

THE DEVELOPMENT OF THERAPY MODULE OF THE AL-QUR'AN SURAH AL-INSYIRAH VERSES 1-8 TO REDUCE STUDENT'S ANXIETY WHEN FACING SCHOOL EXAM AT SMK ABDURRAB PEKANBARU

Monica Ayumi¹, Zulfan Saam², Rosmawati³

Email: yumiaw12@gmail.com , zulfan_saam@gmail.com, rosandi5658@gmail.com

Phone Number: 085264697994

*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 student's anxiety when facing school exam. The type of this study is Research and Development (R&D) which is limited to a few stages 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 study of literature and validation questionnaires. The result of this research is that the compiled module of Al-Qur'an Surah Al-Insyirah Verses 1-8 to reduce student anxiety when facing school exams divided into five guidance activities with a total reading duration of ± 45 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 83.29% declared "Valid" to be tested as a guidance and counseling service media.*

Key Words: *Module, Therapy of the Qur'an Surah Al-Insyirah, anxiety in exam*

PENGEMBANGAN MODUL TERAPI AL-QUR'AN SURAH AL-INSYIRAH AYAT 1-8 UNTUK MENGURANGI RASA CEMAS SISWA SAAT MENGHADAPI UJIAN SEKOLAH DI SMK ABDURRAB PEKANBARU

Monica Ayumi¹, Zulfan Saam², Rosmawati³

Email: yumiauw12@gmail.com, zulfan_saam@gmail.com, rosandi5658@gmail.com

Nomor HP: 085264697994

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

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan modul terapi Al-Qur'an surah Al-Insyirah ayat 1-8 untuk mengurangi rasa cemas siswa saat menghadapi ujian sekolah. Jenis penelitian yang digunakan adalah *Research and Development* (R&D) yang dibatasi oleh beberapa tahap saja, 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 studi literatur dan angket validasi. Hasil dari penelitian ini yaitu telah tersusun modul terapi Al-Qur'an Surah Al-Insyirah Ayat 1-8 untuk untuk mengurangi rasa cemas siswa saat menghadapi ujian sekolah terbagi kedalam 5 kegiatan bimbingan dengan total durasi baca selama \pm 45 menit. Hasil dari uji validasi modul secara keseluruhan berdasarkan aspek materi dan tafsir menunjukkan bahwa penilaian memperoleh nilai rata-rata 83.29% dinyatakan "Valid" diuji coba sebagai media layanan bimbingan dan konseling.

Kata Kunci: Modul, Terapi Al-Qur'an Surah Al-Insyirah, kecemasan ujian.

PENDAHULUAN

Dalam lingkup pendidikan, proses belajar melibatkan suatu perencanaan aktifitas belajar-mengajar antara guru dengan siswa yang mana hasilnya perlu dievaluasi melalui suatu tes. Hampir dapat dipastikan, seseorang yang menghadapi tes akan mengalami kecemasan. Hanya saja, tingkat kecemasan itu sendiri berbeda-beda pada setiap orang, ada yang tinggi, sedang, maupun rendah. Adanya perasaan tidak menentu, panik, takut tanpa sebab dan menyebabkan timbulnya perasaan gelisah pada diri seseorang (Burhanuddin Yusak, 1990).

Dr. Jayasankara Reddy, profesor psikologi Christ University, Bangalore, India menyatakan bahwa siswa mengalami kecemasan tinggi dan masalah lainnya dikarenakan harga diri mereka dikaitkan dengan nilai akademis. Oleh hal itu ujian sekolah bisa mempengaruhi kesehatan mental siswa. (BBC News.com, 2019)

Menurut survei 59% pelajar Indonesia merasa cemas dalam menghadapi ujian. Gangguan kecemasan yang dirasakan disebabkan karena kurangnya persiapan. Gejala kecemasan yang terjadi ketika siswa menghadapi ujian biasanya adalah mules, hilang nafsu makan, bahkan yang paling parah mual hingga muntah. (pahamify.com, 2019).

Berdasarkan hasil observasi ketika penulis sedang melaksanakan PLP (Pengenalan Lapangan Persekolahan) dan wawancara dengan guru BK dan beberapa siswa terdapat fakta bahwa beberapa dari siswa-siswi SMK Abdurrab Pekanbaru merasakan kecemasan ketika menghadapi ujian. Baik itu ujian sekolah, praktikum dan terutama ujian akhir. Pada saat wawancara dengan guru BK mengatakan bahwa banyak dari siswa dan siswi ini memiliki pemikiran negatif terlebih dahulu terhadap ujian. Siswa merasa takut mendapatkan nilai jelek, takut hasil ujian tidak sesuai dan tuntutan dari orang tua dan guru yang menyebabkan siswa merasa cemas ketika menghadapi ujian.

Siswa-siswi yang merasakan kecemasan akan merasakan perubahan dalam diri seperti, detak jantung meningkat, tangan menjadi dingin, gemeteran, emosi sedikit meningkat dan memiliki pikiran yang sempit.

Salah satu siswa SMK Abdurrab menyatakan bahwa salah satu faktor yang membuat siswa-siswi tersebut merasa kecemasan ketika menghadapi ujian adalah mereka merasa takut gagal dalam ujian tersebut, tuntutan nilai yang tinggi juga menjadi faktor mereka merasakan kecemasan.

Menurut M. Nur Ghufon dan Rini Risnawita (2017) kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang dan emosi yang dialami oleh seseorang. Kecemasan adalah suatu keadaan tertentu (*state anxiety*), yaitu menghadapi situasi yang tidak pasti dan tidak menentu. Hal tersebut berupa emosi yang kurang menyenangkan yang dialami oleh individu dan bukan kecemasan sebagai sifat yang melekat pada kepribadian. Hasil penelitian Suratmi (2017) mengalami rasa kecemasan yang tinggi yaitu salah satunya saat menghadapi ujian. Namun rasa cemas yang dialami tidak berlebihan atau masih dalam tahap wajar. Kecemasan dengan intensitas yang wajar dapat dianggap memiliki nilai positif sebagai motivasi, tetapi apabila intensitasnya sangat kuat dan bersifat negatif justru akan menimbulkan kerugian dan dapat mengganggu keadaan fisik dan psikis individu yang bersangkutan. Sejalan dengan penelitian Linda Fitria (2020) hasil penelitian menyatakan bahwa tingkat *anxiety* remaja 54% berada pada kategori tinggi.

Untuk menurunkan kecemasan terutama pada siswa saat menghadapi tes atau ujian bisa melakukan terapi Al-Qur'an sebagai cara alternatifnya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Reli Mar'ati (2016) yang ingin mengetahui pengaruh ayat-ayat Al-Qur'an terhadap kondisi fisiologis manusia juga membuktikan bahwa Al-Qur'an mampu mereduksi ketegangan-ketegangan saraf (fisiologis).

Dari hasil penelitian Eri Yudhani (2017) bahwa pelatihan mentadabburi Al-Qur'an, sebelum mengikuti pelatihan subjek merasa malas, takut, cemas, tegang dan banyak pikiran-pikiran yang negatif terhadap nilai yang akan diperoleh saat ujian. Saat proses berlangsungnya pelatihan, subjek merasa senang karena dapat mengetahui banyak ilmu seperti cara-cara untuk menghilangkan ketegangan dan rasa khawatir saat ujian sehingga subjek menjadi lega dan lebih tenang.

Saat menjalani sesi pelatihan, subjek juga mendapatkan pengalaman dengan saling bertukar cerita mengenai permasalahan sebelum menghadapi ujian dan mendapatkan solusi untuk mengatasi permasalahan selama menghadapi ujian. Setelah dilakukannya pelatihan Tadabbur Al-Qur'an, subjek mengalami penurunan kecemasan hal tersebut ditandai dengan *score posttest* dan didukung hasil data kualitatif. Setelah mendapatkan pelatihan Tadabbur Al-Qur'an ini subjek dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari yaitu dengan cara mengintrospeksikan diri ketika mendapatkan permasalahan, subjek merasa Allah SWT akan selalu memberikan pertolongan walaupun permasalahan itu dirasakan berat namun hati menjadi lapang karena Allah selalu memberikan permasalahan sesuai dengan kemampuan hamba-Nya. Pelatihan ini membantu subjek lebih memahami isi kandungan Al-Qur'an mengenai kecemasan sehingga subjek mengerti dan bisa mengontrol diri dengan mengikuti ajaran yang telah dianjurkan oleh Allah SWT. Tujuan dari pelatihan ini adalah agar siswa yang akan menghadapi ujian sekolah lebih mampu mengontrol kecemasannya dan dapat menjalankan ujian dengan tenang dan lancar. Dari penelitian ini juga untuk lebih mendekatkan siswa dengan Al-Qur'an sehingga ketika ada suatu permasalahan, siswa tersebut menjadi lebih mengerti apa yang harus dilakukan.

Salah satu surah Al-Qur'an yang bisa menjadi terapi dalam menurunkan kecemasan yaitu surah Al-Insyirah 1-8. Diturunkan pada saat Nabi Muhammad SAW mendapatkan sebuah amanah yang sangat berat, surah ini diturunkan sebagai pelapang agar Nabi kuat menjalani amanah dari Allah, dalam ayat tersebut juga dijelaskan bahwa setelah kesulitan ada kemudahan. Agama Islam adalah agama yang tidak memberati manusia dengan beban yang berat dan sukar, mudah, ringan dan tidak sempit adalah asas pokok dari agama Islam. Adanya keinginan yang tertanam pada diri seseorang untuk mengerjakan suatu pekerjaan yang baik akan memberikan kemungkinan baginya untuk mendapat jalan yang mudah dalam mengerjakan pekerjaan, apabila ia berhasil dan dapat menikmati usahanya tersebut, maka dorongan dan semangat untuk mengerjakan pekerjaan baik yang lain semakin bertambah pada dirinya. Surah Al-Insyirah ayat 1-8 yang berbunyi,

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
 أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ۖ وَوَضَعْنَا عَنكَ وِزْرَكَ ۖ
 الَّذِي أَنْقَضَ ظَهْرَكَ ۖ وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ ۖ فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ
 الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ۖ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ ۝

Artinya: “Bukankah Kami telah melapangkan untukmu dadamu?, Dan kami telah menghilangkan daripadamu bebanmu, Yang memberatkan punggungmu?, Dan Kami tinggikan bagimu sebutan (nama)mu, Maka sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan, Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu- urusan), tetaplah berkerja keras (untuk urusan orang lain), hanya kepada Rabbmulah engkau berharap.” Dapat disimpulkan dari ayat ini menggambarkan bagaimana manusia dianjurkan untuk berpikir positif dan optimis dalam menghadapi kesulitan.

Karena adanya masalah dan potensi seperti banyaknya buku-buku dan literatur yang ada mengenai kecemasan menjadi potensi bagi peneliti membuat sebuah modul, yaitu modul mengenai kecemasan untuk mengurangi rasa cemas siswa saat menghadapi ujian di sekolah melalui terapi Al-Qur’an. Banyaknya sumber-sumber yang ada mengenai kecemasan mempermudah peneliti dalam pembuatan modul. Belum adanya modul di sekolah SMK Abdurrab Pekanbaru dan minimnya modul yang tersedia mengenai terapi Al-Qur’an surah Al-Insyirah untuk mengurangi rasa cemas siswa saat menghadapi ujian di sekolah juga menjadi salah satu alasan peneliti membuat sebuah modul.

Modul merupakan salah satu bentuk bahan ajar yang dikemas secara utuh dan sistematis, didalamnya memuat seperangkat pengalaman belajar yang terencana dan didesain untuk membantu pembaca menguasai tujuan belajar yang spesifik. Modul minimal memuat tujuan pembelajaran, materi atau substansi belajar, dan evaluasi. Modul berfungsi sebagai sarana belajar yang bersifat mandiri, sendiri, sehingga pembaca dapat belajar secara mandiri sesuai dengan kecepatan masing-masing (Daryanto, 2013).

Menurut Daryanto (2013) modul edukasi adalah bahan ajar yang dibuat secara sistematis, untuk proses kegiatan belajar yang berisi tujuan, materi pembelajaran, dan evaluasi agar pembelajaran dapat berjalan secara aktif dan mandiri serta dapat meningkatkan pengetahuan dan mengembangkan potensi diri individu. Kelebihan dari modul layanan ini adalah mengatasi keterbatasan waktu, ruang dan daya indera masing-masing pembaca, memungkinkan pembaca dapat mengukur atau mengevaluasi hasil belajar yang telah diberikan, dan pembaca dapat memberikan edukasi secara praktis dan mandiri. Intervensi bimbingan konseling dalam penelitian ini adalah pemberian layanan oleh guru bimbingan konseling untuk peserta didik yang mengalami kecemasan berlebihan ketika menghadapi ujian di sekolah. Pemberian layanan dapat berupa klasikal, menggunakan modul terapi Al-Qur’an surah Al-insyirah kepada peserta didik.

Berdasarkan uraian diatas, maka dilakukan penelitian dengan judul: **“Pengembangan Modul terapi Al-Qur’an Surah Al-Insyirah Ayat 1-8 untuk mengurangi rasa siswa saat menghadapi ujian sekolah di SMK Abdurrah Pekanbaru.”**

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah: (1) Untuk melaksanakan prosedur pengembangan dari modul terapi Al-Qur’an Surah Al-Insyirah Ayat 1-8 untuk mengurangi rasa siswa saat menghadapi ujian sekolah (2) Untuk mengetahui terujinya validitas modul terapi Al-Qur’an Surah Al-Insyirah Ayat 1-8 untuk mengurangi rasa siswa saat menghadapi ujian sekolah yang ditinjau dari lima aspek.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam pengembangan modul ini adalah metode penelitian dan pengembangan atau *Research and Development* (R&D) yang dibatasi oleh beberapa tahap saja. 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).

Menurut pendapat Borg and Gall (dalam Sugiyono, 2019) menyatakan bahwa penelitian dan pengembangan merupakan proses atau metode yang digunakan untuk memvalidasi dan mengembangkan produk.

Adapun langkah-langkah penelitian dan pengembangan meneliti tanpa menguji terdiri dari: 1) Potensi dan masalah, 2) Pengumpulan informasi, 3) Desain produk, 4) Validasi desain, 5) Revisi Desain, 6) Pembuatan Produk.

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 validasi 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

Analisis data dengan deskriptif kuantitatif yaitu skor atau penilaian yang didapatkan dari penilaian validator terhadap angket validasi, yang digunakan untuk mengetahui validasi dari produk modul terapi Al-Qur'an Surah Al-Insyirah ayat 1-8 untuk mengurangi rasa cemas siswa saat menghadapi ujian sekolah. Data deskriptif kuantitatif diperoleh dari :

a. Angket Validasi

Angket validasi diberikan kepada para 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 (2019) 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 2019)

Perolehan data hasil penilaian validator dianalisis dengan rumus di bawah ini (Sugiyono, 2019):

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

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 Tinggi
2	61% - 80%	Tinggi
3	41% - 60%	Sedang
4	21% - 40%	Rendah
5	< 20%	Sangat Rendah

(Sumber: Arikunto, 2013)

Jika hasil validasi secara keseluruhan menunjukkan persentase kurang dari 60% maka produk atau modul tersebut dinyatakan tidak valid untuk digunakan pada proses pemberian layanan. Sebaliknya, jika hasil validasi

produk menunjukkan persentase lebih dari 60% maka produk tersebut mendapatkan tanggapan positif dari validator serta dapat dinyatakan valid untuk digunakan sebagai pendukung pemberian layanan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah modul terapi Al-Qur'an Surah 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.	Validator Materi	Untuk menambah gambar-gambar yang menarik untuk semua kalangan terutama untuk siswa	Gambar sudah ditambahkan dalam modul
2.		Memperbaiki gambar dan penggunaan warna dalam modul	Gambar dan penggunaan warna dalam modul sudah diperbaiki
3.		Terapi dalam modul di lebih diperlihatkan dan ditonjolkan lagi.	Terapi dalam modul sudah lebih diperjelas
4.		Tidak dijelaskan untuk siswa mana modul Terapi Al-Qur'an Al-Insyirah	Tujuan penggunaan modul sudah diperbaiki
5.		Perbaiki layout modul	Layout dalam modul sudah diperbaiki
6.		Memperjelas langkah-langkah dalam modul dan diperjelas modul ini untuk siapa.	Terapi Al-Qur'an sudah dijelaskan untuk siswa SMK
7.		Perbaiki Konten terhadap modul dan validasi data mengenai judul modul.	Perbaiki konten terhadap modul dan validasi data 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.	Validator Tafsir	Isi materi Terapi Al-Qur'an masih kurang	Isi materi pada terapi Al-Qur'an sudah ditambahkan
2.		Ada tulisan ayat yang terbalik	Ayat yang terbalik sudah diperbaiki
3.		Ada terjemahan dari ayat yang kurang	Terjemahan ayat sudah ditambahkan
4.		Bisa ditambahkan doa belajar	Saran untuk ditambhkan belajar sudah diterima.

Hasil Uji Validasi Modul Oleh Para Ahli

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

- a. Empat orang validator materi (Dosen BK dan Guru BK)
- b. Dua orang validator tafsir (Guru Validator Tafsir)

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

1) Validasi Materi

Data hasil validasi materi dapat diperoleh dari hasil angket validasi kepada validator materi yang dilakukan dari 4 orang validator. Angket validasi untuk melakukan validasi materi ini terdiri dari 18 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 Validator				Rata-rata	Kategori
	1	2	3	4		
Fisik/tampilan	62.5%	37.5%	87.5%	95.83%	70.83%	Tinggi
Pendahuluan	83.33%	58.33%	83.33%	91.66%	79.16%	Tinggi
Isi	80%	50%	95%	100%	81.25%	Sangat Tinggi
Rangkuman	87.5%	50%	75%	100%	78.125%	Tinggi
Evaluasi	87.5%	62.5%	100%	100%	87.5%	Sangat Tinggi
Skor Total					79.37%	Tinggi

Penilaian modul oleh 4 validasi materi terbagi menjadi lima aspek. Hasil penilaian masing masing aspek mendapatkan rata-rata persentase yang berbeda.

Pada aspek fisik atau tampilan modul memperoleh nilai rata-rata 70.83%, yang termasuk dalam kategori tinggi. Aspek pendahuluan modul memperoleh nilai rata-rata 79.16%, yang termasuk dalam kategori tinggi. Aspek isi materi modul memperoleh nilai rata-rata 81.25%, yang termasuk dalam kategori sangat tinggi. Aspek rangkuman modul memperoleh nilai rata-rata 78.125%, yang termasuk dalam kategori tinggi. Aspek evaluasi modul memperoleh nilai rata-rata 87.5%, yang termasuk dalam kategori sangat tinggi.

Hasil penilaian oleh 4 validator materi secara keseluruhan memperoleh persentase total sebesar 79.37%. Berdasarkan tabel interpretasi skor angket validasi, maka modul terapi Al-Qur'an Surah Al-Insyirah ayat 1-8 untuk mengurangi rasa cemas siswa saat menghadapi ujian sekolah SMK Abdurrab Pekanbaru dinyatakan valid digunakan sebagai media penunjang dalam layanan bimbingan konseling.

2) Validasi Tafsir

Data hasil validasi validator tafsir dapat diperoleh dari hasil angket validasi kepada validator tafsir yang dilakukan dari 2 orang validator. 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.

Tabel 6. Data Hasil Uji Validasi Oleh Ahli Tafsir

Aspek Penilaian	Skor Validator		Rata-rata	Kategori
	1	2		
Kualitas Isi	80%	85%	82.5%	Sangat Tinggi
Bahasa	83.3%	100%	91.65%	Sangat Tinggi
Penekanan Materi	100%	75%	87.5%	Sangat Tinggi
Skor Total			87.21%	Sangat Tinggi

Penilaian modul oleh 2 validator 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 82.5%, yang termasuk dalam kategori sangat tinggi. Aspek bahasa pada tafsir memperoleh nilai rata-rata 91.65%, yang

termasuk dalam kategori sangat tinggi. Aspek penekanan materi tafsir memperoleh nilai rata-rata 87.5%, yang termasuk dalam kategori sangat tinggi.

Hasil penilaian oleh 2 validator tafsir secara keseluruhan memperoleh persentase total sebesar 87.21%. Berdasarkan tabel interpretasi skor instrumen validasi, maka penafsiran dari modul terapi Al-Qur'an Surah Al-Insyirah ayat 1-8 untuk mengurangi rasa cemas siswa saat menghadapi ujian sekolah dinyatakan valid digunakan sebagai media penunjang dalam pemberian layanan bimbingan konseling.

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

Berikut ini adalah kesimpulan hasil dari validasi modul terapi Al-Qur'an Surah Al-Insyirah ayat 1-8 untuk mengurangi rasa cemas siswa saat menghadapi ujian yang digunakan sebagai dasar dan acuan dalam melakukan revisi produk.

Tabel 7. Data Hasil Uji Kelayakan Secara Keseluruhan

Penilaian	Rata-rata	Kategori
Validasi Materi	79.37%	Sangat Tinggi
Validasi Tafsir	87.21%	Sangat Tinggi
Skor Total	83.29%	Sangat Tinggi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya modul terapi Al-Qur'an Surah Al-Insyirah ayat 1-8 untuk mengurangi rasa cemas siswa ujian memperoleh nilai yang berbeda-beda.

Validator materi memperoleh nilai persentase 79.37% sedangkan dari validator tafsir memperoleh nilai persentase 87.21%. Secara keseluruhan memperoleh nilai persentase total 83.29%.

Hal ini menunjukkan bahwa modul terapi Al-Qur'an Surah Al-Insyirah ayat 1-8 untuk mengurangi rasa cemas siswa ujian berdasarkan tabel interpretasi skor angket validasi, maka dinyatakan valid digunakan sebagai media layanan bimbingan dan konseling.

Hasil uji validasi modul terapi Al-Qur'an setelah melalui beberapa tahap kajian dan analisis serta revisi, hasil validasi kelayakan dari modul terapi Al-Qur'an Surah Al-Insyirah ayat 1-8 untuk mengurangi rasa cemas siswa saat menghadapi ujian sekolah menunjukkan bahwa, secara keseluruhan dinyatakan valid digunakan sebagai media pemberian layanan. 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, diperoleh hasil penilaian yang dapat dijabarkan dalam pembahasan sebagai berikut:

a. Ahli Materi

Penilaian modul untuk validator materi terbagi menjadi lima aspek. Hasil dari penilaian masing-masing aspek mendapatkan rata-rata persentase yang berbeda. Penilaian dari kelima aspek tersebut diantaranya aspek fisik/tampilan, aspek pendahuluan, aspek isi, aspek rangkuman, dan aspek evaluasi. Berdasarkan dari hasil penilaian oleh validator materi secara keseluruhan memperoleh total nilai persentase sebesar 79.37%. Maka dengan ini dapat diartikan bahwa materi pada modul terapi Al-

Qur'an Surah Al-Insyirah ayat 1-8 untuk mengurangi rasa cemas siswa dinyatakan **“Valid”** untuk diuji coba sebagai modul layanan pada bimbingan dan konseling.

b. Ahli Tafsir

Penilaian modul untuk validator 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 validator tafsir secara keseluruhan memperoleh total nilai persentase sebesar 87,21%. Maka dengan ini dapat diartikan bahwa materi tafsir pada modul terapi Al-Qur'an Surah Al-Insyirah ayat 1-8 untuk mengurangi rasa cemas siswa pada saat ujian dinyatakan **“Valid”** untuk diuji coba sebagai modul layanan pada bimbingan dan konseling.

Berdasarkan analisis data yang telah dijabarkan diatas, didapatkan rata-rata secara keseluruhan dari hasil validasi kelayakan oleh validator materi dan validator tafsir diperoleh total nilai persentase sebesar 83,29%. Hal ini menunjukkan bahwa modul terapi Al-Qur'an Surah Al-Insyirah ayat 1-8 untuk mengurangi rasa cemas siswa pada saat ujian dinyatakan **“Valid”** untuk diuji coba sebagai modul layanan pada bimbingan dan konseling.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan terhadap modul terapi Al-Qur'an surah Al-Insyirah ayat 1-8 untuk mengurangi rasa cemas siswa saat menghadapi ujian sekolah yang dikembangkan, maka diperoleh kesimpulan bahwa:

1. Sudah terlaksana prosedur pengembangan modul terapi Al-Qur'an Surah Al-Insyirah ayat 1-8 untuk mengurangi rasa cemas siswa saat menghadapi ujian melalui 6 tahapan yaitu potensi dan masalah, pengumpulan data atau informasi, desain produk, validasi desain, revisi desain dan desain teruji. Dari keenam tersebut telah menghasilkan sebuah modul terapi Al-Qur'an Surah Al-Insyirah ayat 1-8 untuk mengurangi rasa cemas siswa saat menghadapi ujian sekolah.
2. Setelah melalui tahap kajian dan analisis serta revisi, hasil dari uji validasi modul terapi Al-Qur'an Surah Al-Insyirah ayat 1-8 untuk mengurangi rasa cemas siswa saat menghadapi ujian sekolah mendapatkan nilai 83,29%. Secara keseluruhan dinyatakan **“valid”** diuji coba sebagai modul layanan bimbingan. Kelayakan tersebut didukung oleh hasil evaluasi dari validator materi dan validator tafsir.

Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan diatas, peneliti memberikan rekomendasi sebagai berikut :

1. Bagi guru Bimbingan dan Konseling

Kepada guru BK/Konselor diharapkan dapat menggunakan modul terapi Al-Qur'an ini dalam bentuk layanan dengan harapan dapat membantu siswa dalam mengurangi kecemasan siswa saat menghadapi ujian sekolah.

2. Bagi peneliti

Kepada para peneliti selanjutnya, modul ini masih banyak kekurangan dengan begitu diharapkan kedepannya agar dapat mengembangkan modul ini menjadi lebih baik lagi kemudian dapat melanjutkan pengembangan modul ini hingga ke-level berikutnya, yaitu uji coba produk dan memproduksi massal modul tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

BBC News.com. 2019. Ujian sekolah yang menimbulkan korban jiwa di berbagai negara dunia karena siswa yang stres. Dipetik pada 29 November 2020. Dari BBC News: <https://www.bbc.com/indonesia/majalah-49005368>.

Daryanto (2013). *Menyusun Modul Bahan Ajar Untuk Persiapan Guru Dalam Mengajar*. Yogyakarta: Gava Media.

Eri Yudhani, dkk. 2017. Efektivitas Membaca Dan Mentadabburi Al-Qur'an Dalam Menurunkan Kecemasan Siswa Yang Akan Menghadapi Ujian Sekolah. *Jurnal Psikologi*. Volume. 2. No.1.

Linda Fitria, Dkk. 2020. Kecemasan Remaja Pada Masa Pandemi Covid -19. *Jurnal Pendidikan Indonesia*. Volume. 6. No.1.

M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita. 2017. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.

Pahamify.com. 2019. Cemas saat menghadapi ujian. Dipetik pada 29 November 2020. Dari pahamify: <https://pahamify.com/blog/artikel/gangguan-kecemasan/>.

Rela Mar'ati. 2017. Pengaruh Pembacaan Dan Pemaknaan Ayat-Ayat Al-Qur'an Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Santriwati. *Jurnal Penelitian Psikologi*. Volume. 1. No. 1.

Suratmi, Dkk. 2017 Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan hasil Belajar Mahasiswa Di Program Studi Pendidikan Biologi Untirta. *Jurnal Pembelajaran Biologi*. Volume. 4. No.1.