PENGEMBANGAN MODUL TEKNIK RESTRUKTURISASI KOGNITIF UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SANTRI PONDOK PESANTREN SALAFIYAH SYAFI'IYAH ASYHARIYAH CURAHLELE DALAM MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER

Moh Syamsul Anas[1], Imaratul Ulwiyah, S.S. M.Hum[2], Ika Romika Mawaddati, M.Pd.I[3]
[1]Universitas PGRI Argopuro Jember
[2]Universitas PGRI Argopuro Jember
[3]Universitas PGRI Argopuro Jember
[1]syamsulanas756@gmail.com, [2]ulwiyahimaratul85@mail.unipar.ac.id,
[3]romika.mawaddah@mail.unipar.ac.id

ABSTRACT

Self-confidence in participating in extracurricular activities is an important asset in fostering the spirit of edupreneurship among students. Through these activities, students not only learn to collaborate and develop their potential, but also practice entrepreneurial skills, leadership, and independence. However, low self-confidence often becomes an obstacle for students to actively participate, thus requiring appropriate interventions through guidance and counseling services.This study aims to develop a guidance and counseling module based on cognitive restructuring techniques to improve students' self-confidence at Pondok Pesantren Salafiyyah Syafi'iyah Asyhariyah Curah Lele Balung Jember. Cognitive restructuring was chosen because it helps students transform negative thought patterns into positive ones, thereby increasing their confidence in joining activities. The research method used was Research and Development (R&D) referring to Borg and Gall's steps. The research subjects were specifically selected students with low self-confidence. The developed module was tested through assessments by media experts, material experts, and potential users. The results showed that the module is feasible for use. Media expert validation on aspects of attractiveness and language obtained a score of 85.94% (very feasible). Material expert validation on accuracy, usefulness, and feasibility aspects obtained a score of 75% (feasible). The user trial involving 10 students with low self-confidence showed results as follows: suitability 81.25%, usefulness 80.36%, and attractiveness 80.36%. Based on these findings, the guidance and counseling module based on cognitive restructuring techniques is declared very feasible to be developed and applied in improving students' self-confidence in extracurricular activities.

Keywords: Module Development, Cognitive Restructuring, Self-Confidence

ABSTRAK

Percaya diri dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu modal penting dalam menumbuhkan jiwa edupreneur pada santri. Melalui kegiatan tersebut, santri tidak hanya belajar bekerja sama dan mengembangkan potensi diri, tetapi juga melatih keterampilan kewirausahaan, kepemimpinan, dan kemandirian. Namun, rendahnya rasa percaya diri kerap menjadi hambatan bagi santri dalam berpartisipasi aktif, sehingga diperlukan intervensi yang tepat melalui layanan bimbingan dan konseling. Penelitian ini bertujuan mengembangkan modul BK berbasis teknik restrukturisasi kognitif guna meningkatkan rasa percaya diri santri di Pondok Pesantren Salafiyyah Syafi'iyah Asyhariyah Curah Lele Balung Jember. Teknik restrukturisasi kognitif dipilih karena mampu membantu santri mengubah pola pikir negatif menjadi positif sehingga lebih percaya diri dalam mengikuti kegiatan. Metode penelitian menggunakan Research and Development (R&D) dengan langkah-langkah Borg and Gall. Subjek penelitian adalah santri yang dipilih secara khusus dengan tingkat rasa percaya diri rendah. Modul yang dikembangkan diuji melalui penilaian ahli media, ahli materi, dan calon pengguna. Hasil penelitian menunjukkan modul dinyatakan layak digunakan. Uji ahli media pada aspek kemenarikan dan kebahasaan memperoleh skor 85,94% (sangat layak). Uji ahli materi pada aspek ketepatan, kegunaan, dan kelayakan memperoleh skor 75% (layak). Uji coba calon pengguna yang melibatkan 10 santri menunjukkan hasil: kesesuaian 81,25%, kegunaan 80,36%, dan kemenarikan 80,36%. Berdasarkan hasil tersebut, modul BK berbasis restrukturisasi kognitif dinyatakan sangat layak untuk digunakan dalam meningkatkan rasa percaya diri santri dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.

Kata Kunci: Pengembangan modul, Restrukturisasi Kognitif, Percaya Diri

A. Pendahuluan

bagian Pondok pesantren berperan tidak hanya sebagai lembaga pendidikan agama, tetapi juga sebagai tempat pembinaan karakter dan pengembangan potensi diri santri secara menyeluruh. Salah satu sarana yang digunakan untuk menumbuhkan potensi tersebut adalah melalui kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ini memberi ruang bagi santri untuk mengasah bakat dan minat mereka, sekaligus membangun sikap positif seperti tanggung jawab, keterampilan sosial, dan percaya diri. Namun, realitas di lapangan menunjukkan bahwa tidak semua santri mampu

mengembangkan potensinya secara optimal melalui kegiatan ekstrakurikuler. Menurut laporan UNICEF (2025) tentang kesejahteraan remaja di lingkungan pendidikan berbasis agama di Asia Tenggara, ditemukan bahwa lebih dari 40% remaja di lingkungan pesantren mengalami tingkat percaya diri yang rendah, khususnya dalam konteks berbicara di depan umum, mengambil keputusan, dan keterlibatan sosial.

Salah satu faktor utama yang memengaruhi rendahnya percaya diri adalah rasa takut akan penilaian negatif dari orang lain, serta kurangnya dukungan psikososial yang terstruktur di lingkungan pendidikan berbasis asrama. UNICEF (2025) menekankan bahwa rendahnya kepercayaan diri di kalangan remaja, termasuk santri di lingkungan pesantren, berpotensi menghambat perkembangan keterampilan abad ke-21 seperti komunikasi, kolaborasi, dan kepemimpinan yang justru menjadi fokus utama dalam kegiatan ekstrakurikuler. Kepercayaan diri yang rendah ini menjadi tantangan serius karena dapat berdampak pada penyesuaian sosial yang buruk, menurunnya motivasi belajar, serta meningkatnya risiko ketidak betahan di lingkungan asrama.

Fenomena ini mencerminkan tren yang juga terjadi pada remaja secara umum, di mana rendahnya percaya diri dapat mengganggu proses pembelajaran dan perkembangan karakter. Fenomena serupa juga terjadi dilingkungan pesantren, banyak santri merasa ragu untuk berbicara di depan umum, enggan berpartisipasi aktif dalam diskusi, serta takut mengambil tanggung jawab dalam organisasi. Selain itu, adanya stigma terhadap masalah psikologis dan minimnya akses terhadap layanan konseling menyebabkan santri sering kali tidak tahu harus ke mana mencari bantuan, atau bahkan enggan melakukannya karena khawatir dianggap lemah. Kondisi ini berisiko memperkuat ketidakpercayaan diri santri dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, menciptakan siklus negatif yang terus berulang dari waktu ke waktu. Berdasarkan observasi, wawancara dengan pengurus pondok dan guru pembimbing, serta angket survei

menunjukkan bahwa partisipasi santri dalam kegiatan ekstrakurikuler bahasa Inggris masih rendah. Hal ini terutama disebabkan oleh kurangnya rasa percaya diri, seperti rasa malu, takut diejek, belum berani mengambil keputusan, dan enggan mengemukakan pendapat. Kondisi tersebut berdampak pada minimnya keterlibatan santri, bahkan membuat sebagian merasa tidak betah di pondok, meskipun secara kemampuan linguistik mereka tergolong baik. Masalah rendahnya percaya diri ini telah berlangsung secara turun-temurun, sehingga kegiatan ekstrakurikuler bahasa Inggris berisiko hanya menjadi rutinitas tanpa makna yang signifikan bagi santri.

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian dan pengembangan ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana cara membuat media layanan bimbingan konseling yang bisa di gunakan untuk membantu meningkatkan percaya diri santri dalam mengikuti ekstrakurikuler Bahasa inggris?
2. Sejauh mana tingkat validitas dan kepraktisan dari modul teknik restrukturisasi kognitif untuk upaya meningkatkan percaya diri santri dalam mengikuti ekstrakurikuler Bahasa inggris?

Tujuan Penelitian Pengembangan

1) Mengembangkan modul bimbingan dan konseling yang menggunakan teknik restrukturisasi kognitif (RK) sebagai intervensi untuk meningkatkan percaya diri santri dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di lingkungan pondok pesantren.

2) Menguji tingkat validitas dan kepraktisan modul teknik restrukturisasi kognitif (RK) melalui penilaian para ahli dan pengguna (praktisi BK dan santri), sehingga dapat digunakan sebagai media pendukung dalam layanan bimbingan dan konseling di pondok pesantren.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menerapkan metode Research and Development (R&D), yang dikenal juga sebagai metode penelitian dan pengembangan. Model R&D yang umum digunakan antara lain: ADDIE (Analyze, Design, Develop, Implement, Evaluate), 4D (Define,

Design, Develop, Disseminate), Borg & Gall (dengan tahapan rinci dan siklus berulang), Dick & Carey (menekankan desain instruksional sistematis), serta Sugiyono (10 langkah mulai dari identifikasi masalah hingga produksi massal).

Metode Research and Development (R&D) ini digunakan untuk mengembangkan atau menciptakan suatu produk melalui serangkaian pengujian guna memastikan kelayakan dan fungsionalitasnya sebelum digunakan secara luas. Menurut (Hilman & Imam, 2024) didalam penelitiannaya menyatakan bahwa metode R&D sendiri merupakan langkah-langkah yang digunakan dalam menghasilkan produk tertentu, mengkaji keefektifan produk tersebut atau untuk melakukan pengembangan sebuah produk atau penyempurnaan produk yang telah ada sebelumnya.

Prosedur penelitian dan pengembangan dalam penelitian ini menggunakan model Borg and Gall , Menurut (Hendrawan, 2024) Model tersebut mempunyai langkah-langkah sebagai berikut :

1) Studi pendahuluan: Studi pendahuluan merupakan tahap awal dalam penelitian dan pengembangan yang bertujuan untuk menggali informasi serta memahami kebutuhan terkait produk yang akan dikembangkan.

2) Perencanaan: menyusun perencanaan yang berkaitan dengan analisis yang akan digunakan untuk menetapkan arah dan sasaran yang ingin dicapai melalui produk yang dikembangkan.

3) Pengembangan produk awal: Langkah ini meliputi: 1) Menentukan desain produk yang akan dikembangkan (desain hipotetik); 2) menentukan sarana dan prasarana penelitian yang dibutuhkan selama proses penelitian dan pengembangan; 3) menentukan tahaptahap pelaksanaan uji desain di lapangan; 4) menentukan deskripsi tugas pihakpihak yang terlibat dalam penelitian Uji lapangan awal.

4) Preliminary Field Testing Langkah ini merupakan uji produk secara terbatas. Langkah ini meliputi: 1) melakukan uji lapangan awal terhadap desain produk; 2) bersifat terbatas, baik substansi desain maupun pihak-pihak yang

terlibat; 3) uji lapangan awal dilakukan secara berulang-ulang sehingga diperoleh desain layak, baik substansi maupun metodologi.

5) Revisi Hasil Uji Lapangan Terbatas (Main Product Revision) Langkah ini merupakan perbaikan model atau desain berdasarakan uji lapangan terbatas. Penyempurnaan produk awal akan dilakukan setelah dilakukan uji coba lapangan secara terbatas. Pada tahap penyempurnaan produk awal ini, lebih banyak dilakukan dengan pendekatan kualitatif. Evaluasi yang dilakukan lebih pada evaluasi terhadap proses, sehingga perbaikan yang dilakukan bersifat perbaikan internal. Uji lapangan operasional.

6) Main Field Test Langkah merupakan uji produk secara lebih luas. Langkah ini meliputi 1) melakukan uji efektivitas desain produk; 2) uji efektivitas desain, pada umumnya, menggunakan teknik eksperimen model penggulangan; 3) Hasil uji lapangan adalah diperoleh desain yang efektif, baik dari sisi substansi maupun metodologi.

7) Revisi Hasi Uji Lapangan Lebih Luas (Operational Product Revision) Langkah ini merupakan perbaikan kedua setelah dilakukan uji lapangan yang lebih luas dari uji lapangan yang pertama. Penyempurnaan produk dari hasil uji lapangan lebih luas ini akan lebih memantapkan produk yang kita kembangkan, karena pada tahap uji coba lapangan sebelumnya dilaksanakan dengan adanya kelompok kontrol. Desain yang digunakan adalah pretest dan posttest. Selain perbaikan yang bersifat internal.

8) Uji Kelayakan (Operational Field Testing) Langkah ini meliputi sebaiknya dilakukan dengan skala besar: 1) melakukan uji efektivitas dan adaptabilitas desain produk; 2) uji efektivitas dan adabtabilitas desain melibatkan para calon pemakai produk; 3) hasil uji lapangan adalah diperoleh model desain yang siap diterapkan, baik dari sisi substansi maupun metodologi.

9) Revisi Final Hasil Uji Kelayakan (Final Product Revision) Langkah ini akan lebih menyempurnakan produk yang sedang dikembangkan. Penyempurnaan produk akhir dipandang perlu untuk lebih

akuratnya produk yang dikembangkan. Pada tahap ini sudah didapatkan suatu produk yang tingkat efektivitasnya dapat dipertanggungjawabkan. Hasil penyempurnaan produk akhir memiliki nilai "generalisasi" yang dapat diandalkan.

10) Desiminasi dan Implementasi Produk Akhir (Dissemination and Implementation) Laporan hasil dari R & D melalui forum-forum ilmiah, ataupun melalui media massa. Distribusi produk harus dilakukan setelah melalui quality control.

Table Interpretasi Hasil Analisis Data Uji Validator Dan Calon Pengguna Produk

Interval Presentasi	Kategori Kesepakatan
81% - 100%	Sangat Tinggi
61% - 80%	Tinggi
41% - 60%	Sedang
21% - 40%	Kurang
0 - 20%	Sangat kurang

Analisis data kualitatif dilakukan terhadap masukan, saran, dan kritik yang diberikan oleh ahli materi bimbingan dan konseling, ahli media pembelajaran, serta calon pengguna produk. Data verbal tersebut dianalisis secara deskriptif dan rinci agar dapat menjadi dasar dalam melakukan revisi serta penyempurnaan produk yang dikembangkan. Dengan demikian, produk yang dihasilkan diharapkan memenuhi kriteria kemanfaatan, kelayakan, ketepatan, dan daya tarik.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

rincian Hasil observasi awal menunjukkan bahwa tingkat percaya diri santri dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler masih tergolong rendah. Fenomena ini tercermin dari rendahnya partisipasi aktif, minimnya inisiatif, serta kurangnya keberanian dalam mengekspresikan pendapat di lingkungan pondok pesantren. Berdasarkan kondisi tersebut, dikembangkan sebuah modul bimbingan dan konseling berbasis teknik restrukturisasi kognitif yang bertujuan untuk meningkatkan percaya diri santri di Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Asyhariyah Curah Lele Balung Jember.

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Research and Development* (R&D) dengan mengadaptasi model Borg & Gall

yang dimodifikasi menjadi tujuh tahap utama. Modul disusun dalam format ukuran A4 dan memuat materi terkait konsep kepercayaan diri, pengaruh pola pikir negatif terhadap perilaku, serta langkah-langkah penerapan teknik restrukturisasi kognitif dalam konteks pengembangan diri santri.

Penilaian ahli media bertujuan untuk mengukur kelayakan modul dari aspek kemenarikan, yang dinilai melalui dua indikator, yaitu kemenarikan dan kebahasaan. Uji ahli media ini dilakukan oleh seorang dosen yang memiliki keahlian di bidang media, sesuai dengan kualifikasi yang telah ditetapkan peneliti. Berikut disajikan uraian hasil penilaian uji ahli media tersebut.

No	Aspek Penelitian	Skor Nilai Ahli Bk	Kategori
Indikator : kegerafisan			
1.	Bagaimanakah tingkat kemenarikan sampul buku modul BK?	3	Tinggi
2.	Bagaimanakah tingkat kemenarikan warna sampul buku modul BK?	3	Tinggi
3.	Bagaimanakah tingkat kemenarikan komposisi gambar pada sampul buku modul BK?	4	Tinggi
4.	Bagaimana tingkat kemenarikan model huruf pada sampul?	4	Tinggi
5.	Bagaimana tingkat kemenarikan desain layout pada setiap halaman?	4	Tinggi
6.	Bagaimana tingkat kemenarikan desain halaman isi pada buku modul BK?	3	Tinggi
7.	Bagaimana tingkat kemenarikan penulisan huruf pada isi materi buku modul BK?	3	Tinggi
8.	Bagaimana tingkat kesesuaian seluruh warna pada buku modul BK?	4	Tinggi
9.	Bagaimana tingkat kemenarikan tata warna dalam setiap bab dalam buku modul BK?	4	Tinggi
10.	Bagaimana tingkat kemenarikan tata warna pada setiap lembar modul BK?	4	Tinggi
11.	Bagaimana tingkat kemenarikan gambar pada isi buku modul BK?	3	Tinggi
12.	Bagaimana tingkat ketepatan peletakan gambar pada setiap halaman modul BK?	3	Tinggi
Indikator : kebahasaan			
1.	Bagaimana tingkat ketepatan ukuran huruf pada isi materi dalam modul BK?	3	Tinggi
2.	Bagaimana tingkat ketepatan spasi antar susunan baris dan huruf dalam buku modul BK?	3	Tinggi
3.	Bagaimana tingkat ketepatan struktur kepenulisan pada buku modul BK?	4	Tinggi
4.	Bagaimana tingkat kejelasan huruf dalam buku modul BK?	3	Tinggi
Persentase rata-rata			85,94%

Table 1.4 Data Hasil Uji Ahli Media Layanan Terhadap Aspek Kegerafisan Produk

Berdasarkan hasil uji ahli media terhadap aspek kegrafisan produk, secara umum modul BK ini dinilai memiliki kualitas grafis yang baik. Mayoritas indikator, seperti kemenarikan sampul, komposisi gambar, model huruf, desain tata

letak, dan kombinasi warna pada berbagai bagian modul, memperoleh penilaian dengan kategori 'tinggi'. Hal ini ditunjukkan oleh total persentase penilaian sebesar 85,94%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa modul BK ini secara keseluruhan memiliki tampilan grafis yang menarik dan layak digunakan, meskipun masih terdapat beberapa bagian yang perlu diperbaiki agar kualitasnya semakin optimal.

Dilihat dari hasil uji coba yang telah dilakukan oleh peneliti kepada 8 calon pengguna menunjukan hasil yang memuaskan, hal ini terbukti dari respon para calon pengguna yang menunjukan perubahan dalam segi percaya dirinya, hal ini juga di tunjukan dari hasil penyebaran intrumen tepatnya pada aspek kegunaan, yang mana para calon pengguna memberikan respon tertinggi sebanyak 82,14% dan untuk yang terendah sebanyak 75%, dari hasil ini menunjukan bahwasanya teknik restrukturisasi kognitif, memiliki dampak yang signifikan jika digunakan untuk membantu para peserta didik dalam meningkatkan percaya diri, meskipun masih ada beberapa santri khususnya 2 orang dari 8 pengguna tersebut hanya mengalami sedikit perubahan dibandingkan dengan 6 pengguna lainya, alasanya dikarenakan mereka media kurang suka membaca, setelah mengetahui alasan dari 2 calon pengguna ini peneliti melakukan revisi terhadap modul dengan harapan dapat menghasilakn modul yang lebih menarik para peserta didik agar tidak merasa bosan dalam mempelajari isi dari modul.

Dalam penelitian ini menggunakan metode pengembangan (research and development), yaitu penelitian yang digunakan untuk mengembangkan atau menciptakan suatu media dan menguji keefektifan media tersebut. Penelitian pengembangan pada penelitian ini menggunakan langkah pengembangan Borg & Gall yang terdiri dari 10 langkah pengembangan, namun pada penelitian ini hanya sampai langkah ke-7, yaitu:

1) Tahap pengumpulan data awal,

2) Perencanaan,

3) Pengembangan produk,

4) Uji validasi produk awal,

5) Revisi produk,

6) Uji coba calon pengguna,

7) Revisi atau penyempurnaan produk hasil uji lapangan.

Hal tersebut disesuaikan dengan kebutuhan maupun kondisi dalam proses pengembangan. Pengembangan desain modul dalam penelitian ini menggunakan web Canva dengan ukuran kertas A4 (21 x 29,7 cm). Rancangan modul BK dengan teknik Restrukturisasi Kognitif dalam meningkatkan percaya diri santri terdiri dari:

a) Bagian 1 berisi orientasi modul,

b) Bagian 2 gambaran seputar konsep percaya diri,

c) Bagian 3 gambaran seputar teknik Restrukturisasi Kognitif,

d) Bagian 4 implementasi penggunaan teknik Restrukturisasi Kognitif dalam meningkatkan percaya diri santri, dan

e) Bagian 5 sebagai penutup sekaligus saran.

Modul ini dapat dijadikan sebagai media pendukung oleh para dewan assatid maupun guru bimbingan dan konseling di sekolah dalam membantu para peserta didik (santri) meningkatkan rasa percaya dirinya. Setiap bagian dalam modul dilengkapi dengan gambar sebagai penjelas materi agar memberikan contoh yang nyata dan menarik, sehingga santri tidak merasa bosan dan dapat memahami materi secara mandiri.

Subjek pada penelitian ini adalah santri putra Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Asyhariyah Curah Lele Balung Jember. Media yang dikembangkan berupa modul BK dengan teknik Restrukturisasi Kognitif dalam meningkatkan percaya diri santri. Modul ini memuat materi seputar konsep percaya diri, teknik Restrukturisasi Kognitif, gambar pendukung materi, serta langkah-langkah penerapan teknik Restrukturisasi Kognitif. Sebelum adanya media ini, proses yang dilakukan oleh pihak dewan assatid di pesantren dilakukan secara ceramah

di dalam kelas tanpa media pendukung, sehingga proses tersebut kurang efisien dalam memotivasi santri meningkatkan rasa percaya diri mereka. Dari permasalahan rendahnya rasa percaya diri tersebut, diperlukan solusi berupa media pembelajaran yang tepat, salah satunya melalui modul BK dengan teknik Restrukturisasi Kognitif.

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan observasi, wawancara, dan angket. Untuk menilai kelayakan modul, peneliti menggunakan instrumen validasi yang diberikan kepada ahli media, ahli materi, dan calon pengguna. Menurut (Syarifah, 2017) validasi dilakukan untuk mengetahui kelayakan media sebelum digunakan dalam pembelajaran. Validasi produk dilakukan dengan memberikan instrumen penilaian kepada para ahli. Cara menghitung hasil uji validasi menggunakan rumus validasi (Akbar, 2017).

Berdasarkan hasil uji validasi, penilaian ahli media terhadap modul BK (indikator kegerafisan dan kebahasaan) menunjukkan skor persentase 91,67% (kategori sangat layak). Penilaian ahli materi (indikator ketepatan, kegunaan, dan kelayakan) menunjukkan skor 75% (kategori layak). Setelah mendapatkan masukan dari para ahli, modul direvisi dan dinyatakan valid untuk diuji cobakan kepada pengguna.

Uji coba calon pengguna menggunakan angket dengan tiga aspek penilaian, yaitu kesesuaian, kegunaan, dan kemenarikan. Uji coba ini diikuti oleh 10 santri putra Pondok Pesantren Salafiyyah Syafi'iyah Asyhariyah Curah Lele Balung Jember. Hasil penilaian menunjukkan persentase aspek kesesuaian sebesar 81,67%, aspek kegunaan sebesar 80,36%, dan aspek kemenarikan sebesar 75.00%. Hasil ini menunjukkan bahwa modul layak untuk digunakan.

Selain angket, para calon pengguna juga memberikan saran dan masukan yang digunakan untuk revisi akhir modul BK dengan teknik Restrukturisasi Kognitif dalam meningkatkan percaya diri santri, agar menjadi produk yang layak digunakan terutama untuk membantu santri mengembangkan rasa percaya dirinya.

Dilihat dari respon para calon pengguna, teknik Restrukturisasi

Kognitif yang digunakan dalam penelitian ini terbukti cukup efektif dalam membantu santri meningkatkan rasa percaya dirinya. Hal ini terlihat dari perubahan mereka dalam mengungkapkan pendapat, mengambil keputusan, dan berani mencoba tantangan baru. Namun, terdapat dua dari sepuluh calon pengguna yang menunjukkan perubahan lebih lambat karena merasa bosan dengan tampilan modul.

E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa: Penelitian ini menghasilkan produk berupa Modul Bimbingan dan Konseling dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif yang dirancang untuk membantu meningkatkan percaya diri santri Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Asyhariyah Curahlele dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Modul disusun secara sistematis dan mudah dipahami, dilengkapi materi tentang konsep percaya diri, pengaruh pola pikir negatif, serta langkah-langkah penerapan teknik restrukturisasi kognitif.

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan ini, Peneliti dapat memberikan saran terkait pengembangan modul BK dengan teknik restrukturisasi kognitif dalam meningkatkan percaya diri sebagai berikut:

1) Bagi Guru BK/Pembimbing Ekstrakurikuler di Pondok Pesantren

Dapat memanfaatkan modul teknik restrukturisasi kognitif ini sebagai alternatif media bimbingan kelompok atau konseling individu untuk membantu santri dengan percaya diri rendah.

2) Bagi Lembaga Pendidikan/Pondok Pesantren

Perlu memberikan dukungan penuh terhadap pelaksanaan program bimbingan dan konseling berbasis modul ini, baik dari segi fasilitas, waktu, maupun kebijakan, sehingga dapat berjalan secara berkelanjutan.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat mengembangkan modul ini ke dalam bentuk interaktif digital atau multimedia agar lebih menarik dan adaptif dengan perkembangan teknologi.

DAFTAR PUSTAKA

A.R, F., & , Syamsul Bachri Thalib, S. L. (2023). Penerapan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama. Pinisi Journal of Education, 3(3), 115–129.

Akbar, A. (2017). Membudayakan Literasi Dengan Program 6M Di Sekolah Dasar. Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar, 3(1), 42. https://doi.org/10.30870/jpsd.v3i1.1093

Amalia, M., Putro, H. E., Magelang, U. M., Group, O., Posttest, P., Banyubiru, D., Dukun, K., & Magelang, K. (2025). Pengaruh konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan emosional remaja. Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 11(2), 99–111.

Anggraini, I. P., & Darmawanti, I. (2023). Gambaran Kepercayaan Diri Pada Siswa Yang Mengalami Hambatan Presentasi. Community Development Journal, 4(2), 4565–4571.

Ayu Rinata, Muhimmatul Hasanah, & Prianggi Amelasasih. (2025). Gambaran Pengembangan Kepercayaan Diri pada Peserta Didik Berkebutuhan Khusus (PDBK) di SMA “X” Kabupaten Gresik. Observasi : Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi, 3(2), 293–305. https://doi.org/10.61132/observasi.v3i2.1156

Baroqah, L. (2024). Efektivitas Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Kelas Viii Smp Negeri 1 Kalibaru. Consilium: Education and Counseling Journal, 4(2), 398. https://doi.org/10.36841/consilium.v4i2.5120

Billa. (2024). Penggunaan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Meningkatkan Perilaku Open Mindedness Pada Siswa Smpn 3 Mesjid Raya. Table 10, 4–6. https://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/34925

Capah, A., Indah T, K., Mardayanti, F., Sitorus, S. Q., Siahaan, T. L., Siregar, W. M., & Pratama, A. (2025). Hambatan yang di Hadapi Guru SD dalam Merancang Modul Ajar di Kurikulum Merdeka. Dinamika Pembelajaran : Jurnal Pendidikan Dan Bahasa, 28–29. https://journal.lpkd.or.id/index.php/Dilan

Darusman, A. (2023). Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas X SMA MINQOTHROTUL Ulum Gumukmas. PANDALUNGAN : Jurnal Penelitian Pendidikan, Bimbingan, Konseling Dan Multikultural, 1(1),

41–49. https://doi.org/10.31537/pandalungan.v1i1.837

Febrianti, Y. E., Khairani, M., & Pasaribu, M. D. (2025). Sosialisasi Kepada Orangtua Dalam Pemenuhan Gizi AUD Yang Mempengaruhi Neurosains Di R.A Al-Akbar Padangsidimpuan. Zona: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 2(1), 83–95. https://doi.org/10.71153/zona.v2i1.125

Habsy, B. A., & Suryoningsih, M. (2022). Konseling Kelompok Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Karir Siswa SMK, Efektifkah? Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik), 6(2), 46–51. https://doi.org/10.26740/bikotetik.v6n2.p46-51

Hendrawan. (2024). Konseling Kelompok Dengan Teknik Cognitive Restructuring Terhadap Tingkat Body Shame Pada Remaja Di Smp Al-Azhar 3 Kedaton Bandar Lampung Skripsi. Table 10, 4–6. https://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/34925

Hilman Aziz, & Imam Suharjo. (2024). Pengembangan Sistem Keamanan Gerbang Rumah Smart Home Berbasis IoT dengan Metode RnD. JEKIN - Jurnal Teknik Informatika, 4(3), 663–674. https://doi.org/10.58794/jekin.v4i3.895

Jusu, & Sobari. (2021). Pelatihan Pembuatan Modul Pembelajaran Untuk Mendukung Pembelajaran Online. 2(1), 33–37.

Kinanti, A., Adrias, A., & Syam, S. S. (2025). Analisis Dampak Kepercayaan Diri Terhadap Kemampuan Berbicara Siswa di SD. Bahasa Dan Ilmu Sosial, 3(2), 291–306. https://journal.aripi.or.id/index.php/Nakula

Lubis, N., Luziano, J., Adhita, A., Lombu, A., & Gunawan, R. (2025). Konseling Dengan Pendekatan Kognitif Untuk Menurunkan Traumatik Pada Remaja. TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 8(3), 126–142. https://doi.org/10.26539/teraputik.833732

Mamlu'ah, A. (2019). Konsep Percaya Diri Dalam Al Qur'an Surat Ali Imran Ayat 139. Al-Aufa: Jurnal Pendidikan Dan Kajian Keislaman, 1(1), 30–39. https://doi.org/10.36840/alaufa.v1i1.222

Nurkia, S., & Sulkifly, S. (2020). Penerapan Teknik Konseling Restrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. JAMBURA Guidance and Counseling Journal, 1(1), 14–30.

https://doi.org/10.37411/jgcj.v1i1.133

Nurul Rahmah , Abdullah Pandang, A. H. (2023). Penerapan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Akademik Siswa SMPN 4 Bantimurung. Pinisi Journal of Art, Humanity & Social Studies 1, 1–9.

Okra, R., & Novera, Y. (2019). Pengembangan Media Pembelajaran Digital IPA Di SMP N 3 Kecamatan Pangkalan. Journal Educative : Journal of Educational Studies, 4(2), 121. https://doi.org/10.30983/educative.v4i2.2340

Prasetiyowati, T., & Dimas Ardika Miftah Farid. (2025). Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa SMA. G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 9(2), 1262–1276. https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.6141

Puspitasari, A. D. (2019). Penerapan Media Pembelajaran Fisika Menggunakan Modul Cetak dan Modul Elektronik Pada Siswa SMA. Jurnal Pendidikan Fisika, 7(1), 17–25. http://journal.uin-alauddin.ac.id/indeks.php/PendidikanFisika

Putri, S. H., Agistiyani, A., Ulfa, N., & Lathifah, N. (2024). Sikap Percaya Diri dalam Bentuk Self-love di Kalangan Ambassador UNIBI. ArtComm, 7(2), 247–255. https://doi.org/10.37278/artcomm.v7i2.993

Rizki, C., Zain, M. I., & Muslehudin, M. (2025). Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Kelas IV Melalui Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) di SDN 7 Cakranegara. Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan, 10(1), 402–406. https://doi.org/10.29303/jipp.v10i1.2923

Sari, E. I., Huda, N., & Syamsurizal, S. (2021). Pengembangan Media Pembelajaran Matematika Berbasis Konstruktivisme pada Materi Segitiga Siswa Kelas VII SMP. Jurnal Cendekia : Jurnal Pendidikan Matematika,