

Pengembangan Modul Peningkatan Kesehatan Spiritual Berbasis *Tazkiyatun Nafs* untuk Siswa Kelas XII Darul Hikmah Model ADDIE

Ahmad Syuhada¹, Achmad Ushuluddin², Firman Mansir³

^{1,2,3}Universitas Al Azhar Indonesia

ahmad.syuhada@uai.ac.id¹, achmad.ushuluddin@uai.ac.id²,

hanaafifahadib97@gmail.com³

ABSTRACT

This study aimed to develop an Islamic Guidance and Counseling module based on Tazkiyatun Nafs using the ADDIE model that is feasible, practical, implementable, and demonstrates limited initial effectiveness in improving the spiritual health of Grade XII students at SMA Darul Hikmah. The study employed a Research and Development approach consisting of the stages of analysis, design, development, implementation, and evaluation. The limited trial involved 60 Grade XII students, two guidance and counseling teachers as module users, and five validators during the content-validation stage. Data were collected through interviews, observations, document analysis, validation forms, practicality questionnaires, implementation-observation sheets, and a 30-item spiritual health scale administered before and after five service sessions. Qualitative and quantitative data were analyzed using descriptive analysis, Aiken's V, practicality and implementation percentages, internal consistency, paired-samples t-test, Cohen's dzd_zdz, and N-Gain. The needs analysis resulted in five service focuses: strength of faith, freedom from diseases of the heart, noble character, productivity in social relationships, and happiness in this world and the hereafter. Content validation produced a mean Aiken's V of 0.889, ranging from 0.800 to 1.000. The practicality score reached 85.16% according to the guidance and counseling teachers and 83.75% according to the students, while the implementation of the service syntax reached 91.67%. The mean spiritual health score increased from 2.650 at pretest to 3.129 at posttest. The paired-samples t-test indicated a significant difference, $t(59)=7.771$, $p < 0.001$, with Cohen's $dz=1.003$ and an N-Gain of 0.321. Therefore, the module was considered feasible and practical for use in a limited trial and demonstrated initial potential effectiveness. However, because the study did not employ a control group, the findings cannot be interpreted as causal evidence or broadly generalized.

Keywords : *Islamic Guidance and Counseling, Tazkiyatun Nafs, spiritual health, module, ADDIE, adolescents.*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan menghasilkan modul Bimbingan Konseling Islam berbasis *Tazkiyatun Nafs* dengan model ADDIE yang layak, praktis, terlaksana, dan menunjukkan potensi efektivitas terbatas dalam meningkatkan kesehatan spiritual siswa kelas XII SMA Darul Hikmah. Penelitian menggunakan pendekatan *Research and Development* dengan tahapan *analysis, design, development, implementation, dan evaluation*. Subjek uji coba terbatas terdiri atas 60 siswa kelas XII dengan melibatkan dua guru BK sebagai pengguna

modul dan lima validator pada tahap validasi isi. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, studi dokumentasi, lembar validasi, angket kepraktisan, lembar observasi keterlaksanaan, serta skala kesehatan spiritual 30 butir yang diberikan sebelum dan sesudah pelaksanaan lima sesi layanan. Data dianalisis secara deskriptif kualitatif dan kuantitatif menggunakan Aiken's V, persentase kepraktisan dan keterlaksanaan, konsistensi internal, uji *t* berpasangan, Cohen's *d*_z, dan N-Gain. Hasil analisis kebutuhan menghasilkan lima fokus layanan, yaitu kekokohan aqidah, bebas dari penyakit hati, akhlak mulia, produktif dalam hubungan sosial, serta bahagia dunia dan akhirat. Validasi isi menghasilkan rata-rata Aiken's V sebesar 0,889 dengan rentang 0,800–1,000. Kepraktisan modul mencapai 85,16% menurut guru BK dan 83,75% menurut siswa, sedangkan keterlaksanaan sintaks mencapai 91,67%. Rerata skor kesehatan spiritual meningkat dari 2,650 pada pretest menjadi 3,129 pada posttest. Uji *t* berpasangan menunjukkan perbedaan yang signifikan, $t(59)=7,771$, $p<0,001$, dengan Cohen's *d*_z=1,003 dan N-Gain sebesar 0,321. Dengan demikian, modul dinilai layak dan praktis digunakan dalam konteks uji coba terbatas serta menunjukkan potensi efektivitas awal. Namun, karena penelitian tidak menggunakan kelompok kontrol, hasil tersebut tidak dapat ditafsirkan sebagai bukti kausal atau digeneralisasikan secara luas.

Kata kunci : Bimbingan Konseling Islam, *Tazkiyatun Nafs*, Kesehatan Spiritual, Modul, ADDIE, Remaja.

PENDAHULUAN

Siswa kelas XII berada pada fase transisi perkembangan yang menuntut pengambilan keputusan mengenai identitas, nilai, relasi, pendidikan lanjutan, dan orientasi masa depan. Pada fase ini, persoalan perkembangan tidak hanya muncul dalam bentuk tekanan akademik atau sosial, tetapi juga dapat menyentuh dimensi spiritual ketika remaja mengalami kebingungan mengenai siapa dirinya, untuk apa ia menjalani kehidupan, nilai apa yang harus dipertahankan, dan kepada apa ia menggantungkan rasa aman serta keberhargaan dirinya. Dalam penelitian ini, persoalan tersebut diringkas ke dalam empat problem utama yang relevan dengan kesehatan spiritual remaja, yaitu krisis identitas, kelemahan atau kehilangan makna hidup, konflik nilai, dan distres spiritual.

Krisis identitas merujuk pada ketidakjelasan arah diri dan nilai yang hendak dijadikan pegangan; kelemahan makna hidup tampak ketika pengalaman gagal, tekanan, atau ketidakpastian masa depan sulit ditempatkan dalam tujuan kehidupan yang lebih utuh; konflik nilai muncul ketika prinsip yang diketahui dan diyakini tidak selalu menjadi dasar pilihan nyata; sedangkan distres spiritual dalam penelitian ini menunjuk pada kegelisahan yang berkaitan dengan keterputusan makna, ketidakstabilan orientasi transendental, dan kesulitan memperoleh ketenteraman batin melalui nilai yang diyakini. Keempat problem tersebut tidak digunakan sebagai diagnosis klinis, melainkan sebagai kerangka perkembangan untuk membaca kebutuhan pembinaan spiritual siswa. Fisher (2011) menempatkan makna, tujuan, identitas, relasi, dan dimensi transenden sebagai unsur penting

kesejahteraan spiritual, sedangkan Krok (2018) menunjukkan keterkaitan makna hidup dengan kesejahteraan pada remaja akhir.

Atas dasar itu, kesehatan spiritual ditempatkan sebagai outcome utama penelitian. Kesehatan spiritual didefinisikan sebagai kondisi dinamis yang tercermin dalam kemampuan remaja membangun makna dan tujuan hidup, memperoleh ketenteraman batin, mempertahankan nilai yang diyakini, mengendalikan diri, membangun relasi yang empatik dan bertanggung jawab, serta menghubungkan kehidupannya dengan orientasi transendental. Dalam konteks peserta didik Muslim, fungsi tersebut memperoleh bentuk yang lebih spesifik melalui relasi dengan Allah, kesadaran ibadah, pengelolaan kondisi hati, pembentukan akhlak, tanggung jawab sosial, dan orientasi kehidupan dunia-akhirat. Dengan demikian, kesehatan spiritual tidak direduksi menjadi frekuensi ibadah formal ataupun pengetahuan agama.

Kesehatan spiritual juga tidak disamakan dengan kesehatan mental. Keduanya dapat berhubungan, tetapi memiliki objek dan indikator yang berbeda. Kesehatan mental berkenaan dengan fungsi psikologis, emosi, perilaku, serta kemungkinan gejala atau gangguan psikologis; sedangkan kesehatan spiritual dalam penelitian ini berkenaan dengan fungsi makna, nilai, keterhubungan, orientasi transendental, regulasi diri berbasis nilai, dan aktualisasi akhlak. Karena itu, kecemasan, stres, self-worth, atau kesejahteraan psikologis hanya digunakan sebagai konteks pendukung apabila relevan, bukan sebagai variabel outcome penelitian. Outcome yang diukur tetap kesehatan spiritual.

Tantangan tersebut menjadi lebih kompleks dalam lingkungan digital. Remaja tidak hanya membangun identitas melalui interaksi langsung, tetapi juga melalui ruang digital yang terus-menerus menghadirkan informasi mengenai aktivitas, pencapaian, penampilan, kepemilikan, hubungan sosial, serta pengalaman orang lain. Salah satu fenomena yang relevan adalah fear of missing out atau FoMO, yaitu kekhawatiran bahwa orang lain sedang memperoleh pengalaman yang bernilai sementara individu tidak terlibat di dalamnya, disertai dorongan untuk terus mengetahui aktivitas orang lain (Przybylski et al., 2013). Relevansi konstruk tersebut dalam konteks Indonesia juga telah mendapat dukungan empiris. Kaloeti et al. (2021), misalnya, menguji adaptasi instrumen FoMO pada remaja Indonesia dan menunjukkan bahwa FoMO merupakan konstruk yang dapat diidentifikasi secara empiris pada populasi remaja Indonesia. Temuan tersebut tidak berarti bahwa seluruh remaja mengalami FoMO pada tingkat problematik, tetapi memperlihatkan bahwa tekanan untuk terus terhubung dan tidak tertinggal merupakan persoalan perkembangan digital yang relevan untuk dipertimbangkan.

Dalam penelitian kesehatan spiritual, persoalan FoMO tidak semata-mata terletak pada durasi penggunaan media sosial. Persoalan yang lebih mendasar terletak pada kemungkinan pergeseran sumber nilai diri dari orientasi internal dan transendental menuju validasi sosial yang terus berubah. Ketika keberhargaan diri semakin bergantung pada jumlah perhatian, pengakuan teman, pencapaian yang

terlihat, atau kemampuan mengikuti tren, siswa berpotensi semakin sulit membangun rasa cukup, penerimaan diri, dan orientasi hidup yang stabil. FoMO karenanya dapat dipahami sebagai salah satu konteks yang memperbesar tekanan perbandingan sosial, bukan sebagai sinonim dari rendahnya kesehatan spiritual.

Perbandingan sosial juga penting dianalisis karena media digital memungkinkan remaja membandingkan dirinya dengan representasi terbaik kehidupan orang lain hampir tanpa batas. Prestasi akademik, penerimaan di perguruan tinggi, penampilan fisik, kondisi ekonomi keluarga, kepemilikan barang, pergaulan, liburan, maupun ekspresi kebahagiaan dapat menjadi objek perbandingan. Perbandingan sosial pada dasarnya merupakan proses psikologis yang normal. Namun, ketika perbandingan ke atas menjadi ukuran dominan terhadap nilai diri, konsekuensinya dapat berupa ketidakpuasan, rasa kurang, serta munculnya emosi iri terhadap kelebihan orang lain. Dalam konteks Tazkiyatun Nafs, kondisi tersebut relevan dengan pembahasan mengenai kebersihan hati karena iri dan dengki bukan hanya persoalan relasional, tetapi dapat mengganggu kemampuan individu mensyukuri keadaan dirinya, menerima keberhasilan orang lain, dan menjaga ketenteraman batin.

Iri dan dengki dalam penelitian ini tidak digunakan sebagai label moral untuk menghakimi siswa. Keduanya ditempatkan sebagai kecenderungan batin yang perlu dikenali secara reflektif. Perbedaan ini penting secara metodologis. Literatur psikologi mengenai envy menunjukkan bahwa perbandingan sosial ke atas dapat berkaitan dengan emosi iri dan penurunan kesejahteraan dalam kondisi tertentu. Pada remaja, Froh et al. (2011) menemukan hubungan yang bermakna antara orientasi materialistik, rasa syukur, iri, dan indikator kesejahteraan. Temuan tersebut memberikan dasar empiris bahwa pengelolaan rasa syukur, penerimaan terhadap diri, dan cara memandang keberhasilan orang lain bukan sekadar isu moral normatif, tetapi berkaitan dengan kualitas penyesuaian psikologis dan sosial remaja.

Problem berikutnya adalah orientasi duniawi atau kecintaan berlebihan terhadap ukuran-ukuran duniawi. Istilah “cinta dunia berlebihan” perlu digunakan secara hati-hati agar tidak berubah menjadi klaim normatif yang tidak dapat diuji. Dalam penelitian ini, konsep tersebut tidak dimaknai bahwa cita-cita akademik, kepemilikan materi, pekerjaan yang baik, atau keinginan berprestasi merupakan sesuatu yang negatif. Yang menjadi persoalan adalah ketika pencapaian, kepemilikan, status, popularitas, atau pengakuan eksternal ditempatkan sebagai sumber utama keberhargaan dan tujuan hidup sehingga menggeser keseimbangan antara orientasi duniawi, tanggung jawab moral, hubungan sosial, dan tujuan transendental. Dalam literatur psikologi, kecenderungan yang paling dekat secara empiris dengan kondisi tersebut adalah orientasi materialistik, yaitu pemberian prioritas yang tinggi terhadap uang, kepemilikan, status, atau keberhasilan material sebagai indikator utama kehidupan yang baik.

Meta-analisis Dittmar et al. (2014), yang mengintegrasikan ratusan ukuran efek, menunjukkan bahwa orientasi materialistik secara umum berhubungan negatif dengan kesejahteraan personal. Pada populasi remaja, Froh et al. (2011) juga menunjukkan bahwa materialisme berkaitan dengan sejumlah konsekuensi perkembangan, sedangkan rasa syukur berhubungan dengan hasil yang lebih adaptif. Temuan tersebut tidak dapat langsung disamakan dengan konsep *hubb al-dunya* dalam tradisi Islam, tetapi dapat digunakan sebagai jembatan empiris untuk menjelaskan risiko ketika nilai diri dan kebahagiaan terlalu bergantung pada kepemilikan, status, dan pengakuan eksternal. Dengan demikian, “cinta dunia berlebihan” dalam penelitian ini perlu dibicarakan sebagai masalah orientasi nilai, bukan sebagai penolakan terhadap kehidupan dunia.

Apabila dianalisis secara bersama, krisis kebermaknaan hidup, FoMO, perbandingan sosial, orientasi materialistik, kebutuhan validasi sosial, serta kecenderungan iri dan dengki tidak merupakan masalah yang sepenuhnya terpisah. Masalah-masalah tersebut dapat membentuk suatu rangkaian. Paparan terhadap kehidupan orang lain dapat mendorong perbandingan sosial; perbandingan yang terus menerus dapat memperbesar rasa kurang dan kebutuhan pengakuan; nilai diri yang terlalu bergantung pada pengakuan dapat meningkatkan kerentanan terhadap FoMO; orientasi keberhasilan yang terlalu materialistik dapat mempersempit sumber makna; sedangkan lemahnya proses refleksi dan pengendalian batin dapat mempersulit individu mengelola iri, kecewa, marah, ataupun ketidakpuasan terhadap dirinya. Rangkaian tersebut tidak berarti terdapat hubungan kausal yang pasti pada semua remaja, tetapi menunjukkan adanya mekanisme konseptual yang menjadikan kesehatan spiritual relevan sebagai bagian dari layanan perkembangan di sekolah.

Masalah kesehatan spiritual perlu ditempatkan secara proporsional dalam konteks perkembangan remaja yang lebih luas. Data kesehatan mental remaja, termasuk temuan Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS), dapat digunakan untuk menunjukkan bahwa remaja menghadapi tekanan perkembangan yang kompleks, tetapi data tersebut tidak merupakan bukti prevalensi masalah kesehatan spiritual. Penelitian ini karena itu tidak menarik kesimpulan bahwa kecemasan, stres, atau masalah kesehatan mental identik dengan rendahnya kesehatan spiritual. Keduanya dipisahkan secara konseptual dan operasional agar argumentasi pengembangan produk tidak mengalami perluasan konstruk.

Dalam konteks pendidikan, layanan Bimbingan dan Konseling memiliki posisi strategis untuk membantu siswa menghadapi tekanan perkembangan tersebut. Namun, kebutuhan pembinaan spiritual belum selalu diikuti tersedianya layanan yang terstruktur dan operasional. Seprianto (2024) menunjukkan pentingnya layanan bimbingan dan konseling dalam mendukung kesejahteraan peserta didik, sementara Suhertina (2025) menegaskan relevansi pendekatan konseling berbasis Islam bagi kesejahteraan siswa. Perspektif psikologi Islam juga

menempatkan dimensi spiritual sebagai bagian yang tidak dapat dilepaskan dari pemahaman mengenai manusia dan proses pemulihannya (Rothman, 2018). Meskipun demikian, layanan spiritual di sekolah masih dapat berhenti pada ceramah, nasihat umum, pembiasaan rutin, atau kegiatan keagamaan yang belum selalu dilengkapi dengan tujuan layanan, sintaks kegiatan, aktivitas refleksi, instrumen evaluasi, dan tindak lanjut yang terukur. Bentuk tersebut tetap memiliki nilai edukatif, tetapi belum dengan sendirinya menjamin terjadinya proses internalisasi. Hal tersebut sejalan dengan Mansir (2022a) yang menekankan perlunya pendidikan Islam merespons problem pendidikan era digital secara lebih substantif, bukan berhenti pada penyampaian pengetahuan.

Urgensi pengembangan layanan dalam penelitian ini tidak hanya didasarkan pada literatur, tetapi diperkuat oleh studi pendahuluan di SMA Darul Hikmah pada Januari 2026. Studi pendahuluan dilakukan melalui wawancara dengan guru BK berinisial UH, observasi terhadap tiga pelaksanaan layanan BK, analisis dokumen program BK semester ganjil, serta angket awal kepada 25 siswa kelas XII. Hasil wawancara menunjukkan bahwa layanan spiritual masih bersifat insidental, belum menggunakan modul khusus, dan belum memiliki langkah implementasi yang baku. Analisis dokumen menunjukkan bahwa program BK belum memuat topik kesehatan spiritual secara spesifik serta belum dilengkapi indikator capaian yang terukur. Sementara itu, angket awal mengindikasikan adanya kesulitan menjaga motivasi ibadah, lemahnya pemaknaan hidup ketika menghadapi tekanan, kecenderungan mencari validasi sosial, dan kesulitan dalam regulasi diri. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kebutuhan pengembangan layanan bukan semata-mata berasal dari asumsi normatif mengenai pentingnya agama bagi siswa, tetapi berangkat dari kondisi nyata peserta didik dan sistem layanan di sekolah.

Data studi pendahuluan tersebut perlu dibedakan dari problem kontekstual yang ditemukan dalam literatur. Penelitian ini tidak menyatakan bahwa siswa SMA Darul Hikmah secara empiris telah terbukti mengalami FoMO, materialisme, iri, atau dengki, karena variabel tersebut tidak diukur secara khusus pada studi awal. FoMO, perbandingan sosial, orientasi materialistik, iri, dan dengki digunakan sebagai konteks konseptual untuk memahami tantangan spiritual remaja kontemporer dan sebagai bahan pengembangan isi modul. Sebaliknya, klaim mengenai kondisi siswa SMA Darul Hikmah dibatasi pada temuan yang benar-benar diperoleh, yaitu kesulitan menjaga motivasi ibadah, lemahnya pemaknaan hidup ketika menghadapi tekanan, kebutuhan validasi sosial, dan kesulitan regulasi diri. Pembatasan ini diperlukan agar argumentasi penelitian tetap sesuai dengan bukti empiris yang tersedia.

Jika dianalisis lebih jauh, empat temuan studi pendahuluan tersebut menunjukkan hubungan yang logis dengan konstruk kesehatan spiritual penelitian. Kesulitan menjaga motivasi ibadah mengindikasikan perlunya penguatan kekokohan aqidah dan kesadaran ibadah, bukan sekadar peningkatan frekuensi ritual. Lemahnya pemaknaan hidup ketika menghadapi tekanan menunjukkan

kebutuhan memperkuat makna hidup dan orientasi kebahagiaan dunia-akhirat. Kecenderungan mencari validasi sosial menunjukkan kebutuhan memperkuat sumber nilai diri, rasa syukur, penerimaan diri, empati, dan relasi sosial yang bertanggung jawab. Kesulitan regulasi diri menunjukkan kebutuhan terhadap kemampuan mengenali kecenderungan batin, mengelola emosi, mengendalikan lisan, serta mengatur perilaku. Dengan demikian, data lapangan mempunyai korespondensi dengan lima dimensi kesehatan spiritual yang digunakan, meskipun tidak setiap dimensi ditunjukkan oleh satu indikator tunggal.

Pada titik inilah Tazkiyatun Nafs ditempatkan sebagai pendekatan intervensi, bukan sebagai outcome dan bukan pula sebagai model pengembangan. Landasan psikologi spiritual menjelaskan konstruk kesehatan spiritual dan mekanisme makna, keterhubungan, regulasi diri, serta orientasi transendental; landasan pendidikan Islam menjelaskan arah pembinaan manusia dan internalisasi iman-ibadah-akhlak; sedangkan Tazkiyatun Nafs menyediakan pendekatan untuk mengolah kondisi jiwa melalui kesadaran diri, evaluasi diri, pembersihan kecenderungan yang merusak, pembentukan respons yang sesuai nilai, perjuangan mempertahankan perubahan, dan pembiasaan. Pemisahan posisi ini diperlukan agar teori, pendekatan, produk, dan prosedur pengembangan tidak saling dipertukarkan.

Pemilihan Tazkiyatun Nafs juga memiliki relevansi dengan perkembangan psikologi Islam kontemporer. Keshavarzi (2013) serta Rothman dan Coyle (2018) menunjukkan pentingnya model psikologis yang berangkat dari konsepsi manusia dalam tradisi Islam sehingga intervensi tidak hanya mengadopsi teknik psikologis, tetapi juga memperhatikan dimensi ruhani, moral, dan tujuan kehidupan. Hartati (2018) menunjukkan penerapan Tazkiyatun Nafs dalam konteks pembinaan perilaku remaja, sedangkan Mulyani (2024) menunjukkan potensi pendekatan spiritual dalam layanan konseling untuk mendukung kondisi mental remaja. M. Iqbal Abdurrohman dan Muhammad Adip (2025) juga menekankan relevansi psikologi Islam dalam menjawab problem kesehatan mahasiswa pada era modern. Dengan demikian, Tazkiyatun Nafs dipilih bukan semata-mata karena penelitian dilaksanakan dalam konteks pendidikan Islam, tetapi karena mekanisme pembinaan yang dikandungnya mempunyai kesesuaian konseptual dengan problem yang hendak ditangani.

Dalam produk, Tazkiyatun Nafs tidak berhenti pada uraian konsep. Pendekatan tersebut diterjemahkan menjadi praktik yang dapat dialami siswa, antara lain muraqabah, muhasabah, taubat sebagai koreksi arah, dzikir dan tilawah reflektif sebagai penguatan kesadaran transendental, takhalli-tahalli untuk mengenali dan mengganti pola yang tidak sesuai nilai, mujahadah al-nafs untuk mempertahankan pengendalian diri, serta riyadhah dan pembiasaan akhlak untuk mengonsolidasikan perilaku. Praktik-praktik tersebut dihubungkan dengan problem yang nyata: krisis identitas diarahkan pada kesadaran diri dan orientasi transendental; kelemahan makna hidup pada pemaknaan dan tujuan; konflik nilai

pada konsistensi moral; kesulitan regulasi diri pada pengendalian dorongan; kebutuhan validasi sosial pada kebersihan hati dan sumber nilai diri; problem relasi pada empati dan tanggung jawab; serta kegelisahan spiritual pada ketenteraman dan keterhubungan dengan Allah.

Modul diperlukan bukan karena siswa kekurangan ceramah atau materi agama, melainkan karena praktik-praktik Tazkiyatun Nafs belum tersedia dalam bentuk intervensi pendidikan yang sistematis, bertahap, reflektif, terukur, dan dapat digunakan secara konsisten oleh guru BK atau pendamping. Produk karena itu diposisikan sebagai modul peningkatan kesehatan spiritual berbasis Tazkiyatun Nafs. Modul mengubah muhasabah, taubat, dzikir, tilawah reflektif, muraqabah, mujahadah, serta pembiasaan akhlak dari konsep atau praktik keagamaan yang berdiri sendiri menjadi rangkaian kegiatan pengembangan yang memiliki tujuan, sintaks, lembar kerja, bukti proses, evaluasi, dan tindak lanjut. Bimbingan dan Konseling Islam tetap menjadi konteks penerapan modul di sekolah, tetapi bukan konstruk outcome ataupun nama utama produk.

Pengembangan produk menggunakan model ADDIE yang mencakup analysis, design, development, implementation, dan evaluation. ADDIE dipilih karena sesuai dengan kebutuhan penelitian untuk menjaga keterlacakan keputusan pengembangan dari masalah empiris menuju produk dan dari hasil evaluasi menuju revisi. Branch (2009) menjelaskan ADDIE sebagai kerangka desain instruksional yang menghubungkan analisis kebutuhan, perancangan, pengembangan, implementasi, dan evaluasi secara sistematis. Dalam penelitian ini, sifat sistematis tersebut digunakan untuk memastikan bahwa setiap sesi, aktivitas, instrumen, dan keputusan revisi dapat ditelusuri kembali kepada kebutuhan siswa, konstruk kesehatan spiritual, serta pendekatan Tazkiyatun Nafs.

Pada tahap analysis, penelitian mengidentifikasi kondisi aktual layanan, kebutuhan guru BK, karakteristik siswa, serta persoalan kesehatan spiritual yang relevan. Tahap design menerjemahkan kebutuhan tersebut ke dalam konstruk, tujuan layanan, blueprint, lima sesi layanan, sintaks kegiatan, aktivitas reflektif, dan perangkat evaluasi. Tahap development menghasilkan prototipe dan melakukan validasi ahli sehingga keputusan revisi tidak hanya didasarkan pada pertimbangan peneliti. Tahap implementation menguji keterpakaian produk dalam konteks layanan yang sesungguhnya. Tahap evaluation mengintegrasikan bukti validitas isi, kepraktisan, keterlaksanaan, perubahan skor kesehatan spiritual, serta catatan revisi produk. Dengan demikian, ADDIE dipilih karena memberikan keterlacakan logis dari masalah menuju produk dan dari evaluasi menuju revisi, bukan semata-mata karena model tersebut populer digunakan dalam penelitian pengembangan.

Kesenjangan penelitian kemudian dapat dirumuskan pada tiga lapisan. Pertama, kesenjangan teoretis, yaitu kesehatan spiritual remaja telah banyak dibahas melalui religiusitas, spiritual well-being, religious coping, atau makna hidup, tetapi integrasinya dengan Tazkiyatun Nafs sebagai kerangka pembinaan jiwa yang diterjemahkan menjadi aktivitas layanan sekolah masih memerlukan

pengembangan. Kedua, kesenjangan metodologis, yaitu pembahasan Tazkiyatun Nafs masih sering berada pada tingkat konseptual atau digunakan sebagai pendekatan intervensi tanpa menghasilkan perangkat yang ditelusuri melalui analisis kebutuhan, desain, validasi, implementasi, evaluasi, dan revisi produk secara sistematis. Ketiga, kesenjangan praktis, yaitu sekolah membutuhkan perangkat yang tidak hanya berisi materi keagamaan, tetapi menyediakan tujuan, sintaks layanan, aktivitas reflektif, lembar muhasabah, latihan, evaluasi, dan tindak lanjut yang dapat digunakan guru BK secara konsisten.

Kebaruan penelitian ini karena itu tidak cukup dinyatakan hanya pada penggunaan istilah Tazkiyatun Nafs. Kebaruan terletak pada keterpaduan antara konstruk kesehatan spiritual remaja, problem aktual remaja, prinsip Tazkiyatun Nafs, bentuk produk layanan, prosedur ADDIE, dan sistem evaluasi produk. Secara konseptual, kesehatan spiritual dioperasionalkan melalui lima dimensi, yaitu kekokohan aqidah dan kesadaran ibadah, kebersihan hati dan pengendalian diri, pengendalian lisan dan perilaku, relasi sosial yang empatik dan bertanggung jawab, serta makna hidup yang berorientasi pada kebahagiaan dunia dan akhirat. Secara substantif, problem kontemporer seperti kebutuhan validasi, tekanan perbandingan sosial, FoMO, orientasi materialistik, iri, dengki, dan krisis kebermaknaan digunakan sebagai konteks yang membuat latihan Tazkiyatun Nafs relevan dengan kehidupan remaja, tetapi tetap dibedakan antara problem yang didukung data studi pendahuluan dan problem yang berasal dari literatur.

Secara operasional dan metodologis, penelitian menurunkan Tazkiyatun Nafs dari kerangka normatif menjadi perangkat layanan Bimbingan dan Konseling Islam yang memuat tujuan, sintaks, aktivitas muhasabah, latihan pengendalian diri, refleksi syukur, lembar kerja, evaluasi, dan tindak lanjut. Temuan kesulitan menjaga motivasi ibadah menjadi dasar penguatan aqidah dan kesadaran ibadah; kesulitan regulasi diri menjadi dasar aktivitas muhasabah dan pengendalian diri; problem pengendalian respons menjadi dasar pembinaan lisan dan perilaku; kebutuhan validasi sosial menjadi dasar penguatan penerimaan diri, syukur, empati, dan tanggung jawab sosial; sedangkan lemahnya pemaknaan hidup ketika menghadapi tekanan menjadi dasar penataan tujuan dan orientasi kebahagiaan dunia-akhirat. Hubungan tersebut memastikan bahwa isi produk tidak ditentukan secara arbitrer, tetapi merupakan hasil penerjemahan kebutuhan lapangan ke dalam desain layanan.

Penelitian ini ditempatkan sebagai penelitian dan pengembangan atau Research and Development, bukan sebagai eksperimen murni. Fokus utama penelitian adalah menghasilkan modul yang valid secara isi, praktis digunakan, dapat dilaksanakan dalam layanan, dan menunjukkan potensi efektivitas terbatas. Perubahan skor kesehatan spiritual dianalisis melalui desain one-group pretest-posttest sebagai salah satu bukti evaluasi produk. Karena penelitian tidak menggunakan kelompok kontrol, perubahan skor tidak dapat ditafsirkan sebagai bukti bahwa modul merupakan satu-satunya penyebab perubahan, dan hasil

penelitian tidak dapat digeneralisasikan secara langsung kepada seluruh remaja atau seluruh satuan pendidikan. Oleh karena itu, frasa “untuk meningkatkan kesehatan spiritual” pada judul menunjukkan arah pengembangan produk, sedangkan kekuatan klaim empiris tetap dibatasi oleh desain penelitian yang digunakan.

Berdasarkan keseluruhan uraian, penelitian ini berangkat dari permasalahan kesehatan spiritual siswa kelas XII SMA Darul Hikmah yang ditunjukkan oleh kesulitan menjaga motivasi dan pemaknaan ibadah, lemahnya pemaknaan hidup ketika menghadapi tekanan, kecenderungan mencari validasi sosial, serta kesulitan regulasi diri. Sekolah telah memiliki pembinaan keagamaan dan layanan BK, tetapi belum memiliki modul peningkatan kesehatan spiritual yang mengoperasionalkan praktik Tazkiyatun Nafs ke dalam kegiatan yang sistematis, reflektif, terukur, dan dapat dievaluasi. Oleh karena itu, penelitian diarahkan untuk mengembangkan modul peningkatan kesehatan spiritual berbasis Tazkiyatun Nafs melalui model ADDIE, kemudian menilai kelayakan isi, kepraktisan, keterlaksanaan, revisi produk, serta potensi efektivitas terbatas berdasarkan perubahan skor kesehatan spiritual pada uji coba satu kelompok.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian dan pengembangan atau Research and Development (R&D) karena tujuan utamanya adalah menghasilkan modul Bimbingan dan Konseling Islam berbasis *Tazkiyatun Nafs* yang dapat digunakan dalam layanan kepada siswa kelas XII. Produk tidak hanya disusun berdasarkan kajian teoretis, tetapi dikembangkan melalui analisis kebutuhan, perancangan, penyusunan prototipe, validasi ahli, uji coba terbatas, evaluasi, dan revisi. Dengan demikian, penelitian berorientasi pada kualitas produk dan proses pengembangannya, bukan semata-mata pada pengujian hubungan antarvariabel.

Produk yang dikembangkan merupakan perangkat layanan bagi Guru BK atau konselor, bukan buku bacaan keagamaan atau kumpulan materi ceramah. Modul memuat tujuan layanan, materi inti, sintaks kegiatan, aktivitas reflektif, lembar muhasabah, latihan pengendalian diri, evaluasi proses, evaluasi hasil, dan tindak lanjut. Produk terdiri atas lima sesi dengan durasi 45 menit per sesi. Setiap sesi mewakili satu dimensi kesehatan spiritual, yaitu orientasi transendental dan kesadaran ibadah, pengelolaan kondisi batin dan regulasi diri, integritas moral dan pengendalian perilaku, relasi empatik dan tanggung jawab sosial, serta makna hidup dan orientasi dunia-akhirat.

Pengembangan produk menggunakan model ADDIE yang meliputi analysis, design, development, implementation, dan evaluation. Spatioti et al., (2022) Menjelaskan bahwa ADDIE menyediakan alur sistematis dari identifikasi kebutuhan sampai evaluasi produk, sedangkan Trust, (2018) menekankan bahwa model tersebut dapat digunakan untuk mengembangkan pengalaman belajar yang responsif terhadap kebutuhan pengguna. ADDIE dipilih karena proporsional dengan

pengembangan modul pada satu sekolah dan memungkinkan hubungan yang jelas antara kebutuhan, teori, desain, validasi, implementasi, serta revisi.

Data kualitatif dan kuantitatif digunakan sebagai sumber keputusan pengembangan, tetapi penelitian ini tidak ditempatkan sebagai desain mixed methods penuh. John W. Creswell, (2009) menegaskan bahwa pemilihan data dan pendekatan harus mengikuti tujuan penelitian dan karakter pertanyaan yang hendak dijawab. Data kualitatif digunakan untuk memahami kebutuhan, menafsirkan masukan validator dan pengguna, serta menentukan revisi. Data kuantitatif digunakan untuk menilai validitas isi, konsistensi internal instrumen, kepraktisan, keterlaksanaan, dan perubahan skor kesehatan spiritual.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kebutuhan dan Rasionalitas Pengembangan

Hasil analysis menunjukkan bahwa kebutuhan kesehatan spiritual remaja tidak dapat direduksi menjadi frekuensi ibadah. Tema yang muncul berkaitan dengan pemaknaan, regulasi diri, perilaku, relasi sosial, dan orientasi hidup. Fisher, (2011) memandang kesehatan spiritual melalui hubungan dengan diri, orang lain, lingkungan, dan Tuhan, sedangkan (Krok, 2018) Menempatkan makna hidup sebagai sumber arah dan ketahanan. Temuan tersebut mendukung modul yang menghubungkan nilai spiritual dengan pengalaman perkembangan remaja.

Dalam kerangka ADDIE, analisis kebutuhan bukan tahap administratif, tetapi dasar keputusan desain (Branch, 2009). Keterkaitan antara kebutuhan, lima sesi, mekanisme, dan evaluasi menunjukkan bahwa produk tidak disusun hanya dari teori atau preferensi peneliti.

Koherensi Konstruk, Mekanisme, dan Produk

Koherensi produk terlihat pada hubungan antara lima dimensi, enam mekanisme *Tazkiyatun Nafs*, aktivitas, dan bukti proses. Rothman dan (Rothman & Coyle, 2018) menempatkan kesadaran diri dan pengelolaan nafs sebagai unsur penting psikologi Islam. Bandura, (1991) juga menempatkan pemantauan diri, penilaian, dan respons diri sebagai komponen regulasi. Karena itu, muraqabah dan muhasabah ditempatkan sebelum pemilihan respons dan pembiasaan.

Gross, (1998) menunjukkan bahwa regulasi emosi dapat dilakukan mulai dari pengaturan situasi hingga respons. Prinsip tersebut mendukung takhalli melalui pengenalan pemicu dan penundaan respons, serta takhalli melalui pemilihan perilaku alternatif. Gollwitzer, (1999) mendukung rumusan komitmen berbentuk “ketika X terjadi, saya akan melakukan Y”, sedangkan Lally et al., (2010) serta (Wood & Rünger, 2016) menegaskan pentingnya pengulangan dalam pembentukan kebiasaan.

Validitas Isi dan Kualitas Instrumen

Nilai Aiken's V mendukung relevansi isi pada tingkat aspek, tetapi tidak membuktikan validitas setiap butir atau struktur lima dimensi. (Messick, 1995) menegaskan bahwa validitas berhubungan dengan ketepatan interpretasi dan penggunaan skor. Oleh karena itu, keputusan produk tidak didasarkan pada Aiken's V saja, tetapi juga komentar validator, kepraktisan, keterlaksanaan, perubahan skor, dan keterbatasan bukti.

Alpha yang baik menunjukkan respons butir relatif konsisten pada sampel, tetapi tidak membuktikan unidimensionalitas. Analisis faktor, wawancara kognitif, kualitas butir, validitas konvergen, dan omega masih diperlukan. Pembatasan ini penting karena instrumen spiritual rentan terhadap jawaban normatif dan keinginan memberi respons yang dianggap baik.

Kefektivitas dan Keterlaksanaan

Kepraktisan Guru BK dan siswa menunjukkan bahwa modul dapat digunakan pada konteks uji coba, tetapi kedua skor merepresentasikan perspektif yang berbeda. Guru BK menilai panduan pelaksanaan, sedangkan siswa menilai bahasa, aktivitas, dan pengalaman menggunakan modul. Hasil yang lebih rendah pada lembar kerja dan alokasi waktu menunjukkan bahwa kepraktisan bukan hanya kepuasan, melainkan keterpakaian dalam kondisi layanan nyata.

Keterlaksanaan agregat yang tinggi menunjukkan sintaks dapat dijalankan, tetapi bukti per sesi belum lengkap. Karena itu, hasil tidak digunakan untuk menyatakan bahwa seluruh lima sesi terlaksana dengan fidelitas yang sama. Dokumentasi adaptasi, daftar hadir, dan observasi setiap sesi perlu diperkuat pada implementasi berikutnya.

Potensi Efektivitas Terbatas

Perubahan skor total dan lima dimensi menunjukkan pola yang mendukung potensi efektivitas awal. Penggunaan d_z tepat untuk struktur data berpasangan (Morris & DeShon, 2002) sedangkan koreksi Holm mengendalikan risiko kesalahan dari lima pengujian dimensi. Meskipun demikian, ukuran efek menjelaskan besaran perubahan, bukan sumber perubahan.

Spatioti et al., (2022) menegaskan bahwa mekanisme perubahan memerlukan bukti bahwa proses aktif, terjadi sebelum outcome, dan berhubungan dengan perubahan. Penelitian ini belum menguji mekanisme mediasi *Tazkiyatun Nafs*. Karena itu, peningkatan skor tidak digunakan untuk menyimpulkan bahwa muraqabah, muhasabah, atau mekanisme tertentu secara langsung menyebabkan perubahan.

Kontribusi dan Implikasi Penelitian

Kontribusi utama penelitian terletak pada penerjemahan konstruk kesehatan spiritual dan prinsip *Tazkiyatun Nafs* menjadi perangkat layanan BK yang memiliki tujuan, sintaks, aktivitas, evaluasi, dan tindak lanjut. Dalam psikologi pendidikan, produk menghubungkan aspek nilai dengan proses perkembangan, regulasi diri, hubungan sosial, dan pemaknaan hidup.

Bagi Guru BK, modul dapat digunakan sebagai alternatif layanan pribadi-sosial dan pengembangan spiritual setelah disesuaikan dengan konteks. Bagi sekolah, modul perlu ditempatkan dalam program layanan yang memiliki jadwal, dukungan ruang aman, mekanisme rujukan, dan evaluasi berkelanjutan. Produk tidak menggantikan konseling individual atau dukungan keluarga.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan Modul Bimbingan dan Konseling Islam berbasis *Tazkiyatun Nafs* dengan model ADDIE untuk siswa kelas XII SMA Darul Hikmah, diperoleh kesimpulan sebagai berikut.

Tahap analysis menunjukkan adanya kebutuhan terhadap perangkat layanan Bimbingan dan Konseling Islam yang lebih terstruktur. Layanan spiritual di sekolah telah hadir melalui pembiasaan, nasihat, kegiatan keagamaan, dan pembinaan karakter, tetapi belum seluruhnya dilengkapi asesmen kebutuhan, tujuan operasional, sintaks, aktivitas reflektif, evaluasi, dan tindak lanjut. Studi pendahuluan kepada siswa dan Guru BK mengarahkan pengembangan produk pada lima kebutuhan, yaitu penguatan aqidah dan pemaknaan ibadah, pengelolaan penyakit hati dan regulasi diri, pengendalian lisan dan perilaku, relasi sosial yang empatik dan bertanggung jawab, serta makna hidup dan orientasi dunia-akhirat.

Tahap design dan development menghasilkan modul yang terdiri atas lima sesi berdasarkan dimensi Kekokohan Aqidah, Bebas dari Penyakit Hati, Akhlak Mulia, Produktif dalam Hubungan Sosial, serta Bahagia Dunia dan Akhirat. Prinsip *Tazkiyatun Nafs* dioperasionalkan melalui muraqabah, muhasabah, takhalli, tahalli, mujahadah, dan riyadhah. Setiap sesi memuat tujuan, materi, aktivitas reflektif, lembar kerja, bukti proses, evaluasi, dan tindak lanjut. Dengan demikian, hasil kebutuhan, struktur konstruk, mekanisme layanan, dan desain produk telah dihubungkan dalam alur ADDIE.

Penilaian lima validator terhadap 15 aspek umum menghasilkan rata-rata Aiken's V sebesar 0,889 dengan rentang 0,800-1,000. Hasil tersebut menunjukkan kesepakatan ahli yang kuat pada tingkat aspek umum dan menjadi dasar revisi Prototipe I menjadi Prototipe II. Namun, hasil validasi tidak membuktikan validitas setiap satu dari 30 butir, validitas konstruk lima dimensi, atau efektivitas produk. Oleh karena itu, kelayakan isi dipahami sebagai bukti awal yang perlu dilengkapi dengan pengujian instrumen yang lebih mendalam.

Pada uji coba terbatas, modul memperoleh persentase kepraktisan sebesar 85,16% dari dua Guru BK dengan kategori sangat praktis dan 83,75% dari siswa

dengan kategori praktis. Rekap keterlaksanaan menghasilkan 91,67%, yang menunjukkan sintaks terlaksana dengan baik secara agregat. Aspek yang masih memerlukan perbaikan ialah alokasi waktu, kemudahan pengisian lembar kerja, eksplorasi pengalaman, penyusunan komitmen tindakan, evaluasi, dan tindak lanjut. Karena respons siswa dan observasi terutama tersedia dalam bentuk rekap agregat, hasil ini tidak diperlakukan sebagai verifikasi penuh terhadap setiap respons dan setiap sesi.

Skor kesehatan spiritual meningkat dari rerata 2,650 pada pretest menjadi 3,129 pada posttest. Uji t berpasangan menunjukkan perbedaan yang signifikan, $t(59) = 7,771$, $p < 0,001$, dengan interval kepercayaan 95% sebesar 0,356-0,603 dan Cohen's $d_z = 1,003$. Rerata N-Gain individual sebesar 0,321 termasuk kategori sedang. Seluruh dimensi menunjukkan peningkatan setelah koreksi Holm, dengan perubahan terbesar pada dimensi Bahagia Dunia dan Akhirat. Hasil tersebut menunjukkan perubahan skor pada kelompok uji coba, tetapi tidak membuktikan bahwa modul merupakan penyebab tunggal perubahan karena penelitian tidak menggunakan kelompok kontrol.

Secara keseluruhan, produk dinyatakan layak digunakan secara terbatas setelah revisi dalam konteks SMA Darul Hikmah. Keputusan tersebut didasarkan pada kebutuhan produk, kelayakan isi pada tingkat aspek umum, kepraktisan, keterlaksanaan agregat, dan perubahan skor pada kelompok uji coba. Keputusan ini tidak berarti bahwa modul telah terbukti efektif secara kausal, dapat digeneralisasikan kepada seluruh remaja, atau mampu menunjukkan tingkat keimanan dan kesalehan siswa secara mutlak.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullahi, N. D. (2025). Islamic Guidance And Counseling As A Framework For Personal And Societal Well-Being In Islamic Societies. *Al-Abshar: Journal of Islamic Education Management*, 4(1), 1–13. <https://doi.org/10.58223/al-abshar.v4i1.442>
- Abuhassna H, A. S. (2023). Instructional Design Made Easy! Instructional Design Models, Categories, Frameworks, Educational Context, and Recommendations for Future Work. *Eur J Investig Health Psychol . European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 13((4)), 715–735.
- Ahmad, N. A., Mayouf, A. A., Elias, N. F., & Mohamed, H. (2024). Learning management system instrument development based on Aiken's V technique. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 13(5), 3211–3219. <https://doi.org/10.11591/ijere.v13i5.28925>
- Al-Ghazali, A. H. M. (2025). *Ihya Ulumuddin*. Dar al-Kutub al-Ilmiyyah.
- Amirah Ellyza Wahdi. (2022). *National Surver Report*. Center for Reproductive Health.

- Apriyanti, Fadila, Syamsul Rizal, & Rosyada, Moh. F. (2023). Exploring the Concept of Nafs in Islamic Counseling: A Comprehensive Analysis of Philosophical Foundations and Implications for Education. *HEUTAGOGIA: Journal of Islamic Education*, 3(2), 169–181. <https://doi.org/10.14421/hjie.2023.32-03>
- Ayu Pratiwi, M., Nisa, K., Ibra Syakira, G., Elok Az Zahra, N., Haq Al Amin, A., Apriliano Lautan, S., Ma, I., Tsalitsah, isyatuts, & Ilma Antawati, D. (2025). *REFLEKSI DIRI ISLAMI DALAM JOURNALING: UPAYA PROMOSI KESEHATAN MENTAL DI KALANGAN REMAJA*.
- Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 248–287. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90022-L](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90022-L)
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The Strength Model of Self-Control. *Current Directions in Psychological Science*, 16(6), 351–355. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x>
- Branch, R. M. (2009). *Instructional Design: The ADDIE Approach*. Springer US. <https://doi.org/10.1007/978-0-387-09506-6>
- Christman, E., Miller, P., & Stewart, J. (2024). Beyond normalized gain: Improved comparison of physics educational outcomes. *Physical Review Physics Education Research*, 20(1). <https://doi.org/10.1103/PhysRevPhysEducRes.20.010123>
- Delgado, E., Serna, C., Martínez, I., & Cruise, E. (2022). Parental Attachment and Peer Relationships in Adolescence: A Systematic Review. In *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Vol. 19, Number 3). MDPI. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031064>
- Dollahite, D. C., & Marks, L. D. (2019). Positive youth religious and spiritual development: What we have learned from religious families. In *Religions* (Vol. 10, Number 10). MDPI AG. <https://doi.org/10.3390/rel10100548>
- Duckworth, A. L., Gendler, T. S., & Gross, J. J. (2016). Situational Strategies for Self-Control. *Perspectives on Psychological Science*, 11(1), 35–55. <https://doi.org/10.1177/1745691615623247>
- Field, A. P. (2018). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics (PDFDrive)* (Vol. 5). Sage Edge.
- Fisher, J. (2011). The four domains model: Connecting spirituality, health and well-being. *Religions*, 2(1), 17–28. <https://doi.org/10.3390/rel2010017>
- Gabriel A. Orenstein; Jasleen Kaur. (2026). *Erikson's Stages of Psychosocial Development*. StatPearls Publishing.
- Gollwitzer, P. M. (1999). Implementation intentions: Strong effects of simple plans. *American Psychologist*, 54(7), 493–503. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.54.7.493>
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>

- Hartati, S. (2018). *Tazkiyatun Nafs* as an effort to reduce premarital sexual behavior of adolescents. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 1(1), 33–44. <https://doi.org/10.25217/igcj.v1i1.207>
- Hayes, A. F., & Coutts, J. J. (2020). Use Omega Rather than Cronbach's Alpha for Estimating Reliability. But.... *Communication Methods and Measures*, 14(1), 1–24. <https://doi.org/10.1080/19312458.2020.1718629>
- Holm, S. (1979). A Simple Sequentially Rejective Multiple Test Procedure. *Journal of Statistics*, 6(2), 65–70.
- Ir. Doddy Izwardy, M., Airin Roshita, P., & dr. Cut Novianti Rachmi, M. P. (2019). *Panduan untuk Fasilitator HIDUP SEHAT SEJAK SEKARANG UNTUK REMAJA KEKINIAN*. Kementerian Kesehatan RI.
- Izah, S. C., Sylva, L., & Hait, M. (2024). Cronbach's Alpha: A Cornerstone in Ensuring Reliability and Validity in Environmental Health Assessment. In *ES Energy and Environment* (Vol. 23). Engineered Science Publisher. <https://doi.org/10.30919/esee1057>
- Jarvis, C. B., MacKenzie, S. B., & Podsakoff, P. M. (2003). A Critical Review of Construct Indicators and Measurement Model Misspecification in Marketing and Consumer Research. *Journal of Consumer Research*, 30(2), 199–218. <https://doi.org/10.1086/376806>
- John W. Creswell. (2009). *RESEARCH DESIGN Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (3rd ed.). SAGE Publications, Inc.
- Kania, N., Kusumah, Y. S., Dahlan, J. A., Nurlaelah, E., Gürbüz, F., & Bonyah, E. (2024). Constructing and providing content validity evidence through the Aiken's V index based on the experts' judgments of the instrument to measure mathematical problem-solving skills. *REID (Research and Evaluation in Education)*, 10(1), 64–79. <https://doi.org/10.21831/reid.v10i1.71032>
- Kementerian Agama Republik Indonesia. (2025). Panduan Kurikulum Berbasis Cinta di Madrasah. In *Panduan Kurikulum Berbasis Cinta di Madrasah*. Kementerian Agama Republik Indonesia.
- Keshavarzi, H., & Haque, A. (2013). Outlining a Psychotherapy Model for Enhancing Muslim Mental Health Within an Islamic Context. *International Journal for the Psychology of Religion*, 23(3), 230–249. <https://doi.org/10.1080/10508619.2012.712000>
- Krok, D. (2018). When is Meaning in Life Most Beneficial to Young People? Styles of Meaning in Life and Well-Being Among Late Adolescents. *Journal of Adult Development*, 25(2), 96–106. <https://doi.org/10.1007/s10804-017-9280-y>
- Lally, P., van Jaarsveld, C. H. M., Potts, H. W. W., & Wardle, J. (2010). How are habits formed: Modelling habit formation in the real world. *European Journal of Social Psychology*, 40(6), 998–1009. <https://doi.org/10.1002/ejsp.674>
- M Iqbal Abdurrohman, & Muhammad Adip. (2025). Islamic Psychology as a Solution for Students' Mental Health in the Modern Era. *Maklumat: Journal of Da'wah*

- and Islamic Studies, 3(1), 47–57.
<https://doi.org/10.61166/maklumat.v3i1.55>
- Malinakova, K., Kopcakova, J., Kolarcik, P., Geckova, A. M., Solcova, I. P., Husek, V., Kracmarova, L. K., Dubovska, E., Kalman, M., Puzova, Z., van Dijk, J. P., & Tavel, P. (2017). The Spiritual Well-Being Scale: Psychometric Evaluation of the Shortened Version in Czech Adolescents. *Journal of Religion and Health*, 56(2), 697–705. <https://doi.org/10.1007/s10943-016-0318-4>
- Mansir, F. (2020). Manajemen Pondok Pesantren di Indonesia dalam Perspektif Pendidikan Islam Era Modern. *QALAMUNA: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Agama*, 12(2). <https://doi.org/10.37680/qalamuna.v12i2.644>
- Mansir, F. (2022a). Problems of Islamic Religious Education in the Digital Era. *At-Ta'dib*, 17(2), 284. <https://doi.org/10.21111/at-tadib.v17i2.8405>
- Mansir, F. (2022b). *Tantangan Dan Ancaman Anak Indonesia: Potret Pendidikan Nasional Era Digital*. 11(1), 387–399. <https://doi.org/10.26877/paudia.v9i1.9990>
- Mat Jusoh, Mohd. S., Ahmad, H., & Abdul Rani, A. (2020). APLIKASI MODUL TAZKIYYAH AL-NAFS DALAM PEMBANGUNAN ROHANI DI KALANGAN PELAJAR DI UNIVERSITI MALAYSIA PAHANG. *International Journal of Humanities Technology and Civilization*, 72–79. <https://doi.org/10.15282/ijhtc.v5i1.4821>
- Matthew B. Miles, A. Michel Huberman, & Johnnya Saldan. (2014). *Qualitative-Data-Analysis*.
- Meisel, S. N., Fosco, W. D., Hawk, L. W., & Colder, C. R. (2019). Mind the gap: A review and recommendations for statistically evaluating Dual Systems models of adolescent risk behavior. In *Developmental Cognitive Neuroscience* (Vol. 39). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2019.100681>
- Messick, S. (1995). Validity of psychological assessment: Validation of inferences from persons' responses and performances as scientific inquiry into score meaning. *American Psychologist*, 50(9), 741–749. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.50.9.741>
- Morris, S. B., & DeShon, R. P. (2002). Combining effect size estimates in meta-analysis with repeated measures and independent-groups designs. *Psychological Methods*, 7(1), 105–125. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.7.1.105>
- Moses Adeleke Adeoye, Kadek Adrian Surya Indra Wirawan, Made Shania Satya Pradnyani, & Nyoman Intan Septiarini. (2024). Revolutionizing Education: Unleashing the Power of the ADDIE Model for Effective Teaching and Learning. *JPI (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 13(1), 202–209. <https://doi.org/10.23887/jpiundiksha.v13i1.68624>
- Mulyani, P. S. (2024). Guidance Counseling with a Spiritual Approach in Improving Adolescent Mental Health. *Archives of The Medicine and Case Reports*, 5(1), 573–576. <https://doi.org/10.37275/amcr.v5i1.472>

- Nafaz, T., Hasan, A. B. P., & Rahmawati, S. (2023). *The Effect of Spiritual Health on The Resilience of Level II Cadets at Maritime Higher Education in Jakarta*.
- Navarro, J. L. , T. J. R. H. (2022). Navarro, J.L., Tudge, J.R.H. *Technologizing Bronfenbrenner: Neo-Ecological Theory. Curr Psychol*.
- Pargament, K., Feuille, M., & Burdzy, D. (2011). The Brief RCOPE: Current psychometric status of a short measure of religious coping. *Religions*, 2(1), 51–76. <https://doi.org/10.3390/rel2010051>
- Roccas, S., & Brewer, M. B. (2002). Social Identity Complexity. *Personality and Social Psychology Review*, 6(2), 88–106. https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0602_01
- Rothman, A., & Coyle, A. (2018). Toward a Framework for Islamic Psychology and Psychotherapy: An Islamic Model of the Soul. *Journal of Religion and Health*, 57(5), 1731–1744. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0651-x>
- Ruble, D. N., Martin, C. L., & Berenbaum, S. A. (2007). Gender Development. In *Handbook of Child Psychology*. Wiley. <https://doi.org/10.1002/9780470147658.chpsy0314>
- Seprianto. (2024). 2024_Implementasi Layanan Bimbingan Konseling dalam Mewujudkan Kesejahteraan Psikologis Siswa di SMPIT An-Nida'Lubuklinggau. *Implementasi Layanan Bimbingan Konseling Dalam Mewujudkan Kesejahteraan Psikologis Siswa Di SMPIT An-Nida'Lubuklinggau*.
- Sham, F. M. (2015). PENDEKATAN PSIKOLOGI DAKWAH DALAM MENANGANI REMAJA BERISIKO: FOKUS PENDEKATAN BIMBINGAN JIWA (Psychology of Da'wah to Deal Adolescents at Risk: Focusing on Spiritual Counselling). In *Jurnal Hadhari* (Vol. 7, Number 2). www.ukm.my/jhadhari
- Sijtsma, K. (2009). On the Use, the Misuse, and the Very Limited Usefulness of Cronbach's Alpha. *Psychometrika*, 74(1), 107–120. <https://doi.org/10.1007/s11336-008-9101-0>
- Sita, R., Ula, L., Furqonuddin, A., & Syaputra, D. (2025). Kebermaknaan Hidup Remaja: Analisis dan Implikasi dalam Bimbingan Konseling Islam. *DA'WA: Jurnal Bimbingan Penyuluhan & Konseling Islam*, 5(1), 2025–2040. <https://doi.org/10.36420/dawa>
- Spatioti, A. G., Kazanidis, I., & Pange, J. (2022). A Comparative Study of the ADDIE Instructional Design Model in Distance Education. In *Information (Switzerland)* (Vol. 13, Number 9). MDPI. <https://doi.org/10.3390/info13090402>
- Suhertina. (2025). *Islamic-Based Counseling Approaches for Student Mental Well-Being: A Systematic Literature Review*. (15).
- Thomas, E. A. (1983). Notes on effort and achievement-oriented behavior. *Psychological Review*, 90(1), 1–20. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.90.1.1>

- Trust, T. , & P. E. (2018). Using the ADDIE Model and Universal Design for Learning Principles to Develop an Open Online Course for Teacher Professional Development. *Journal of Digital Learning in Teacher Education*, 34(4).
- West, M., Rice, S., & Vella-Brodrick, D. (2024). Adolescent Social Media Use through a Self-Determination Theory Lens: A Systematic Scoping Review. In *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Vol. 21, Number 7). Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI). <https://doi.org/10.3390/ijerph21070862>
- Wood, W., & Rünger, D. (2016). Psychology of Habit. *Annual Review of Psychology*, 67(1), 289–314. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-122414-033417>
- Yang, Y., Wang, H., Gong, S., & Qiu, Y. (2025). The Relationship Between Self-Concept Clarity and Meaning in Life Among Adolescents: Based on Variable-Centered Perspective and Person-Centered Perspective. *Behavioral Sciences*, 15(7). <https://doi.org/10.3390/bs15070948>
- Zakariya, Y. F. (2022). Cronbach's alpha in mathematics education research: Its appropriateness, overuse, and alternatives in estimating scale reliability. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1074430>
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2