul Hikmah Pekanbaru)

Hasil validasi yang sudah ditelaah oleh para pakar atau ahli materi dan ahli tafsir digunakan untuk merevisi modul terapi Al-Qur'an. Revisi dilakukan untuk memperbaiki modul sehingga layak digunakan berdasarkan masukan yang telah diperoleh dari angket validasi

1) Validasi Materi

Data hasil validasi ahli materi dapat diperoleh dari hasil angket validasi kepada ahli materi yang dilakukan dari 4 orang ahli. Angket validasi untuk melakukan validasi materi ini terdiri dari 22 pernyataan dengan rentang skor 1-4 skor penilaian yang telah diperoleh melalui angket validasi kemudian dipersentasekan. Hasil persentase skor kemudian dikonversikan menjadi data kualitatif. Data hasil validasi materi disajikan pada tabel dibawah ini :

Tabel 5. Data Hasil Uji Validasi Oleh Ahli Materi

Aspek Penilaian	Skor Ahli				Rata rata	Kategori
	1	2	3	4		
Fisik/Tampilan	75.00	75.00	81.20	93.75	81.20%	Sangat layak
Pendahuluan	75.00	83,33	91.60	83.50	83.33%	Sangat layak
Isi	50.00	75.00	87.50	81,20	73.40%	Layak
Rangkuman	50.00	100	100	100	87.50%	Sangat layak
Evaluasi	75.00	75.00	83.33	100	83.33%	Sangat layak
Pemanfaatan	66,66	79,10	87.50	83,33	79,10%	Layak
Skor total					81.33%	Sangat Layak

Penilaian modul oleh 4 ahli materi terbagi menjadi enam aspek. Hasil penilaian masing masing aspek mendapatkan rata-rata persentase yang berbeda. Pada aspek fisik/tampilan modul memperoleh nilai rata-rata 81.20%, yang termasuk dalam kategori sangat layak. Aspek pendahuluan modul memperoleh nilai rata-rata 83.33%, yang termasuk dalam kategori sangat layak. Aspek isi materi modul memperoleh nilai rata-rata 73.40%, yang termasuk dalam kategori layak. Aspek rangkuman modul memperoleh nilai rata-rata 87.50%, yang termasuk dalam kategori sangat layak. Aspek evaluasi modul memperoleh nilai rata-rata 83.33%, yang termasuk dalam kategori sangat layak. Aspek pemanfaatan modul memperoleh nilai rata-rata 79.10%, yang termasuk dalam kategori layak.

Hasil penilaian oleh 4 ahli materi secara keseluruhan memperoleh persentase total sebesar 81.33%. Berdasarkan tabel interpretasi skor angket validasi, maka modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah ayat 1-8 untuk menurunkan tingkat stres dinyatakan sangat layak digunakan sebagai media penunjang dalam pembelajaran bimbingan konseling.

2) Validasi Tafsir

Data hasil validasi ahli tafsir dapat diperoleh dari hasil angket validasi kepada ahli tafsir yang dilakukan dari 2 orang ahli. Angket validasi untuk melakukan validasi materi ini terdiri dari 9 pernyataan dengan rentang skor 1-4 skor penilaian yang telah diperoleh melalui angket validasi kemudian dipersentasekan. Hasil persentase skor kemudian dikonversikan menjadi data kualitatif. Data hasil validasi materi disajikan pada tabel dibawah ini :

Tabel 6. Data Hasil Uji Validasi Oleh Ahli Tafsir

Penilaian	Skor ahli		Rata-rata total	Kategori
	1	2		
Kualitas Isi	85.00	90.00	87.50%	Sangat layak
Bahasa	83.33	91.60	87.40%	Sangat layak
Penekanan Materi	100	75.00	87.50%	Sangat layak
Skor total			87.46%	Sangat layak

Penilaian modul oleh 2 ahli tafsir terbagi menjadi tiga aspek. Hasil penilaian masing masing aspek mendapatkan rata-rata persentase yang berbeda. Pada aspek kualitas isi tafsir memperoleh nilai rata-rata 87.50%, yang termasuk dalam kategori sangat layak. Aspek bahasa pada tafsir memperoleh nilai rata-rata 87.40%, yang termasuk dalam kategori sangat layak. Aspek penekanan materi tafsir memperoleh nilai rata-rata 87.50%, yang termasuk dalam kategori sangat layak.

Hasil penilaian oleh 2 ahli tafsir secara keseluruhan memperoleh persentase total sebesar 87.46%. Berdasarkan tabel interpretasi skor instrumen validasi, maka penafsiran dari modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah ayat 1-8 untuk menurunkan tingkat stres dinyatakan sangat layak digunakan sebagai media penunjang dalam pembelajaran bimbingan konseling.

3) Hasil Uji Kelayakan Modul Terapi Al-Qur'an Secara Keseluruhan

Berikut ini adalah kesimpulan hasil dari validasi modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah ayat 1-8 untuk menurunkan tingkat stres yang digunakan sebagai dasar dan acuan dalam melakukan revisi produk.

Tabel 7. Data Hasil Uji Kelayakan Secara Keseluruhan

Penilaian	Rata-rata	Kategori
Ahli Materi	81.33%	Sangat layak
Ahli Tafsir	87.46%	Sangat layak
Skor total	84.4%	Sangat layak

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah ayat 1-8 untuk menurunkan tingkat stres memperoleh nilai yang berbeda-beda. Ahli materi memperoleh nilai persentase 81.33% sedangkan dari ahli tafsir memperoleh nilai persentase 87.46%. Secara keseluruhan memperoleh nilai persentase total 84.4%. Hal ini menunjukkan bahwa modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah ayat 1-8 untuk menurunkan tingkat stres berdasarkan tabel interpretasi skor angket validasi, maka dinyatakan sangat layak digunakan sebagai media pembelajaran.

Hasil uji kelayakan modul terapi Al-Qur'an setelah melalui beberapa tahap kajian dan analisis serta revisi, hasil validasi kelayakan dari modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah ayat 1-8 untuk menurunkan tingkat stres menunjukkan bahwa, secara keseluruhan dinyatakan sangat layak digunakan sebagai bahan ajar. Karena didukung oleh hasil evaluasi oleh ahli materi dan ahli tafsir guna membuktikan apakah modul yang telah disusun sesuai dengan tujuan pembuatan maka diperlukan serangkaian uji validasi kelayakan, diperoleh hasil penilaian yang dapat dijabarkan dalam pembahasan sebagai berikut:

a. Ahli Materi

Penilaian modul untuk ahli materi terbagi menjadi enam aspek. Hasil dari penilaian masing-masing aspek mendapatkan rata-rata persentase yang berbeda. Penilaian dari keenam aspek tersebut diantaranya aspek fisik/tampilan, aspek pendahuluan, aspek isi, aspek rangkuman, aspek evaluasi, dan aspek pemanfaatan. Berdasarkan dari hasil penilaian oleh para ahli materi secara keseluruhan memperoleh total nilai persentase sebesar 81,33%. Maka dengan ini dapat diartikan bahwa materi pada modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah ayat 1-8 untuk menurunkan tingkat stres dinyatakan "**Layak**" untuk diuji coba sebagai bahan ajar pada pembelajaran bimbingan konseling.

b. Ahli Tafsir

Penilaian modul untuk ahli tafsir terbagi menjadi tiga aspek. Hasil dari penilaian masing-masing aspek mendapatkan rata-rata persentase yang berbeda. Penilaian dari ketiga aspek tersebut diantaranya aspek kualitas isi, aspek bahasa, dan aspek penekanan materi. Berdasarkan dari hasil penilaian oleh para ahli tafsir secara keseluruhan memperoleh total nilai persentase sebesar 87,46%. Maka dengan ini

dapat diartikan bahwa materi tafsir pada modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah ayat 1-8 untuk menurunkan tingkat stres dinyatakan **"Layak"** untuk diuji coba sebagai bahan ajar pada pembelajaran bimbingan konseling.

Berdasarkan analisis data yang telah dijabarkan diatas, didapatkan rata-rata secara keseluruhan dari hasil validasi kelayakan oleh ahli materi dan ahli tafsir diperoleh total nilai persentase sebesar 84,4%. Hal ini menunjukkan bahwa modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah ayat 1-8 untuk menurunkan tingkat stres dinyatakan **"Layak"** untuk diuji coba bahan ajar pada pembelajaran bimbingan konseling.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan terhadap modul terapi Al-Qur'an yang dikembangkan, maka diperoleh kesimpulan bahwa :

1. Sudah terlaksana prosedur pengembangan modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah ayat 1-8 untuk menurunkan tingkat stres melalui 5 tahapan yaitu : a. Potensi dan masalah; b. Pengumpulan data atau informasi; c. Desain produk; d. Validasi desain; e. Desain teruji. Dari kelima tersebut telah menghasilkan sebuah modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah ayat 1-8 untuk menurunkan tingkat stres.
2. Setelah melalui tahap kajian dan analisis serta revisi, hasil dari uji kelayakan modul terapi Al-Qur'an Surat Al-Insyirah ayat 1-8 untuk menurunkan tingkat stres mendapatkan nilai 84,4%. Secara keseluruhan dinyatakan "layak" diuji coba sebagai media pembelajaran. Kelayakan tersebut didukung oleh hasil evaluasi dari ahli materi dan ahli tafsir.

Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan diatas, peneliti memberikan rekomendasi sebagai berikut :

1. Bagi guru
Kepada guru BK diharapkan dapat menggunakan modul terapi Al-Qur'an ini dengan sebaik-baiknya dengan harapan dapat membantu santri dalam mengatasi stres didalam dirinya.
2. Bagi peneliti
Untuk penelitian selanjutnya yang akan melaksanakan tugas akhir diharapkan agar dapat melanjutkan penelitian pengembangan pada level berikutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Badan Pusat Statistik Riau (online). Tersedia di <https://riau.bps.go.id/>
- Inayah, N., & Fatimaningsih, E. (2013). Sistem Pendidikan Formal di Pondok Pesantren (Studi pada Pondok Pesantren Babul Hikmah Kecamatan Kalianda Kabupaten Lampung Selatan). *Jurnal Sociologie*, 1 (3), 214-223
- Kompasiana.com. (2014). Ujian Nasional, Hanya Indonesia yang Bisa Begini...Tragis! Dipetik September 16, 2020, dari Kompasiana: https://www.kompasiana.com/danielht/ujian-nasional-hanyaindonesia-yang-bisa-beginitragis_54f74ca8a333117d2d8b4584
- News, A. (2011). Catatan Akhir Tahun 2011Komisi Nasional Perlindungan Anak. Dipetik September 16, 2020, dari Ayom News: <https://komnaspawordpress.com/2011/12/21/catatan-akhir-tahun-2011-komisi-nasional-perlindungananak/>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta