

**KEGIATAN SPIRITUAL SEBAGAI PENGUATAN IMUNITAS SANTRI
PASCA PANDEMI *COVID-19*
DI PESANTREN MAHASISWA AN-NAJAH**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri
Purwokerto Guna Memenuhi Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)**

Oleh:

MARIA ULFAH

NIM: 1717101113

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT
FAKULTAS DAKWAH**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PROF. K. H. SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO**

2022

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maria Ulfah

NIM : 1717101113

Jenjang : S-1

Fakultas : Dakwah

Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul Skripsi : Kegiatan Spiritual Sebagai Penguatan Imunitas Santri Pasca Pandemi *COVID-19* Di Pesantren Mahasiswa An-Najah

Menyatakan bahwa naskah skripsi ini merupakan penelitian atau karya sendiri kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Purwokerto, 8 Agustus 2022

Yang membuat pernyataan,



Maria Ulfah

NIM: 1717101113

PROF. KH. SAIFUDDIN AL-MURRI



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK
INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH**

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

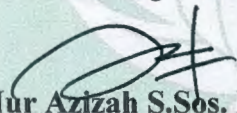
PENGESAHAN

Skripsi Berjudul

**Kegiatan Spiritualitas Sebagai Penguatan Imunitas Santri Pasca Covid-19
di Pesantren Mahasiswa An-najah**

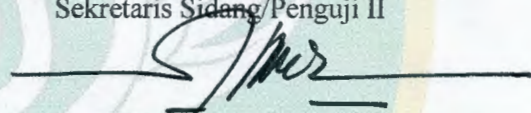
Yang disusun oleh **Maria Ulfah** NIM. 1717101113 Program Studi **Bimbingan dan Konseling Islam** Jurusan **Konseling dan Pengembangan Masyarakat Islam** Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifudin Zuhri, telah diujikan pada hari Kamis tanggal **14 Juli 2022** dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial dalam Bimbingan dan Konseling Islam** oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing


Nur Azizah S.Sos. I., M.Si.

NIP. 19810117 200801 2 010

Sekretaris Sidang/Penguji II


Ageng Widodo, M.A.

NIP. 190930622 201903 1 015

Penguji Utama


Dra. Amirotn Sholikhah, M. Si

NIP. 19651006 199303 2 002

Mengesahkan,

Purwokerto, ... 10-8-2022

Dekan,


Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag.

19691219 199803 1 001



NOTA DINAS PEMBIMBING

Yth. Dekan Fakultas Dakwah
UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
Di Purwokerto

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah melakukan bimbingan, arahan dan perbaikan terhadap penulisan skripsi, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:


Nama : Maria Ulfah
NIM : 1717101113
Fakultas : Dakwah
Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul : Kegiatan Spiritual Sebagai Penguatan Imunitas Santri Pasca Pandemi *Covid-19* Di Pesantren Mahasiswa An-Najah

Naskah skripsi ini sudah dapat diujikan kepada Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos).

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Purwokerto, 8 Agustus 2022

Pembimbing


Nnr Azizah S.Sos. I., M.Si.
NIP. 19810117 200801 2 010

MOTTO

"Hanya ada dua cara untuk menjalani hidupmu. Satu di antaranya adalah seolah-olah tidak ada keajaiban. Yang lainnya seolah-olah semuanya adalah keajaiban."

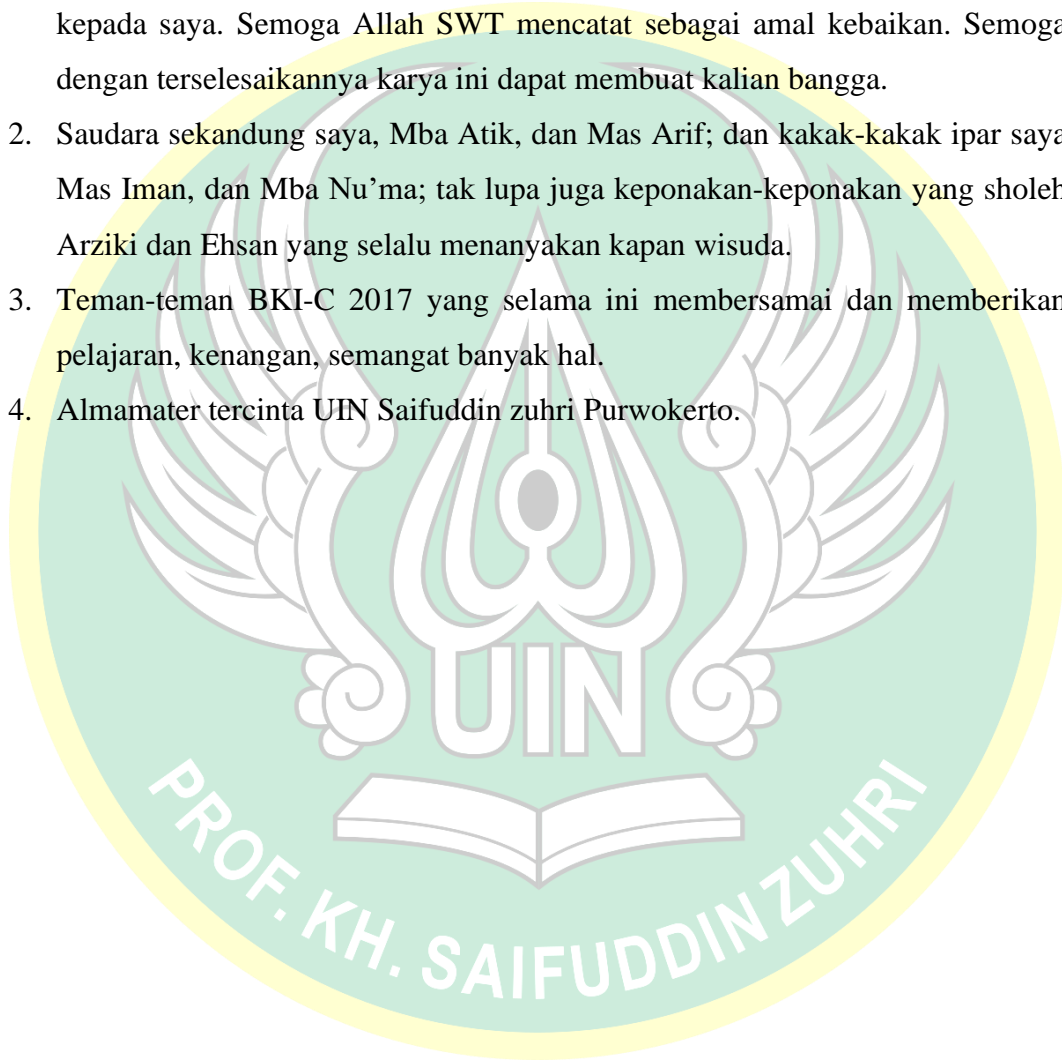
- Albert Einstein-



PERSEMBAHAN

Peneliti mempersembahkan karya ini kepada:

1. Untuk kedua orang tua, Bapak Tofik dan Ibu Siti Qomariyah yang selalu memberi semangat, doa, serta dukungan baik dari segi materi maupun non-materi. Terimakasih atas kesabaran, pengertian, cinta kasih yang kalian berikan kepada saya. Semoga Allah SWT mencatat sebagai amal kebaikan. Semoga dengan terselesaikannya karya ini dapat membuat kalian bangga.
2. Saudara sekandung saya, Mba Atik, dan Mas Arif; dan kakak-kakak ipar saya Mas Iman, dan Mba Nu'ma; tak lupa juga keponakan-keponakan yang sholeh Arziki dan Ehsan yang selalu menanyakan kapan wisuda.
3. Teman-teman BKI-C 2017 yang selama ini kebersamai dan memberikan pelajaran, kenangan, semangat banyak hal.
4. Almamater tercinta UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto.



Kegiatan Spiritualitas Sebagai Penguatan Imunitas Santri Pasca Covid-19 di Pesantren Mahasiswa (PESMA) An-Najah

Maria Ulfah

1717101113

UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

ABSTRAK

Skripsi ini merupakan hasil penelitian yang menggambarkan seberapa besar pengaruh kegiatan spiritual terhadap imunitas santri di Pesantren Mahasiswa yang beralamatkan di Jalan Mohamad Besar, Dusun II Prompong, Kutasari, Kecamatan Baturaden, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah. Tepatnya di Pesantren Mahasiswa An-Najah. kegiatan spiritualitas ialah aktifitas yang dilakukan seseorang atau berkelompok yang dilaksanakan secara kontinu ataupun yang berkaitan dengan nilai-nilai keagamaan. Sedangkan imunitas adalah upaya untuk melawan penyakit atau virus dan melindungi tubuh dari serangan-serangan agen penyakit.

Adapun yang melatarbelakangi penulis tertarik untuk memilih topik ini yaitu didasarkan pada hasil pengamatan dan wawancara awal yang penulis lakukan dengan santri-santri Pesantren Mahasiswa An-najah, dimana kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh santri-santri khususnya pasca pandemi *covid-19* dapat meningkatkan imunitas atau kekebalan tubuh pada santri di pesanteren mahasiswa An-najah.

Metode penelitian yang digunakan adalah memakai pendekatan kualitatif dan jenis penelitian study kasus dengan teknik pengumpulan data melalui studi kepustakaan dan studi lapangan yang meliputi observasi, wawancara dan dokumentasi.

Hasil penelitian yang penulis lakukan menunjukkan adanya tingkat hubungan yang kuat antara kegiatan-kegiatan spiritual yang dilakukan di Pesantren Mahasiswa An-najah dalam upaya peningkatan imunitas pada tubuh santri.

Berdasarkan dari hasil analisis dan kesimpulan pada bab pembahasan maka penulis mengajukan saran sebagai berikut: bahwasannya kegiatan spiritual seperti ini sebaiknya di lakukan bukan hanya di lingkungan pondok pesantren saja, melainkan juga seluruh elemen masyarakat dapat ikut serta melakukan kegiatan spiritual tersebut, santri sebagai pionir yang sudah diberikan bekal lebih di pesantren di tuntut agar bisa mengabdikan dan membimbing masyarakat umum yang haus akan kegiatan spritual sebagaimana di maksud diatas, maka dari itu penguatan disini lebih meninggikan iman, ilmu, dan amal sebagai ciri dari santri untuk generasi penerus bangsa dan agama.

Kata Kunci: *COVID-19, Imunitas, Kegiatan Spiritual*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Kegiatan Spiritual Sebagai Penguatan Imunitas Santri Pasca Pandemi *Covid-19* Di Pesantren Mahasiswa An-Najah”. Sholawat dan salam tetap tercurahkan kepada junjungan Nabi Agung Muhammad SAW sebagai suri tauladan terbaik bagi umatnya. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Penulis menyadari bahwa tanpa dukungan dari berbagai pihak maka skripsi ini tidak akan terlaksana dengan baik. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah membantu selama penulisan skripsi ini. Ucapan terimakasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. K.H. Moh. Roqib, M. Ag., Rektor UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto sekaligus narasumber penelitian saya telah memberikan izin dan memudahkan terselesainya skripsi ini.
2. Prof. Dr. K.H. Abdul Basit, M.Ag., Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Dr. Muskinul Fuad, M.Ag., Wakil Dekan 1 Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Nur Azizah, S.Sos.I M.Si., Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto dan dosen penasehat akademik sekaligus merangkap menjadi dosen pengganti pembimbing skripsi yang dengan sabar sudah meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya untuk membimbing, memberi arahan dan masukan kepada penulis dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi.
5. Lutfi Faishol, M.Pd., Koordinator Prodi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

6. Segenap dosen dan staf UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, khususnya dosen dan staff Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang telah melancarkan urusan administrasi maupun pelajaran hidup lainnya.
7. Achmad Tri Wahyudi, selaku lurah putra pesma An-Najah yang telah memberikan akses untuk kelancaran dalam pengambilan data skripsi.
8. Teman-teman santri An-Najah yang telah menyempatkan waktu dan kesempatannya selama observasi sampai wawancara sudah banyak direpotkan.
9. Kedua orang tua Bapak Tofik dan Ibu Siti Qomariyah yang senantiasa mendoakan dan mencukupi kebutuhan financial dari kecil sampai terselesaikannya skripsi ini.
10. Seluruh keluarga besar Racana Sunan Kalijaga-Cut Nyak Dien, Pramuka UIN SAIZU yang telah memberikan semangat untuk segera menyelesaikan studi.
11. Sahabat dan teman-teman seperjuangan BKI C angkatan 2017, yang telah membersamai, memberikan dukungan dan masukan.
12. Seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Semoga bantuan dan kebaikan dalam bentuk apapun dalam proses penyusunan skripsi ini menjadi ibadah dan tentunya mendapat balasan kebaikan dari Allah SWT. Peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak. Kritik dan saran yang membangun sangat peneliti harapkan.

Purwokerto, 8 Agustus 2022

Peneliti

Maria Ulfah

NIM. 1717101113

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
PERNYATAAN KEASLIAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Definisi Operasional.....	8
C. Rumusan Masalah	10
D. Tujuan Penelitian	10
E. Manfaat Penelitian	10
F. Kajian Pustaka.....	10
G. Sistematika Penulisan	13
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Kegiatan Spiritual.....	14
B. Imunitas.....	32
C. Pandemi COVID-19.....	36
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	41
B. Lokasi Penelitian.....	42
C. Subjek dan Objek Penelitian	42
D. Metode Pengumpulan Data	42
E. Analisa Data	44

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah

a. Sejarah Pesma An-Najah.....45

b. Profil Pesantren Mahasiswa An-Najah46

2. Keadaan dan Aktivitas Santri di Pesantren Mahasiswa An Najah.....50

3. Deskripsi Kegiatan Spiritual saat Pandemi di Ponpes An-Najah.....52

4. Faktor-faktor penghambat berjalannya kegiatan Spiritual sebagai penguat imunitas tubuh di Pondok Pesantren An-Najjah56

5. Perbedaan proses kegiatan spiritual sebelum dan sesudah pandemic .57

6. Manfaat kegiatan spiritual.....58

B. Analisis Penulis.....59

BAB V PENUTUP

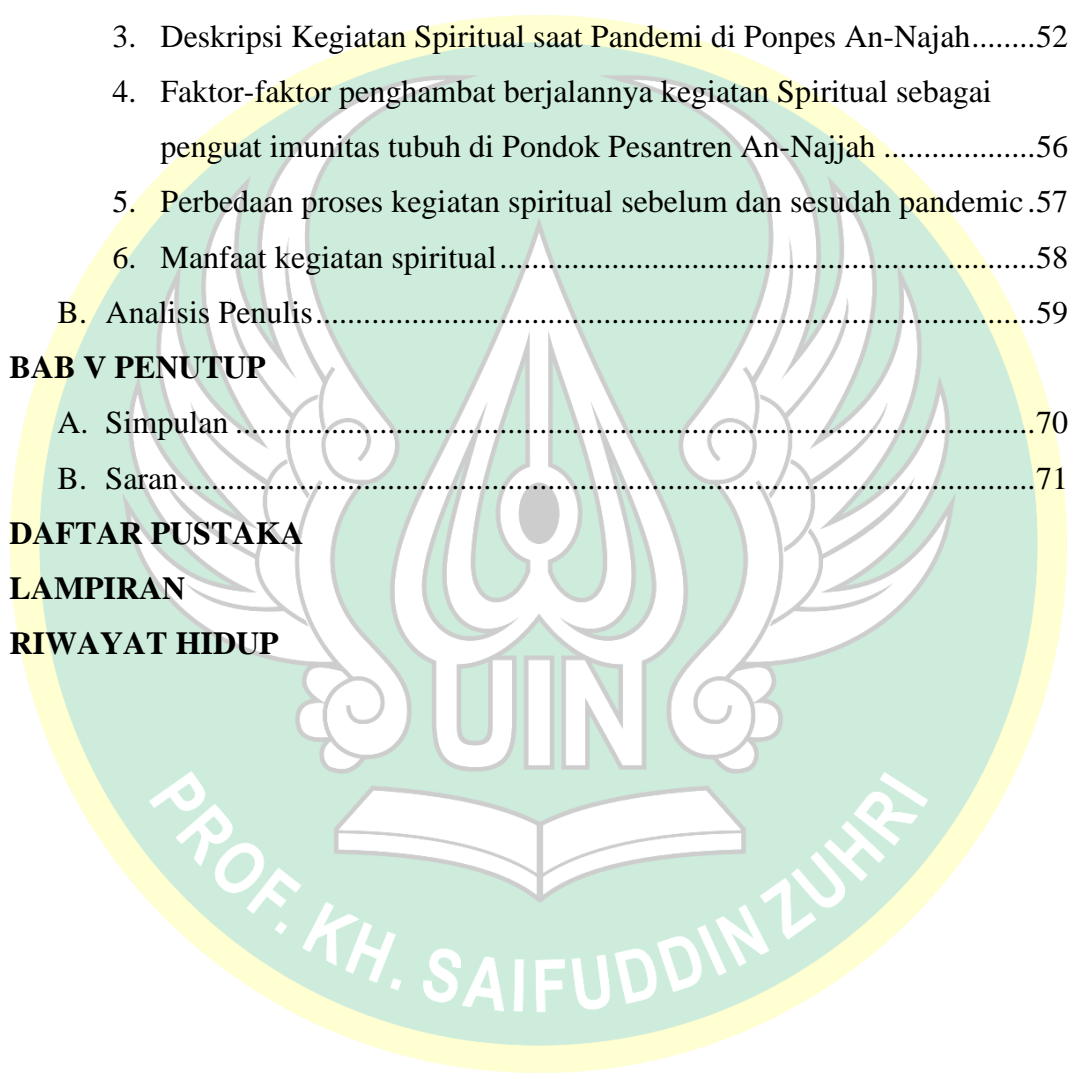
A. Simpulan70

B. Saran.....71

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

RIWAYAT HIDUP



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang masalah

Kemunculan Konseling Islami tidak dapat terpisahkan dari sekian permasalahan yang dihadapi oleh manusia, seperti kritik terhadap pemikiran barat dan kegilasahan dalam ibatin. Menurut Nashori, umat Islam harus bangkit dan tampil untuk menguatkan gagasan tentang perlunya menjadikan Islam sebagai sistem kehidupan pribadi dan sosial kemasyarakatan, yang sudah terbukti dalam sejarah manusia, sebagai landasan pijak bagi lahirnya peradaban emas yang menghargai dan menempatkan manusia secara hakiki dan menghindarkan manusia dari kehancuran eksistensinya seperti pada jaman Jahiliyyah. Menempatkan Al Qur'an dan Hadits sebagai sumber ilmu pengetahuan yang tidak adaandingannya serta mengimplementasikan tauhid sebagai pondasi dalam berperilaku. Selain itu, pandangan sekuler yang dihasilkan oleh rasio barat, memunculkan gerakan kritis di kalangan umat Islam untuk mengembangkan ilmu yang berangkat dari Al Qur'an dan Hadits.¹

Kondisi sosial masyarakat setiap waktu selalu mengalami perubahan sejalan dengan pergeseran dimensi kehidupan dan budaya yang berkembang. Sebagai makhluk yang dinamis, manusia selalu ingin menyesuaikan dirinya dengan konteks tempat dan waktu yang dialami. Sifat manusia yang ingin berubah dari waktu ke waktu ini bisa jadi merupakan fitrah manusia menunjukkan bahwa manusia adalah makhluk unik dan istimewa yang diciptakan oleh Allah Sang Pencipta dari segala makhluk ciptaanNya. Perubahan era pertanian, menuju era industri dan sampai pada era globalisasi adalah salah satu kreasi fitrah manusia yang selalu ingin maju dan berkembang.²

¹ Tarmizi, "*Bimbiingan Konseling Islam*", (Medan: Perdana Publishing, 2018), hlm. 2

² Tarmizi, "*Bimbiingan Konseling Islam*", (Medan: Perdana Publishing, 2018), hlm. 5

Keberadaan Madrasah sebagai wadah pendidikan keagamaan Islam sudah barang tentu, banyak menekankan pendekatan agama Islam salah satunya adalah proses layanan konseling Islami. Madrasah Aliyah Negeri medan yang berjumlah tiga Madrasah setidaknya dapat mewakili penerapan konseling Islami. Bahkan banyak orang tua yang menitipkan anak-anaknya di pendidikan Islam, semata-mata karena anggapan dan ekspektasi yang besar, karena di madrasah mengajarkan dan membimbing siswa menuju pemahaman agama yang kuat dan mantap dibandingkan dengan lembaga pendidikan umum. Oleh karena itu, perlunya konseling Islami di selenggarakan pada setiap madrasah merupakan sebuah keharusan.³

Tanpa disadari manusia akan selalu menghadapi masalah dalam menjalani kehidupannya. Meskipun demikian, manusia telah dianugerahi sejumlah potensi seperti jasmani, akal dan ruhani. Dengan memanfaatkan ketiga potensi tersebut, idealnya manusia akan mampu menyelesaikan seluruh problem kehidupannya. Akan tetapi, semua potensi tersebut tidak memiliki arti apa pun, apabila manusia tersebut tidak memiliki kecakapan dalam memecahkan masalah (problem solving). Kendati demikian, banyak kasus di mana seorang individu enggan bahkan tidak mampu memecahkan sebuah masalah secara arif. Kerap sekali bahwa sebuah keputusan yang diambil dapat memunculkan masalah baru, bahkan lebih besar dari masalah sebelumnya. Dengan demikian, upaya menyelesaikan masalah malah memunculkan masalah baru.⁴

Dari penjabaran di atas dapat penulis ambil kesimpulan bahwa konseling Islami adalah salah satu usaha yang membantu individu agar terhindar dari masalah yang dapat mengganggu perkembangannya menuju manusia yang utuh, dan kalau pun terkena masalah, seseorang individu

³ Tarmizi, "*Bimbiingan Konseling Islam*", (Medan: Perdana Publishing, 2018), hlm. 6

⁴ Tarmizi, "*Bimbiingan Konseling Islam*", (Medan: Perdana Publishing, 2018), hlm. 9

dapat menyelesaikannya secara mandiri dan sesuai dengan tuntunan Nabi Muhammad Saw.

Untuk merespon tuntutan agenda konseptual pendidikan tersebut, salah satunya adalah melibatkan peran dan partisipasi masyarakat demi tercapainya tujuan pendidikan utuh karena, diakui atau tidak, pendidikan adalah bagian integral dari masyarakat dalam upaya membentuk sebuah budaya yang bermasyarakat. Sehingga pendidikan bukan hanya milik para guru dan murid di sekolah dan kelas akan tetapi pendidikan milik semua.

Seperti di tempat penulis melakukan penelitian, Pesantren Mahasiswa An Najah atau biasa disebut Pesma An Najah yang didirikan sekaligus dipimpin oleh Rektor UIN Saizu yakni Dr. H. Mohammad Roqib, M.Ag. yang beralamatkan di Jalan Mohamad Besar, Dusun II Prompong, Kutasari, Kecamatan Baturaden, Banyumas, Jawa Tengah. Pesma Annajah merupakan suatu lembaga pendidikan non-formal yang lebih difokuskan untuk mempelajari agama, khususnya agama Islam yang sumbernya atau rujukannya diambil langsung Al-Qur'an atau Hadits, dan kitab-kitab lain. Selain itu di Pesma Annajah juga diajarkan bagaimana cara menghadapi suatu masalah dalam hidup dan mencari solusinya.

Corona Virus Disease-19 (COVID-19) ataupun nama lainnya yakni Virus Corona. Virus tersebut merupakan virus yang sangat berbahaya karena sangat mudah menular, penularan penyakit ini dikarenakan dari sindrom pernapasan kronis coronavirus2 (SARS-CoV2). Penyakit tersebut awalnya ditemui sekitar Desember 2019 di Wuhan, ibu kota Hubei, China. Gelagat umumnya masalah ini yaitu batuk, demam, dan sesak pernapasan. Adapun gejala lain yaitu nyeri dalam otot, batuk berdarah, diare, penyakit tenggorokan, hilangnya indra penciuman, perut sakit. Hingga waktu ini, belum ditemui obat yang cocok dalam penyembuhan penyakit ini, sedangkan orang-orang yang tertular semakin bertambah banyak. Untuk memutus penyebaran mata rantai virus ini pemerintah sedunia sepakat untuk sementara menutup pusat keramaian

seperti lembaga pendidikan, pusat belanja, tempat hiburan, tempat ibadah, dll dan pemerintah menganjurkan untuk karantina mandiri tetap di rumah saja atau biasa disebut *Lock Down*.

Adapun menurut pandangan Islam⁵ mengenai wabah virus ini sering dikaitkan sebagai pagebluk yang diderita orang muslim pada masa lampau. Setelah peperangan pada waktu orang muslim menaklukkan Irak dan Syam yang terjadi di Yarmuk, selanjutnya orang muslim bermukim di Syam. Tidak lama setelahnya, datang pandemi yang pada saat itu disebut penyakit korela, yang kurang lebih menelan 25.000 korban jiwa. Oleh karena itu setiap kyai, ustad, ulama, peneliti, dan yang lain sering menghubungkan penyakit ini bersama pandemi *COVID-19*, sebab sama-sama menelan banyak korban jiwa.

Akibat langsung daripada pandemi *COVID-19* timbul pada faktor kesehatan. dalam sisi kesehatan, akibat dari pandemi *COVID-19* ialah besarnya besaran kasus positif dan kematian dikarenakan *COVID-19*. WHO memaparkan bahwasanya sewaktu lebih kurang 17 bulan dari kasus infeksi pertama di Wuhan, Cina, *COVID-19* telah jadi pandemi di lebih dari 220 negara bersama kasus positif dengan jumlah 160 juta jiwa bersama kematian sampai 31 juta individu (WHO, 2021). Tinggi dari besaran kasus positif *COVID-19* menjadi SDM yang dipunya dari pemerintah, entah pusat ataupun wilayah dikhususkan guna penanganan *COVID-19*. Dari dampaknya, layanan kesehatan untuk selain *COVID-19* jadi penghambat. Lalu, pemerosotan pelayanan kesehatan pun mendapat pengaruh dari penyikapan pemakai pelayanan kesehatan yang merasakan kekhawatiran dalam mengakses pelayanan kesehatan.⁶

Sebab itulah, saat wabah *COVID-19* tersebut masyarakat dituntut tetap menjaga kesehatan dan meningkatkan kebalnya tubuh ataupun

⁵ Eman Supriatna, "Wabah Corona Virus Disease Covid 19 Dalam Pandangan Islam", Jurnal Sosial & Budaya Syar-i, Vol. 7 No. 6, 2020, Hlm. 3-5.

⁶ Nurul Aeni, "Pandemi *COVID-19*: Dampak Kesehatan, Ekonomi, dan Sosial", Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan dan IPTEK, Vol. 17 No. 1, 202, hal. 20

imunitas.⁷ Sebagai pemertahanan menghadapi penyakit, yang paling utama penyakit infeksi. Sekumpulan sel, jaringan dan segala molekul yang memiliki peran dalam melawan infeksi dinamai sistem imun, lalu reaksi yang dikoordinasi sel-sel dan molekul itu dalam pertahanan kepada infeksi, dinamai sebagai respon imun.⁸

Sistem imunitas secara sederhana bisa diartikan untuk sistemasi kerja tubuh guna perlawanan penyakit. Sistem tersebut bekerja untuk perlindungan tubuh melalui penyerangan organisme-organisme ataupun bakteri virus yang bisa menjadi sebab sakit. Dalam peningkatan imunitas ataupun daya tahan badan adalah salah satunya dengan berolahraga. Ketika tubuh sedang berolahraga setiap sel kekebalan tubuh kerja dengan seefektif mungkin, peningkatan peredaran darah, memberi bantuan pembersihan bakteri dari saluran pernapasan, memberi bantuan ketika perlawanan terhadap infeksi, pengurangan stress beserta peradangan dan bisa menambah kuat anti bodi.

Selain berolahraga, cara lain meningkatkan imunitas yaitu dengan bimbingan spiritual⁹ seperti beribadah, mengaji, dan yang lainnya seputar mendekatkan diri kepada Allah SWT. Bimbingan merupakan aspek dari kesemua fase pendidikan yang memberi bantuan penyediaan peluang-peluang dan kebiasaannya sepenuh-penuhnya selaras bersama segala ide-ide demokrasi. Bimbingan ialah dukungan yang diberi untuk seseorang dalam menciptakan segala pilihan dan penyesuaian yang bijaks. Dukungan itu atas dasar atas segala prinsip demokrasi yang adalah tugas dan hak tiap seseorang dalam memilah jalan hidup tersendiri selama tak ikut campur hak individu lainnya. Kapabilitas menciptakan pemilihan seperti itu tak

⁷ Adi Wijayanto, AIFO, dkk., *“Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Guna Menjaga Imunitas Tubuh Siswa Di Masa Pandemi Covid-19”* (Tulungagung: Akademia Pustaka, 2020) Hlm. 19.

⁸ Vivien Novarina A. Kasim, *“Peran Imunitas Pada Infeksi Salmonella Typhi”* (Gorontalo: C.V. Artha Samudra, 2020) Hlm. 45

⁹Happy Diyah Sari Finishiwati, skripsi : *“Pengembangan Layanan Bimbingan Spiritual Untuk Meningkatkan Konsep Diri Spiritual Pada Siswa Kelas X Smk Cokroaminoto 1 Surakarta Tahun Pelajaran 2011/2012”* (Surakarta, Universitas Sebelas Maret Surakarta, 2012), Hlm. 23.

diwariskan, tapi mesti dilakukan pengembangan (Jones, Staffire & Stewart, 1970).¹⁰ Sedangkan Spiritualitas merupakan suatu fase dalam hidup seseorang, meliputi makna dan tujuan, dan seluruhnya memiliki dampak pada pribadi lainnya dan lingkungan, seperti organisasi.¹¹

Jadi, kegiatan spiritual ialah kegiatan yang mengaitkan antar pribadi dengan Tuhan, bentuk kongkret dari kegiatan tersebut ialah senantiasa mengingat Allah SWT pada tiap aktivitas. Tujuan kegiatan spiritual yaitu dalam pengembangan relasi yang lebih kritis kepada Allah dalam tiap faktor hidup dan bisa memberi bantuan pribadi dalam pengembangan rasa damai batin dan identifikasi kearah hidupnya.

Fungsi ibadah yaitu untuk pengembalian kejiwaan pada hal yang suci, fitrah, dan keadaan yang bersifat penuh kenetralan. Kesucian jiwa inantinya menghasilkan rasa tenang jiwa, dan hal tersebut yang akan mengoperasikan sistem kebal tubuh untuk peningkatan imun atau antibodi. Perihal tersebut dapat diambil buktinya dengan hasil perisetan dan pengkajian ilmiah yang dilaksanakan lembaga riset Islam di Amerika.¹² Riset menunjukan bahwasanya standarisasi penyembuhan penyakit muncul lebih cepat untuk penderita yang selalu melakukan ibadah dengan rajin. Melalui beribadah, pasien bisa isi kekosongan hati melalui iman, rasa percaya diri, ketentraman, dan ketenangan jiwa.

Klien atau pasien sangat membutuhkan bimbingan spiritual dalam penyembuhan atau proses pemulihan dari penyakit yang sedang diderita, terutama pasien yang sedang menderita penyakit akut. Keterlibatan antara bimbingan spiritual dengan kesehatan dapat meningkatkan kemampuan

¹⁰ Faizah Noer Laela, "Bimbingan Konseling Keluarga dan Remaja Edisi Revisi" (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, 2017) hlm. 2

¹¹ Harlina Nurtjahjanti, "Spiritualitas Kerja Sebagai Ekspresi Keinginan Diri Karyawan Untuk Mencari Makna Dan Tujuan Hidup Dalam Organisasi", Jurnal Psikologi Undip Vol. 7, No. 1, 2010, Hal. 28

¹²Warto, "Ibadah dan Kesehatan dalam Perspektif Islam dan sains", Rausyan Fikr, Vol. 15, No. 2, 2019, Hlm. 119

untuk tetap hidup dan kesehatan yang berkaitan dengan kualitas hidup, tak memperlihatkan rasa cemas, depresi dan bunuh diri.¹³

Begitupun Pesantren Mahasiswa An Najah atau biasa disebut Pesma An Najah yang didirikan sekaligus dipimpin oleh Rektor UIN Saizu yakni Dr. H. Mohammad Roqib, M.Ag. yang beralamatkan di Jalan Mohamad Besar, Dusun II Prompong, Kutasari, Kecamatan Baturaden, Banyumas, Jawa Tengah. Beliau mendirikan Pesma tersebut pada 2008 dan resmi tercatat oleh Kantor Kementerian Agama pada Maret 2009. Pesma An Najah adalah pesantren yang dikhususkan untuk mahasiswa dari berbagai kampus dan berbagai alamat asal para santri. Dengan demikian suasana di Pesma An Najah selalu ramai oleh santrisannya. Namun pada saat pandemic Covid-19 seluruh santri dihimbau supaya tidak berkerumun dan tidak boleh keluar masuk pondok tanpa kepentingan yang mendesak agar meminimalisir penyebaran virus tersebut. Bagi santri yang terpapar akan ditindak lanjuti dengan melakukan karantina mandiri dan diberi perawatan oleh Pos Kesehatan Pesantren atau POSKESTREN. Bagi santri yang sehat atau tidak terpapar maka mengikuti pengajian dengan menggunakan protocol Kesehatan atau melalui media online. Dengan demikian imunitas tubuh santri akan tetap terjaga dan terlindungi baik secara medis maupun rohani. Melindungi imunitas tubuh secara medis misalnya yaitu perawatan dari POSKESTREN, sedangkan yang non medis atau rohani yaitu melalui pengajian yang diberikan langsung oleh ustadz atau pengajar, baik amalan sehari-hari, tips menjaga daya tahan tubuh secara islami, menceritakan mengenai wabah-wabah pada jaman dahulu dan cara mengatasinya. Dari masalah itu, peneliti memiliki ketertarikan dalam meneliti berkelanjutan berkaitan pelayanan bimbingan spiritual di Pesma An Najah tersebut dengan judul

¹³Firda Ayu Wahyuni, skripsi : *"Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Spiritual Dengan Motivasi Kesembuhan Pasien Rawat Inap Di Rumah Sakit Ibnu Sina Yw-Umi Makassar"* (Makassar, UIN Alauddin Makassar, 2014) Hlm. 6

“Kegiatan Spiritual Sebagai Penguat Imunitas Santri Pasca Pandemi Covid-19 Di Pesantren Mahasiswa An Najah”.

B. Definisi Operasional

Definisi menurut bahasa yaitu kata ataupun kalimat yang pengungkapan pemaknaan, keterangan, ataupun pencirian vital dari seseorang, benda ataupun suatu proses. Definisi ialah perumusan perihal suatu lingkup dan pencirian konsepsi yang jadi bahasan utama ataupun study.¹⁴ Sedangkan operasional menurut bahasa adalah secara (bersifat) operasi, berhubungan dengan operasi.¹⁵ Oleh karena itu, untuk mengantisipasi munculnya hal yang rancu dikarenakan dari salah paham dalam menerjemahkan arti dalam penelitian ini, sehingga butuh penulis jelaskan terkait arti yang terkandung dalam judul tersebut. Lalu segala istilah itu berupa:

1. Kegiatan

Kegiatan mempunyai arti kata lain dengan kesibukan atau aktivitas. Secara lebih luas kegiatan atau aktivitas dapat diartikan sebagai perbuatan atau kegiatan yang dijalankan oleh seseorang dalam kehidupan sehari-hari berupa ucapan, perbuatan ataupun kreatifitas ditengah lingkungan.¹⁶

2. Spiritualitas

Spiritual adalah esensi *ruhiyah* yang dapat merasakan adanya tuhan. Hal ini ditegaskan oleh pendapat ‘Uthman al-‘Amir, bahwa pembentukan spiritualitas lebih menekankan pada penyempurnaan *ruh*, pensucian jiwa, pencerahan akal, membuat akhlak menjadi kokoh dalam rangka membuat ikatan dengan Allah, sehingga manusia dekat dengan-Nya dalam pergerakan disetiap waktu dan tempat, merasakan keberadaannya.¹⁷

¹⁴ <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/definisi>

¹⁵ <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/operasional>

¹⁶ Icep Irham, Dkk, “Pengaruh Kegiatan Keagamaan Terhadap Kualitas Pendidikan” Jurnal Penelitian Pendidikan Islam Vol. 7, No. 1, 2019 Hal 23

¹⁷ Syahidah Rena, “mengatasi stress melalui spiritualitas dan regulasi diri (studi pada mahasiswa kedokteran di DKI Jakarta)”, (Kuningan: Nusa Litera Inspirasi, 2018), Hlm. 9

Kegiatan spiritual berguna sebagai peningkatan pengetahuan dan pemahaman seseorang mengenai agama yang dianut, yang akhirnya bisa mempraktikkan dalam kehidupannya sehari-harinya.¹⁸

Adapun kegiatan spiritual yang penulis maksud adalah kegiatan semua santri An Najah yang bertujuan untuk memberikan bantuan ataupun belajar bersama terkait pengetahuan serta pemahaman perihal Islam, dan penerapannya dalam keseharian hidup.

3. Penguatan Imunitas

Imunitas ataupun kerap dinamai dengan kemampuan kebal tubuh pada manusia adalah kapabilitas tubuh dalam memberi perlawanan beberapa agen penyakit seperti virus, bakteri, jamur, parasit, dll.¹⁹

Penguatan imunitas yang penulis maksud adalah upaya untuk melawan penyakit atau virus dan melindungi tubuh dari serangan-serangan agen penyakit. Secara medis, untuk meningkatkan imunitas adalah melalui upaya memakan sesuatu yang memiliki gizi dan berolahraga secara rajin. Namun untuk meningkatkan imunitas, secara medis saja tidak cukup harus diimbangi dengan spiritual, misalnya seperti beribadah dan mendekatkan diri kepada Allah.

4. Pandemi Covid-19

KBBI memaparkan Pandemi ialah wabah yang menjangkiti secara menyeluruh, melalui area geografis yang luas.²⁰ Sedangkan Covid-19 merupakan permasalahan pernafasan akut yang menular yang dikarenakan coronavirus jenis terbaru. Penyakit tersebut pertamakali ditemui di Wuhan, China Desember 2019.²¹

¹⁸ <https://www.kamusbesar.com/bimbingan-spiritual>

¹⁹ Dyah Mahendrasari Sukendra, "Efek Olahraga Ringan Pada Fungsi Imunitas Terhadap Mikroba Patogen : Infeksi Virus Dengue", Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia, Vol.5, No. 2, 2015, Hlm. 57

²⁰ <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/pandemi>

²¹ Melani Kartika Sari, "Sosialisasi Tentang Pencegahan Covid-19 Di Kalangan Siswa Sekolah Dasar Di SD Minggiran 2 Kecamatan Papar Kabupaten Kediri" Jurnal Karya Abadi, Vol.4, No. 1, 2020, Hlm.81.

C. Rumusan Masalah

Melalui penjelasan latarbelakang penelitian tersebut, dapat ditarik rumusan masalah yang akan peneliti pilih adalah

1. Bagaimana Metode Kegiatan Spiritual Pasca Pandemi Covid-19 Di Pesantren Mahasiswa An Najah?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini ialah untuk:

1. Mengetahui Kegiatan Spiritual Sebagai Penguat Imunitas Pasca Pandemi Covid-19 Di Pesma An Najah

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penambahan pengetahuan tentang bimbingan spiritual untuk usaha penguatan imun pada waktu pandemi covid-19.
 - b. Untuk tambahan referensi untuk dijadikan bahan perbandingan dengan penelitian lainnya.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bisa menjadi tambahan ilmu acuan khususnya dibidang keagamaan dan tetap produktif melakukan kegiatan yang positif ditengah wabah pandemi ini.
 - b. Sebagai pondasi menegakan agama dan hal-hal positif lainnya.
 - c. Dapat beristiqomah dalam menuntut ilmu untuk menambah wawasan dan menguatkan imunitas pada masa pandemi covid-19.
 - d. Untuk peneliti berikutnya, dapat menambah referensi terkait penelitian ini.

F. Kajian Pustaka

Pertama, penelitian dari Dr. Syahidah Rena, M. Ed yang berjudul mengatasi stress melalui spiritualitas dan regulasi diri (studi pada mahasiswa kedokteran di DKI Jakarta).²² Penelitian ini membahas tentang pembuktian adanya hubungan antara spiritualitas dan regulasi diri belajar

²² Syahidah Rena, "mengatasi stress melalui spiritualitas dan regulasi diri (studi pada mahasiswa kedokteran di DKI Jakarta)", (Kuningan: Nusa Litera Inspirasi, 2018), Hlm. 27

dalam menekan pengaruh stresor terhadap stres, spiritualitas dan keyakinan terhadap tuhan adalah pola pikir yang irasionalistik, spiritual memberikan pengaruh positif terhadap kesehatan psikologis bagi individu dengan demografis yang berbeda. Penelitian ini berlangsung pada tahun 2018. Perbedaan dari penelitian yang nantinya dilakukan ialah meneliti perihal mengatasi stress melalui spiritualitas, lalu jenis penelitian yang dipakai menggunakan data kuantitatif sedangkan penulis menggunakan data kualitatif, sedangkan persamaan daripada penelitian ini yaitu sama-sama menggunakan spiritualitas untuk pencegahan atau pengobatan.

Kedua, penelitian selanjutnya yang berjudul bimbingan konseling spiritual kepada pasien rehabilitasi napza oleh M Hafiz Ridho mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.²³ Dalam penelitian itu menjelaskan perihal bimbingan konseling spiritual kepada pecandu napza khususnya pasien rehabilitasi napza di RSJ Sambang Lihum, tepatnya di Kecamatan Gambut, Banjar. Rumah sakit ini berjarak 500 M daripada JL Gubernur Syarkawi KM 3,9 (jalan lintas kalimantan selatan). Maksud layanan bimbingan spiritual di Rs yakni dalam memberi bantuan pasien yang mendapati problematika psikologi, sosial dan religi. Layanan bimbingan yang diberikan yaitu berbentuk diberikannya nasihat, memotivasi, keperampungan permasalahan kepribadian yang sedang dialami oleh pasien. Perihal ini jadi suatu paradigma bahwasanya pembimbingan spiritual mempunyai tujuan untuk pulihnya kesadaran, kemampuan beserta pengetahuan dengan seefektif mungkin. Keadaan pasien yang seperti itu menimbulkan sakit fisik dan psikis sekaligus, maka dari itu aspek-aspek guna memberi bantuan kesembuhan pasien dengan tidak cuma hanya fisiknya saja, melainkan psikis, sosial dan religiusnya juga. Persamaan daripada penelitian tersebut yakni letaknya pada variabel independennya

²³ Muhammad Hafizh Ridho, "Bimbingan Konseling Spiritual Terhadap Pasien Rehabilitasi Napza", Jurnal Studia Insania, vol.6, No. 1, 2018, Hlm. 39.

yakni membahas perihal bimbingan spiritual, tetapi dalam penelitian ini lebih kompleks lagi yaitu bimbingan konseling spiritual. Sedangkan perbedaannya yaitu pada penelitian ini variabel dependennya pasien rehabilitasi napza.

Ketiga, pada penelitian yang dilakukan oleh Zalusy Deby Styana, Yuli Nurhasanah, dan Ema Hidayati mahasiswa UIN Wali Songo Semarang²⁴ adalah berjudul Bimbingan Rohani Islam dalam Menumbuhkan Respon Spiritual Adaptif Bagi Pasien Stroke Di Rumah Sakit Islam Jakarta Cempaka Putih. Berdasarkan penelitian tersebut, tujuan dari penelitiannya adalah untuk memaparkan bagaimana cara bimbingan rohani islam kepada penumbuhan tanggapan spiritual adaptif untuk penderita stroke di RSI Jakarta Cempaka Putih. Hasil dari penelitian ini menjelaskan bahwasanya penderita stroke mempunyai tanggapan spiritual adaptif, terlaksananya pembimbingan rohani islam sebagai upaya penumbuhan tanggapan spiritual adaptif pada penderita stroke ialah melalui cara mengunjungi *door to door* penderita stroke di RDI Jakarta Cempaka Putih, dari kunjungan itu petugas bimbingan rohani penumbuhan tanggapan spiritual adaptif melalui cara memotivasi, sugesti, dukungan beserta pengetahuan dibidang peribadatan di masa sakit tuntunan tata cara wudu atau tayamum untuk penyintas, tuntunan tatacara sholat, dan praktiknya. Pelaksanaan bimbingan rohani di RSI Jakarta Cempaka Putih dilaksanakan semua stake holder yang ada di RS misal petugas bimbingan rohani, perawat, fisioterapis, dan dokter. Tujuan seluruh stakeholder memberi sentuhan rohani yaitu menjadikan penderita lebih punya optimisme kepada apa yang ia diderita beserta bisa sampai pada tanggapan spiritual adaptif. Relevansi penelitian ini yakni keduanya memakai data kualitatif, dan memakai metode pengumpulan data lewat upaya wawancara, observasi, serta dokumentasi. Sedangkan perbedaan

²⁴ Zalusy Deby Styana, Yuli Nurhasanah, dan Ema Hidayanti, "*Bimbingan Rohani Islam dalam Menumbuhkan Respon Spiritual Adaptif Bagi Pasien Stroke Di Rumah Sakit Islam Jakarta Cempaka Putih*", Jurnal Ilmu Dakwah, Vol. 36, No.1, 2016, Hlm. 45.

dari penelitian ini terletak pada variabel dependennya yaitu menumbuhkan respon spiritual adaptif bagi pasien stroke

G. Sistematika Penulisan

Agar tahu deskripsi umum dalam penelitian, maka peneliti membuat susunan sistematika penulisan dalam bentuk kerangka yang diuraikan berupa:

BAB I : Peneliti melakukan pembahasan perihal sejumlah perihal berupa latarbelakang masalah, definisi operasional, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, serta sistematika penulisan.

BAB II : Peneliti akan membuat pembahasan perihal landasan teori. Dalam bab ini membuat uraian pemaparan perihal teoretis yang berupa bahasan kajian pustaka dan kajian teoretik yang berhubungan dengan bimbingan spiritual serta imunitas.

BAB III : Metode penelitian yang berupa: Pendekatan dan Jenis Penelitian, Waktu dan Tempat Penelitian, subyek dan obyek, Sumber Data, Metode Pengumpulan Data, Metode Analisis Data.

BAB IV : Penulis nantinya membahas perihal analisis data. Dalam bab ini membuat pembahasan penemuan penelitian dan analisis data konfirmasi temuan bersama teori.

BAB V : Bab ini mengenai penutup, ialah bab terakhir termuat simpulan dan saran.

BAB II

BIMBINGAN SPIRITUALITAS SEBAGAI PENGUAT IMUNITAS PASCA PANDEMI COVID-19

A. Kegiatan Spiritual

1. Pengertian Kegiatan Spiritual

Kegiatan merupakan bagian dari program yang dilakukan oleh satu atau lebih unit kerja sebagai bagian dari pencapaian sasaran terukur pada suatu program dan terdiri atas sekumpulan tindakan.²⁵

Pada dasarnya kegiatan spiritual adalah kegiatan yang bertujuan untuk memberikan pengertian, penghayatan, pengalaman tentang ajaran agama Islam guna pembinaan keimanan, ketakwaan dan akhlakul karimah.²⁶

Spiritual menurut Achiryani S. Ahmad adalah kepercayaan saat relasinya bersama Tuhan, akar energi penting yang memberikan motivasi, memberikan pengaruh gaya hidup, tingkah laku, relasi individu bersama yang lain, ataupun sekumpulan dimensi nilai yang memberi pengaruh penyikapan dan komunikasi individu bersama yang sekitar. Lalu Sarbini. Ai memberi penjelasan spiritualitas adalah rasa yakin dalam relasi bersama Tuhan, relasi individu dengan Tuhan bersama memakai instrumen (sholat, puasa, zohar, haji, doa, dan yang lain).²⁷ Spiritualitas ialah konsepsi 2 dimensi:

- 1) Dimensi vertikal, dimensi tentang hubungan manusia dengan Tuhan
- 2) Dimensi horizontal, dimensi tentang relasi pribadi bersama diri sendiri, individu lainnya, dan lingkungannya.

²⁵ A. Mustika Abidin, "Pengaruh Penerapan Kegiatan Keagamaan di Lembaga Pendidikan Formal Terhadap Peningkatan Kecerdasan Spiritual Anak", Jurnal Studi Gender dan Anak, Vol. 12, No. 1, 2019, Hal. 572

²⁶ Icep Irham, Dkk, "Pengaruh Kegiatan Keagamaan Terhadap Kualitas Pendidikan" Jurnal Penelitian Pendidikan Islam Vol. 7, No. 1, 2019 Hal 23

²⁷ Ihsan Aryanto, "Pelaksanaan bimbingan perawatan rohani islam (WAROIS) untuk memenuhi kebutuhan spiritual pasien", : Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam, vol. 5, no. 3, 2017, Hlm. 246.

Relasi ini berlangsung selama kehidupan manusia melalui upaya guna pemertahanan harmonisasi ataupun keserasian bersama dunia luar, berusaha keras dalam memberi jawaban ataupun memperoleh energi saat tengah stres emosi, sakit fisik, dan kematian.

Maslow berpendapat bahwa spiritualitas merupakan sifat alamiah manusia, bahkan ketika manusia tersebut tidak memiliki agama, atau tidak mengikuti suatu agama tertentu. Elkins dkk menyepakati pendapat Maslow bahwa seharusnya spiritualitas terbebas dari batasan aturan formal serta aturan ibadah. Spiritualitas berasal dari bahasa latin yang artinya “napas kehidupan”. Dalam pengertian tersebut dapat dijelaskan bahwa spiritualitas ialah satu upaya untuk jadi dan mendapati sesuatu yang timbul sebab ada dimensi transenden serta dibuat ciri oleh segala nilai yang terlihat baik dalam dirinya sendiri, individu lainnya, alami, hidup, dan sesuatu yang dilihat hakiki. Spiritualitas menjadikan individu mengalami dorongan rasa rindu yang sangat punya kekuatan yang bertujuan untuk pemahaman sejumlah hal dalam kehidupan seperti berkaitan bersama agama atau dll.²⁸

Adapun berikut pendapat menurut Yusuf mengenai spiritualitas kedalam beberapa poin:

- 1) Spiritualitas merupakan sebuah ungkapan kegiatan spirit manusia.
- 2) Spiritualitas merupakan fase individu dan sosial yang mengacu pada pendapat, konsepsi, penyikapan dan perilaku yang asalnya dari diri pribadi.
- 3) Spiritualitas merupakan rasa sadar transedental yang memiliki tanda bersama sejumlah nilai.

²⁸Yulmaida Amir dan Diah Rini Lesmawati, “*Religiusitas dan Spiritualitas: Konsep Yang Sama Atau Berbeda?*”, Jurnal Ilmian Penelitian Psikologi: Kajian Empiris dan Non-Empiris, Vol.2, No. 2, 2016, Hlm. 70.

- 4) Spiritualitas adalah pengalaman yang dibentuk dan diarahkan oleh pengalaman individu.
- 5) Spiritualitas merupakan kegiatan manusia yang melakukan percobaan guna mengungkapkan pengalaman-pengalaman yang memiliki makna.
- 6) Spiritualitas adalah kemampuan serta kecenderungan yang memiliki sifat unik dan bawaannya.
- 7) Spiritualitas adalah kepintaran ke-Tuhanan yang menciptakan harmonisasi diri, alam, dan Yang Maha Kuasa.²⁹

Sedangkan menurut Mangunwijaya spiritualitas ialah konsepsi keagamaan yang membuat manusia dengan sikap religiusitas. Religius ialah bagian dari budaya dan sistemasi dari satu agama bersama agama yang lainnya mempunyai sistemasi religi yang berbeda. Spiritualitas ialah relasi bersama Tuhan, bergantung bersama apa yang dipercaya seseorang. Mempunyai kepercayaan atau keyakinan berarti percaya terhadap sesuatu atau seseorang. Spiritualitas islam ialah perwujudan doa individu untuk keyakinan dan kepercayaan untuk Tuhan, yang akhirnya kondisi emosional yang mendapati rasa tenang dan damai. Hubungan manusia dengan tuhan adalah dengan melaksanakan perilaku selaras bersama ajarannya agama sebagai sumber ketentraman dan kebahagiaan. Adapun aspek-aspek spiritualitas menurut Jafar adalah sebagai berikut:³⁰

1) Aqidah

Aqidah menurut kebahasaan artinya ikatan. Lalu dari sisi terminologi artinya landasan yang mengikat. Menurut Azra dll aqidah ialah pengajaran perihal sesuatu yang harus dipercaya,

²⁹Aam Imaduddin, "Spiritualitas Dalam Konteks Konseling", Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research, Vol. 1, No. 1, 2017, Hlm. 3.

³⁰ Karim, Asman Budiman, Muhammad Yusnan, Taufik, "Aspek Spiritual Dalam Novel Tuhan Izinkan Aku Menjadi Pelacur Karya Muhidin M Dahlan", Uniqbu Jurnal Of Social Sciences (UJSS), Vol. 1, No. 1, 2020, Hlm. 71.

diyakini, dan diimani oleh tiap muslim. Sedangkan menurut Rejono aqidah merupakan suatu yang membuat keras hati, membetulkan yang menjadikan ketenangan jiwa dan jadi rasa percaya yang bersih dari rasa bimbang dan ragu.

Dari pernyataan diatas bisa diambil simpulan bahwasanya aqidah ialah kepercayaan yang berbentuk tauhid dan keimanan dalam takdir yang menambah kuat ataupun keneguhan jiwa, yang akhirnya kejiwaannya bebas dari perasaan bimbang di Islam yang dinamai dengan keimanan.

2) Syariah

Ahmadi dan Salimi menyatakan bahwasanya syariah ialah tatacara ataupun perihal perilaku kehidupan manusia guna mencapai sampai pada Allah SWT. Lalu ekosistem syariah tercakup aturan-aturan: peribadahan, muamalah, munakahat, dan siyasah. Sedangkan menurut Syafi'i dalam Ramulyo, (2004: 8) syariah adalah aturan-aturan lahir batin untuk kaum muslim yang sumbernya dari wahyu Allah dan simpulan-simpulan yang dipetik dari wahyu Allah. Peraturan tersebut membahas tentang seperti apa upaya manusia berkaitan bersama Allah dan sama dengan makhluk lainnya.

Dari pernyataan-pernyataan diatas bisa diambil simpulan bahwasanya syariah ialah aturan-aturan perihal tingkah hidup manusia secara lahir batin yang berkaitan dengan seperti upaya manusia melakukan hubungan dengan Allah dan bersama makhluk lainnya guna sampai pada ridho Allah SWT.

3) Akhlak

Akhlak dapat berarti sebagai pengajaran baik buruknya perlakuan. Nurdin dalam Ariani memaparkan bahwasanya akhlak merupakan sistemasi nilai yang membuat pengaturan panduan, penyikapan, dan perilaku manusia di dunia. Sistemasi

nilai yang dimaksudkan ialah pengajaran islam atas dasar Al-Qur'an dan Sunnah Rasul untuk nilai, beserta ijtihad atau hukum islam. Perihal fundamental berkaitan dengan penelitian akhlak yaitu: akhlak untuk Allah, akhlak kepada orangtua, akhlak penerimaan takdir Allah, dan perasaan malu.

Melalui berbagai penjelasan tersebut, bisa diambil simpulan bahwasanya kegiatan ialah satu bagian dari segala aktifitas yang dilakukan, baik secara fisik maupun non-fisik.

Sedangkan spiritualitas adalah kepercayaan dalam hubungan antara makhluk dan Tuhannya melalui perantara instrumen religi seperti berdoa, sholat, puasa, zakat, haji, dan lain-lain.

Jadi, dapat diartikan bahwasanya kegiatan spiritualitas ialah aktifitas yang dilakukan seseorang atau berkelompok yang dilaksanakan secara kontinu ataupun yang berkaitan dengan nilai-nilai keagamaan. Dikarenakan dalam hal ini adalah yang berhubungan dengan agama Islam maka kegiatan-kegiatan spiritualitas disini yang ada korelasinya dengan pelaksanaan nilai-nilai agama Islam itu sendiri.

2. Bentuk-bentuk Kegiatan Spiritualitas

Berdasarkan buku yang berjudul *Petunjuk Pelaksanaan Pendidikan Agama Islam* disebutkan contoh kegiatan keagamaan seperti: musabaqoh tilawatil Qur'an, ceramah pengajian mingguan, peringatan hari besar, kunjungan ke museum, ziarah ke makam Islam, seni kaligrafi, penyelenggaraan shalat jum'at, shalat tarawih, dan cinta alam.³¹

³¹ A. Mustika Abidin, "Pengaruh Penerapan Kegiatan Keagamaan di Lembaga Pendidikan Formal Terhadap Peningkatan Kecerdasan Spiritual Anak", *Jurnal Studi Gender dan Anak*, Vol. 12, No. 1, 2019, Hal. 575

Selain itu berdasarkan buku yang ditulis oleh Amin Syukur yang berjudul Pengantar Studi Islam, disebutkan bentuk bentuk kegiatan keagamaan, sebagai berikut: ³²

- a) Doa bersama sebelum dan sesudah melakukan kegiatan belajar mengajar;
- b) Tadarus Alquran (secara bersama-sama atau bergantian) selama 15-20 menit sebelum waktu belajar jam pertama dimulai.
- c) Shalat berjamaah dan kultum (kuliah tujuh menit), atau pengajian/bimbingan keagamaan secara berkala;
- d) Mengisi peringatan hari-hari besar keagamaan dengan kegiatan yang menunjang penghayatan nilai-nilai agama, dan menambah ketepatan dalam beribadah;
- e) Bersungguh-sungguh dalam mempraktikkan ibadah, baik ibadah mahdhah maupun ibadah sosial;
- f) yang relevan dengan nilai-nilai agama/ dalil nash al-Qur'an atau hadits rasulullah saw;
- g) Mengadakan pengajian kitab di luar waktu terjadwal;
- h) Menciptakan hubungan ukhuwah Islamiyah dan kekeluargaan antara ustad, pengurus, santri, dan masyarakat sekitar;
- i) Mengembangkan semangat belajar, nasionalisme, dan mengagungkan kemuliaan agamanya;
- j) Menjaga ketertiban, kebersihan dan terlaksananya amal shaleh dalam kehidupan yang serba ibadah di kalangan santri, pengurus, ustad, dan masyarakat lingkungan pesantren.

Berdasarkan dari deskripsi di atas, bahwa filosofi bentuk-bentuk penerapan kegiatan spiritual sesungguhnya membumikan rukun Islam yang bertujuan untuk meningkatkan keimanan, pemahaman, penghayatan dan pengalaman spiritual di bidang keagamaan kepada

³² A. Mustika Abidin, "Pengaruh Penerapan Kegiatan Keagamaan di Lembaga Pendidikan Formal Terhadap Peningkatan Kecerdasan Spiritual Anak", Jurnal Studi Gender dan Anak, Vol. 12, No. 1, 2019, Hal. 575

santri sesuai dengan perintah agama untuk mencapai tujuan agama dan sistem pendidikan.

3. Metode Meraih Spiritualitas

Pencaria spiritualitas ini secara umum terbagi menjadi dua diantaranya yaitu :

a. Spiritualitas Agama (*Religious Spirituality* atau *Religious Spiritualness*)

Spiritualitas hanya dapat dibangun melalui ajaran agama secara formal saja. Upaya dalam menghidupkan spiritualitas ini, sudah ada sejak awal dalam agama. Hal ini dapat dipahami bahwa dalam realitas agama terdapat suatu wilayah khusus yang bersifat sangat pribadi, berupa pengalaman keagamaan. Menurut pakar fenomenologi seperti Joachim Wach, tidak mungkin ditangkap dan dipahami oleh orang-orang yang tidak mengalaminya, termasuk orang yang tidak mempunyai agama. *Religious Experience* ini bersifat intuitif dan tidak memiliki referensi konseptual apapun yang dapat diinteraktifkan secara diskursif sebagaimana halnya filsafat, selain rujukan pada nilai rasa pengalaman pribadi seseorang.³³

Dalam realitasnya ada banyak agama yang dianut oleh masyarakat yang memiliki sejumlah ciri, nilai dan ajaran yang sudah termaktub dalam kitab suci atau lembaga khusus yang disakralkan. adapun diantaranya ciri tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Kepercayaan kepada wujud supranatural (Tuhan)
- 2) Pembedaan antara hal yang sakral dan profan
- 3) Tindakan ritual yang berpusat pada objek sakral
- 4) Tuntunan moral yang ditetapkan oleh Tuhan
- 5) Perasaan khas agama yang timbul di tempat yang sakral atau pada saat melakukan upacara ritual yang dihubungkan dengan

³³ Muhammad iqbal irham, "Menghidupkan Spiritualitas Islam Kajian Terhadap Konsep Hudur ibn Al-'Arabi", (Ciputat: Semesta. 2016) Hlm.

ketuhanan (takjub, misteri, harap, cemas, merasa berdosa, dan memuja)

- 6) Ibadah sembahyang, doa dan komunikasi intensif dengan Tuhan
- 7) Konsep hidup di dunia dan apa yang harus dilakukan dihubungkan dengan Tuhan
- 8) Kelompok sosial, seagama, seiman, atau seinspirasi.³⁴

Pada umumnya spiritualitas agama ini dibagi menjadi dua yaitu:³⁵

1) Spiritualitas non-islam

Secara garis besar spiritualitas non-islam adalah spiritual yang berasal dari agama-agama besar selain islam, seperti Kristen, Yahudi, Hindu, Budha, dan Konghuchu.

2) Spiritualitas islam

Spirit merupakan esensi dari keberadaan manusia yang berasal dan bersumber dari ciptaan Tuhan. Spirit ini tidak mungkin dapat terpisahkan dari Tuhan sebagai sumber asalnya. Manusia moderen memerlukan agama untuk mengobati krisis yang dideritanya. Oleh karena itu, spiritualitas adalah kehidupan manusia yang selalu terhubung dengan Tuhan sebagai sumbernya.

Seperti yang dikatakan oleh S. H. Nasr bahwa spiritualitas adalah doktrin, ekspresi dan tindakan yang membawa manusia pada sesuatu yang bersifat batin dan dunia ruh, yang membangkitkan kedekatan dengan Tuhannya, yang menciptakan perjalanannya dari rumah lahir menuju rumah batin. Tujuan spiritualitas islam sendiri adalah untuk mendapatkan sifat-sifat ilahi yang didorong oleh perasaan cinta, dan dikondisikan oleh pengetahuan, dan dibina dengan

³⁴ Muhammad iqbal irham, "Menghidupkan Spiritualitas Islam Kajian Terhadap Konsep Huda'ir ibn Al-'Arabi", (Ciputat: Semesta. 2016) Hlm. 13

³⁵ Muhammad iqbal irham, "Menghidupkan Spiritualitas Islam Kajian Terhadap Konsep Huda'ir ibn Al-'Arabi", (Ciputat: Semesta. 2016) Hlm. 11

kepatuhan yang diamalkan dalam kehidupan sehari-hari dengan menyesuaikan dengan hukum-hukum ilahi.

Sementara itu, spiritualitas islam ini dibagi menjadi tiga, diantaranya yaitu:³⁶

1. Pragmatis

Spiritual ini merupakan jenis spiritual yang pandangan atau tujuan tindakan akhir dan hasilnya adalah kepentingan puncak. Jenis spiritual ini lebih bersifat keduniaan, kausal, turunan, deterministik (tidak muncul tiba-tiba atau dari pilihan dan kehendak bebas), emosional, dogmatis, ritualistik, ideologis, terikat identitas, eksternal, kolektif, legalistik-yuristik, imitatif, patuh, tradisional dan habitual. Dalam jenis ini, spiritual pragmatis dapat diukur melalui beberapa hal sebagai berikut:

1) Intensitas perbuatan

Dapat dilihat dengan keaktifan bahkan kekerapan seseorang tersebut dalam melakukan ibadah tertentu (haji dan umroh berkali-kali, berziarah ke makam-makam, shalat sunnah sesering mungkin, atau sebanyak-banyaknya dalam kurun waktu tertentu).

2) Ritual massa

Peringatan hari besar islam, tarawih, shalat berjamaah, peringatan duka-cita, pembacaan ayat suci al-quran dalam bentuk muhasabah dan haflah atau tadarus, dzikir dan shalawatan, mendengarkan ceramah atau pengajian di majelis-majelis keilmuan.

³⁶ Muhammad iqbal irham, "Menghidupkan Spiritualitas Islam Kajian Terhadap Konsep Hudur ibn Al- 'Arabi", (Ciputat: Semesta. 2016) Hlm. 57

3) Pembangkitan emosional

Orang-orang yang rela berkorban nyawa untuk jihad, setelah diberikan doktrin tertentu, tangisan dan jeritan dalam kegiatan dzikir berjamaah, muhasabah atau ziarah dan peringatan pada makam tertentu.

2. Gnostik

Spiritual jenis ini didasarkan pada investigasi, refleksi, pilihan dan kehendak bebas, keluarbiasaan, teologis, informal, individualistik, kritis, perubahan dan tidak tiruan. Dalam kalangan mereka, yang berkembang dalam beragama adalah kritisisme. Mereka memiliki konsep agama esensi yaitu pemahaman tentang Tuhan, Nabi, Wahyu, kebahagiaan, kesengsaraan, dosa, dan ketaatan yang merupakan hasil refleksi yang ditudukkan pada pertanyaan dan revisi terus menerus, akibatnya spiritualitas jenis ini tidak stabil dan selalu dalam fluktuatif.

Dalam jenis spiritualitas ini tidak ada ruang untuk para ulama dikarenakan ia tidak didirikan pada mitos dan ritual, serta tidak ada tempat bagi peniruan.

3. Eksperiensial

Spiritualitas ini berupa kegairahan, penyingkapan, kepastian, ideal, cenderung untuk damai, ekstatis, intim, visual, suci mistis dan misterius. Dalam jenis spiritual ini lebih ditekankan bahwa segala sesuatu menjadi lebih atau bahkan sangat pribadi. Dalam hal ini Tuhan adalah Sang Kekasih yang murah hati dan menawan, sedangkan Nabi berarti menyebarkan gairahnya, memperluas dan mengulang pengalamannya yang tergambarkan dalam medan magnetis dari kepribadiannya. Sejalan dengan ini, dosa adalah sesuatu yang melumpuri, mengotori,

melemahkan, menggoncangkan, atau bahkan menghancurkan jalinan ketaatan, kekuatan merasakan, menemukan dan keadaan menyatu. Ibadah adalah sekumpulan tindakan atau perbuatan yang menyalakan ekstase. Surga adalah pengalaman persatuan dan neraka adalah kepahitan perpisahan.

b. Spiritualitas Tanpa Agama atau Spiritualitas non-agama³⁷

a) Spiritualitas non-ketuhanan atau spiritual ateistik

Metode ini berpandangan bahwa spiritualitas bisa diperoleh walaupun tanpa keterlibatan dan campur tangan tuhan dan ajaran yang termaktub dalam dogma agama. Menurut mereka agama hanyalah sisa-sisa dari masa lalu anak manusia yang masih dipegang sampai dewasa. Pada kepribadian orang dewasa kesetiaan pada agama hanyalah *patologi* (kemampuan berpikir rendah). Menurut pandangan mereka agama hanya memberikan manfaat yang tidak nyata, karena agama hanya sesuatu yang menghambat kedewasaan seseorang dalam melakukan aktifitas hidupnya. Pada sisi yang lain mereka juga mengatakan bahwa tuhan tidak nyata karena tidak bisa diamati secara langsung baik oleh mikroskop maupun teleskop.

Pandangan ini muncul sebagai akibat dari logis realistik modernisasi yang dilakukan oleh Barat pada abad Renaissans. Renaissans merupakan kelahiran kembali pemikiran filosofis Yunani kuno yang sampai saat ini masih disembunyikan dan dimonopoli oleh elit gereja. Menurut mereka yang berada dalam keyakinan non-ketuhanan, menjadi ateis tidak menghalangi seseorang dalam memperoleh pencerahan spiritual

b) Spiritualitas humanistik

³⁷ Muhammad iqbal irham, "Menghidupkan Spiritualitas Islam Kajian Terhadap Konsep Hudur ibn Al-'Arabi", (Ciputat: Semesta. 2016) Hlm. 8

Metode ini bersifat kemanusiaan, yaitu dimiliki oleh semua manusia tanpa melibatkan agama di dalamnya. Spiritualitas ini meyakini keberadaan Tuhan dan adanya kemungkinan untuk merasakan kedekatannya dengan Tuhan. Namun dalam pandangan mereka, tercapainya kedekatan dengan Tuhan, bukan diperoleh dengan cara mengikuti dan mengamalkan agama tertentu, tetapi dengan cara mengambil intisari dari semua ajaran agama yang ada, yaitu spiritualitas.

Mereka mengakui, bahwa pengalaman ketuhanan secara langsung merupakan suatu bentuk dari berbagai pengalaman spirityal yang bersumber dari pengalaman keagamaan atau *mystic experience*. Dengan demikian mistisisme merupakan bentuk kesadaran *neotic manusia* dalam pengertian bahwa suasana jiwa dan pengalaman mistik bersifat tegas dan sangat informatif. Mistisisme dicirikan dengan sebuah kesadaran yang teratur akan dunia realitas. Mereka menghadirkan sesuatu ke hadapan kita sebagai kebenaran dunia ini. Oleh karena itu pengalaman mistik selalu bersifat objektif-subjektif- dan bukan halusinatif. Dengan demikian pengalaman agama yang mereka maksudkan tidaklah sama dengan apa yang dipahami secara umum. Menurut mereka *religious experience* ini tidak hanya dialami oleh orang yang beragama saja, karena fakta menunjukkan bahwa sebagian orang yang tidak religius dalam pengertian tradisional, benar-benar telah mengalami tipe tersebut pada suatu saat dalam kehidupan mereka.

4. Psikoterapi Spiritual

Psikoterapi spiritual dalam bahasa lain juga disebut dengan penyembuhan spiritual (*spiritual healing*). Namun, biasanya penyembuhan spiritual (*spiritual healing*) juga mencakup penyembuhan fisik. Sebagaimana spiritualitas memberikan suatu energi, maka tentunya akan berpengaruh pada fisik. Menurut Spiritual Research Foundation,

penyembuhan spiritual berbasis pada tujuan hidup. Penyembuhan spiritual melakukan diagnosis dan penghapusan akar masalah spiritual.³⁸

Penyembuhan spiritual diperlukan karena sesungguhnya gangguan fisik maupun psikis disebabkan oleh faktor materi-biologis (al-asbāb al-mādiyah) maupun faktor spiritual (al-asbāb al-rūhiyah). Oleh karena itu, suatu penyakit harus disembuhkan berdasarkan dari faktor penyebabnya. Penyembuhan rūhiyah bisa dilakukan dengan ruqyah, zikir-zikir, bertaubat, bertawakkal, dan berdo'a agar disembuhkan dari penyakit.³⁹

Psikologi Islam merupakan cara pandang, paradigma, atau pendekatan dalam mengkaji psikologi. Psikologi Islam merupakan bentuk universalitas ajaran Islam dalam memahami jiwa. Psikologi Islam merupakan studi Islam yang berhubungan dengan aspek dan perilaku kejiwaan manusia, agar secara sadar ia dapat membentuk kualitas diri yang lebih sempurna dan mendapat kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Oleh karena itu, Psikologi Islam merupakan suatu madzhab psikologi yang nantinya akan mengkaji juga cabang-cabang Psikologi Islam.⁴⁰

Upaya Islamisasi perlu dilakukan pada psikologi karena psikologi saat ini memisahkan antara ilmu dan spiritualitasnya.⁵⁷⁴ Muhammad Rafqī 'Īsā dalam karyanya yang berjudul "Aslamah 'Ilm al-Nafs" (islamisasi psikologi) menjelaskan bahwa Psikologi Islam

³⁸ Ahmad Rusydi, *"Kecemasan Dan Psikoterapi Spiritual Islam Dari Spiritual Disorder Hingga Pesolan Eksistensial Menuju Kesehatan Psiko-Spiritual"*, (yogyakarta: Istana Publishing, 2015), hlm. 221

³⁹ Ahmad Rusydi, *"Kecemasan Dan Psikoterapi Spiritual Islam Dari Spiritual Disorder Hingga Pesolan Eksistensial Menuju Kesehatan Psiko-Spiritual"*, (yogyakarta: Istana Publishing, 2015), hlm. 222

⁴⁰ Ahmad Rusydi, *"Kecemasan Dan Psikoterapi Spiritual Islam Dari Spiritual Disorder Hingga Pesolan Eksistensial Menuju Kesehatan Psiko-Spiritual"*, (yogyakarta: Istana Publishing, 2015), hlm. 218

didasari atas sumber-sumber wahyu, filsafat (al-hikmah), dan hasil-hasil penelitian.⁴¹

Salah satu bidang psikologi yang perlu dilakukan islamisasi adalah psikoterapi. Telah banyak karya-karya yang berkontribusi dalam upaya islamisasi konseling dan psikoterapi. Salah satunya adalah Al-Zahrānī, Seorang Konselor dan Terapis di Provinsi Baha, mengembangkan konsep konseling dengan perspektif al-Qur'an dan Sunnah. Menurut al-Zahrānī, pengembangan manusia harus mengacu pada sumber al-Qur'an dan Sunnah dalam mengarahkan hidup manusia. Menurut al-Zahrānī, al-Qur'an banyak mengajarkan tentang konsep jiwa manusia, di dalamnya dijelaskan mengenai tabiat manusia, kebutuhan, dan keseimbangan hidup. Al-Qur'an juga banyak menjelaskan tentang konsep perilaku manusia. Selain itu, al-Qur'an menjelaskan tentang manusia secara menyeluruh baik pada aspek akhlak, perasaan, indera, emosi, motivasi, interaksi spiritual, pengenalan, dan perilaku sosial. adapun Sunnah sangat penting posisinya dalam menjelaskan perkaraperkara yang ada di dalam al-Qur'an.⁴²

Sa'ad Riyādh menjelaskan bahwa sumber psikologi dengan pendekatan metodologi Islam memiliki beberapa sumber, yaitu: al-Qur'an, perilaku Rasul Muhammad saw. Al-Qur'an menjadi sumber karena al-Qur'an juga telah mendapat banyak pengakuan atas kebenarannya dari beberapa tokoh Barat. Sempurnanya agama ditandai dengan turunya al-Qur'an. Al-Qur'an merupakan petunjuk dan rahmat bagi manusia. banyak analisis (i'tibār) yang bisa di ambil dalam kisah-kisah yang ada di dalam al-Qur'an. Al-Qur'an dapat memberikan kesembuhan badan maupun ketenangan jiwa. Adapun

⁴¹ Ahmad Rusydi, *"Kecemasan Dan Psikoterapi Spiritual Islam Dari Spiritual Disorder Hingga Pesolan Eksistensial Menuju Kesehatan Psiko-Spiritual"*, (yogyakarta: Istana Publishing, 2015), hlm. 219

⁴² Ahmad Rusydi, *"Kecemasan Dan Psikoterapi Spiritual Islam Dari Spiritual Disorder Hingga Pesolan Eksistensial Menuju Kesehatan Psiko-Spiritual"*, (yogyakarta: Istana Publishing, 2015), hlm. 219

Sunnah banyak berisi tentang arahan Rasul dalam membimbing membimbing manusia. di dalamnya banyak berisi tentang pendidikan dan dakwah. Sunnah menjelaskan tentang konsep tauhid secara jelas. Sunnah banyak mengajarkan tentang prinsip persamaan dan kemanusiaan. Di dalamnya banyak diajarkan mengenai perilaku mulia pada manusia. di dalam Sunnah dijelaskan banyak tentang seluruh perkara dunia dan akhirat. Sunnah memberikan kejelasan tujuan, orientasi, dan makna hidup⁴³

5. Prinsip-Prinsip Bimbingan

Yang dimaksud dengan prinsip-prinsip disini merupakan hal-hal yang dapat menjadi pedoman di dalam proses bimbingan dan konseling. Prinsip-prinsipnya sebagai berikut:⁴⁴

- a) Bimbingan merupakan suatu proses membantu individu agar mereka dapat membantu dirinya sendiri dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya.
- b) Bimbingan berfokus kepada individu yang dibimbing.
- c) Bimbingan memberikan arahan kepada pemahaman keragaman dan karakteristik individu yang berbeda-beda.
- d) Bimbingan dimulai dengan identifikasi kebutuhan yang dirasakan oleh individu yang akan dibimbing.
- e) Bimbingan harus luwes dan fleksibel sesuai dengan kebutuhan individu dan masyarakat.
- f) Program bimbingan di lembaga pendidikan harus sesuai dengan program yang dikembangkan pada lembaga yang bersangkutan.
- g) Pelaksanaan program bimbingan harus dikelola oleh orang yang memiliki keahlian dalam bidang bimbingan.

⁴³ Ahmad Rusydi, *“Kecemasan Dan Psikoterapi Spiritual Islam Dari Spiritual Disorder Hingga Pesolan Eksistensial Menuju Kesehatan Psiko-Spiritual”*, (yogyakarta: Istana Publishing, 2015), hlm. 220

⁴⁴ Masdudi, *“Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah”* (Cirebon: Nurjati Press,2015), Hlm.4

h) Pelaksanaan program bimbingan harus dievaluasi.

6. Syarat-Syarat Menjadi Pembimbing dan Konselor Islami

Sejalan dengan Al-Qur'an dan Hadits, syarat harus dipenuhi oleh pembimbing atau konselor Islami adalah:⁴⁵

a) Mempunyai kemampuan profesional

Keahlian di bidang bimbingan dan konseling Islami merupakan syarat mutlak, sebab apabila yang bersangkutan tidak menguasai bidangnya, maka bimbingan dan konseling tidak akan mencapai sasarnya, sebagaimana hadits Nabi yang artinya: “Apabila suatu perkara diserahkan kepada orang yang bukan ahlinya, tunggulah sajalah saat (kehancurannya).” (H.R. Bukhari)

b) Mempunyai sifat kepribadian yang baik (akhlaqul-karimah)

Sifat kepribadian yang baik dari seorang pembimbing diperlukan untuk menunjang keberhasilan melakukan bimbingan konseling Islami. Sifat-sifat yang baik diantaranya: siddiq, amanah, tabligh, fatonah, mukhlis, sabar, tawadhu, dan lain-lain.

c) Mempunyai kemampuan kemasyarakatan (hubungan sosial)

Pembimbing harus mempunyai kemampuan melakukan hubungan ukhuwah Islamiyah yang tinggi dengan klien, teman dan orang lain.

d) Ketakwaan kepada Allah

Ketakwaan adalah syarat dari segala syarat yang harus dimiliki seorang pembimbing dan konselor Islami.

⁴⁵ Masdudi, “*Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*” (Cirebon: Nurjati Press, 2015), Hlm.141

7. Kualifikasi Kepribadian Konselor Dalam Islam

Konsep kepribadian konselor pendidikan dalam perspektif Islam mempunyai beberapa ciri sebagai berikut:⁴⁶

a) Memiliki Cara Pandang

Cara Pandang atau vision merupakan gambaran masa depan yang berisi harapan-harapan dan tujuan hidup seseorang. Visi ini merupakan daya imajinasi kreatif untuk mencari jati diri dengan penuh makna dan tanggungjawab. Visi didasari adanya kesadaran bahwa hidup yang sedang dijalani penuh tanggungjawab. Dalam visi hidup, seseorang menetapkan berbagai alasan dari pilihan jalan hidupnya sehingga terhindar dari rasa menyesal dan keterpaksaan. Segala keputusan yang diambil merupakan keterpanggilan hati nurani dan dilaksanakan dengan penuh keihlasan.

b) Merasakan Kehadiran Allah

Perasaan terhadap hadirnya Allah konselor pendidikan di setiap waktu di setiap keadaan dan di setiap kesempatan menjadikan konselor untuk senantiasa berhati-hati dalam segala perkataannya dan segala perbuatannya serta menyerahkan segala permasalahan dan bergantung sepenuhnya kepada Allah SWT. Kesadaran terhadap pengawasaan Allah atas semua perkataan baik yang diucapkan ataupun yang tidak diucapkan,

c) Memiliki Kualitas Sabar

Dalam wacana pengembangan diri, sabar dapat disetarakan dengan kecerdasan emosional yaitu kemampuan untuk mengendalikan diri dalam berbagai keadaan. Kecerdasan emosional memberikan kesadaran mengenai perasaan milik sendiri dan juga

⁴⁶Masduki, *"Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah"* (Cirebon: Nurjati Press, 2015), Hlm.151

perasaan milik orang lain, memberikan rasa empati, rasa cinta, motivasi dan kemampuan menghadapi kesedihan atau kegembiraan.

d) Cenderung Pada Kebaikan

Konselor dengan kecerdasan ruhaniah akan senantiasa melakukan kebaikan – kebaikan baik secara lisan maupun perbuatan. Kecerdasan ruhaniah mendorong konselor untuk senantiasa *islah* yakni suatu keadaan atau pekerjaan yang memberi manfaat dan kesesuaian. Dengan berbuat yang dapat mengurangi kerusakan dan menambahkan kemanfaatan seperti halnya profesi konselor mampu memberi kemanfaatan bagi klien

e) Memiliki Empati

Empati adalah kemampuan seseorang untuk memahami orang lain, merasakan rintihan dan mendengarkan debar jantungnya sehingga mampu beradaptasi dengan merasakan kondisi batiniah orang lain. Empati merupakan kesediaan diri untuk memahami orang lain secara paripurna baik yang terlihat maupun yang terkandung dalam aspek perasaan, pikiran dan keinginan

f) Berjiwa Besar

Berjiwa besar merupakan potensi konselor untuk dapat menerima klien apa adanya dengan segala keragamannya dan menghargai segala perbedaan. Jiwa besar konselor tampak pada keberanian melakukan apa yang dikatakan dan siap menanggung segala resiko dengan keputusan yang diambil serta berani mengakui kesalahan apabila keputusan yang diambil atau penggunaan tehnik konseling yang tidak tepat. Konselor berani mengakui apabila tidak mampu memberikan bantuan kepada klien baik karena kesibukannya maupun kurang pengalaman

g) Bahagia Memberikan Bantuan

Salah satu bentuk rasa tanggung jawab konselor sebagai seorang hamba adalah dengan menunjukkan sikap untuk senantiasa membuka hati terhadap keberadaan orang lain dan merasa bahagia

dapat memberikan bantuan kepada orang lain. Bahagia membantu orang lain merupakan upaya memberdayakan jiwa untuk peningkatan kualitas akhlak yang lebih luhur dan bermakna serta memberikan arti bagi orang lain dan lingkungan.

h) Berdzikir dan Berdoa

Konselor adalah agen perubahan bagi klien dan menjadi model, hal ini mempunyai makna bahwa kesehatan psikologis konselor mendasari pemahaman perilaku yang pada gilirannya akan mengembangkan satu daya positif dalam konseling.

B. Imunitas

1. Pengertian Imunitas

Imunitas menurut Izazi dan Kusuma merupakan sistem kekebalan dalam tubuh yang dapat mencegah segala serangan penyakit, mendeteksi semua mikroorganisme yang masuk dalam tubuh, membuat hancur bersama penetralan segala benda asing ataupun segala sel abnormal yang disebabkan oleh beragam macam bakteri, jamur, parasit, atau penyakit infeksi yang dapat merugikan tubuh.⁴⁷

Sedangkan menurut Prasetyo dan Mayasari, imunitas ialah penanggapan dari tubuh untuk bahan asing entah secara dalam bentuk ataupun seluler yang memiliki mekanisme yang dibagi jadi *Inate Immunity* dan *Adaptive Immunity*. Atau secara sederhananya imunitas ialah resistensi pada suatu penyakit, khususnya penderita infeksi.⁴⁸

Sistem imun ialah sistem pemertahanan dalam tubuh manusia yang mempunyai fungsi penjagaan bagi manusia terhadap segala benda asing dari tubuh manusia. Dalam sistem imun ada istilah

⁴⁷ Vita Maryah, Novita Dewi, Supriyadi, "Penyuluhan Terapi Komplementer Rimpang Dan Rempah Indonesia Sebagai Penguat Imunitas Tubuh Di Masa Pandemi Di Masyarakat Tlogomas Malang", Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan (JPKMK), Vol. 1, No. 1, 2021, Hlm. 3

⁴⁸ Aditya Gumantan, Imam Mahfud, Rizki Yuliandra, "Tingkat Kecemasan Seseorang terhadap Pemberlakuan New Normal dan Pengetahuan Terhadap Imunitas Tubuh", Sport Science & Education Journal, Vol. 1, No. 2, 2020, Hlm. 20

imunitas, imunitas ialah kemampuan tubuh dalam bertahan ataupun resistensi tubuh dari satu penyakit.⁴⁹

Menurut KBBI, imunitas dapat disebut juga dengan kekebalan atau daya tahan tubuh.⁵⁰ Sedangkan menurut Abbas dan Herowitz mengemukakan bahwa imunitas adalah sebuah sistem yang melindungi tubuh dari sakit, khususnya sakit yang disebabkan oleh infeksi⁵¹.

Melalui sejumlah definisi yang sudah dipaparkan bisa dipetik sebuah simpulan, bahwa imunitas merupakan suatu ketahanan atau kekebalan terhadap suatu penyakit, terutama pada penyakit yang disebabkan oleh infeksi.

2. Fungsi Imunitas

Berikut merupakan fungsi-fungsi utama imun antara lain⁵²:

- a. Kebiasaan dalam mengenali serta memilah berbagai molekul targetnya, sasaran, dan memiliki respon yang terspesifik.
- b. Kebiasaan memilah antar antigen diri dan asing
- c. Kebiasaan melewati pengalaman kontak sebelum bersama zat asing patogen dalam merespon lebih cepat dan kuat dari kontak pertama.

3. Macam-Macam Imunitas

Macam-macam imunitas secara umum yaitu:

- a. Imunitas bawaan

Ialah imunitas yang asalnya daripada fase umum tubuh, mempunyai spektrum yang meluas, perihal tersebut dapat diartikan bahwasanya tak cuma ditujukan untuk antigen yang terspesifik. Imunitas bawaan atau biasa disebut pertahanan tubuh ini terbagi atas 2 bentuk, yakni:

⁴⁹Huldani, *Pengantar Immunologi Dari Imunoseluler Ke Exercise Immunologi*, Cetakan Pertama (Surabaya: Phoenix Publisher, 2018), Hlm. 1

⁵⁰<https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/imunitas>

⁵¹Very Juliyanto, "Membaca Al Fatimah Refleksi Intuitif untuk Menurunkan Depresi dan Meningkatkan Imunitas", *Jurnal Psikologi*, Vol. 42, No. 1, 2015, Hlm. 35.

⁵²Zakiudin munasir, "Respon Imun Terhadap Infeksi Bakteri", *Sari Pediatri*, vol. 2, No. 4, 2001, Hlm. 193.

- b. Pertahanan tubuh nonspesifik eksternal, berperan menjadi penahan pemaparan benda asing misalnya bakteri. Dari satu antaranya ialah kulit dan membran mukosa, sekresi dari membran mukosa dan kulit.
- c. Pertahanan tubuh nonspesifik internal, mempunyai peran untuk sisi pertahanan selanjutnya apabila pertahanan tubuh nonspesifik eksternal bisa ditembus dari serangan benda asing. Di antara dari hal tersebut ialah sel darah putih fagositik, tanggapan radang, dan protein antimikroba.
- d. Imunitas adaptif

Imunitas adaptif atau biasa disebut imunitas didapat ialah jenis imunitas yang menciptakan antibodi dan ataupun merusak agen penyerangan spesifik, misal virus, toksin, bakteri ataupun jaringan asing. Imunitas tersebut dapat dibentuk dari tubuh dalam masa minggu ke minggu hingga bulan ke bulan dari awal tubuh diserang. Imunitas dibagi menjadi 2 macam, yaitu:

- 1) Imunitas yang dibawa dari sel (imunitas sel-T), yakni membentuk limfosit-T dengan besaran yang banyak dalam menghilangkan benda asing yang menjangkiti tubuh.
- 2) Imunitas humoral (imunitas sel-B), limfosit-B menciptakan antibodi yang memiliki sirkulasi, yakni molekul globulin dalam plasma darah. Selanjutnya antibodi tersebut melawan agen yang ada di dalam tubuh yang nantinya menjangkiti tambah kuat dari antibodi sebelum untuk membuat hancur benda asingnya.⁵³

⁵³ Ni'matul Khayati, Skripsi: "Pemberian Makanan Sehat Untuk Imunitas Tubuh Pada Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19 (Studi Kasus Keluarga Di RT 03 RW 07 Desa Sibalung, Kecamatan Kemranjen, Kabupaten Banyumas)" (Purwokerto: IAIN Purwokerto, 2021), Hlm. 25.

4. Manfaat Imunitas

- a. Gunanya untuk fungsi pertahanan, menciptakan imunitas yang terspesifik dalam memberi perlawanan agen, misal virus, bakteri, penjarangan asing dan toksin yang muncul di dalam tubuh.
- b. Gunanya untuk homeostasis, fase pemertahanan seimbang antar lingkup diluar serta didalam tubuh
- c. Gunanya untuk pengawasan, imunitas bisa tercipta ketika invasi organisme asing, sebab itulah ditemukan berbagai upaya tertentu guna bisa kenal kepada agen organisme itu. ⁵⁴

5. Faktor yang mempengaruhi Imunitas

Berikut adalah faktor-faktor yang mempengaruhi imunitas, diantaranya:

- a. Lingkungan,
Berdasarkan beberapa penelitian, lingkungan berpotensi begitu vital sebagai pengembangan aspek sistem imunitas dalam tubuh yakni aspek yang mempunyai peran atas pemertahanan tubuh dalam kurun masa yang lama. Komponen imun tubuh yang mendapat pengaruh dari lingkup ini tak merespon dengan tidak lama dalam penanganan virus, bakteri, mikroba, jamur, dan parasit lain, namun lebih spesifiknya dalam eliminasi parasit-parasit itu.
- b. Makanan
Makanan yang terkandung gula dan lemak berlebihan nantinya menjadikan sistem imun stres, sebab akan menambah produksi protein dalam badan yang akan mengakibatkan imunitas tubuh gampang mengalami kerusakan dan bisa melakukan inisiasi penyakit.
- c. Usia
Secara umum, segala sel imun ada dalam kegiatan puncak ketika seseorang telah sampai pendewasaan. Makin menua seluruh sel ini

⁵⁴ Ni'matul Khayati, Skripsi: "Pemberian Makanan Sehat Untuk Imunitas Tubuh Pada Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19" ..., Hlm. 27.

akan makin turun juga kegiatannya, yang di dalamnya juga melakukan produksi protein yang memiliki fungsi dalam melawaninfeksi virus, yakni interferon.

d. Kondisi kesehatan

Individu yang punya penyakit cenderung mempunyai kerentanan dari serangann infeksi virus, terutama penyakit kronis yang telah dialami lama (diabetes, hipertensi,jantung, kolestrol,danradang hati) bisa menambah rentannya terhadap infeksi.

e. Konsumsi obat-obatan

Ada berbagai penggolongan obat yang ditahu bisa membuat turun ikapabilitas sistem imun untuk mempertahankan diri. Misalnya sisi ikortikosteroid seperti kortison, hidrokortison. Pemakaian obat-obatan tersebut idalam kurun imasa lama akan begitu imemungkinkan penurunan itubuh yang kebal.⁵⁵

C. Pandemi Covid-19

1. Pengertian Pandemi Covid-19

Menurut WHO pandemi adalah tersebarnya penyakit anyar ke isemua wilayah dunia. Pandemi merupakan penyakit yang tersebar di tempat yang luas, misal mencakup berbagai benua ataupun di keseluruhan dunia.⁵⁶ Sedangkan Covid-19 ataupun kerap dinamai *Corona Virus Disease2019* ialah satu wabah yang menjadi sebab dari sindrom pernaosan akut *Coronavirus 2* (SARS-Cov-2). Wabah tersebut awalnya temukan di Wuhan, China, Desember 2019. Virus ini bisa menjangkiti ketika seseorang melakukan kontak langsung bersama orang yang menderita. Penyebaran virus ini dapat terjadi lewat setetes yang berasal ketika batuk, bersin, atau berbincang. Selain itu, virus tersebut juga pun bisa memkberi infeksi lewat kontak tangan dalam permukaan yang tercemar. Penularan virus

⁵⁵ Ni'matul Khayati, Skripsi: "Pemberian Makanan Sehat Untuk Imunitas Tubuh Pada Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19"..., Hlm. 28.

⁵⁶ Ni'matul Khayati, Skripsi: "Pemberian Makanan Sehat Untuk Imunitas Tubuh Pada Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19"..., Hlm. 29.

tersebut membutuhkan masa 3 hari pertama sesudah gelagat timbul, walaupun bisa tersebar sebelum ada gejala ataupun kerap dinamai orang tanpa gejala.⁵⁷

2. Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Gangguan Kesehatan

Berdasarkan beberapa studi dapat disimpulkan faktor risiko yang memengaruhi gangguan kesehatan mental yang terjadi pada masyarakat yaitu:⁵⁸

a) Usia

Usia merupakan salah satu faktor yang berperan pada masalah ini. Usia tidak selalu menunjukkan kedewasaan seseorang, namun dalam hal ini dapat diketahui bahwa usia muda dilaporkan memiliki risiko terjadinya gangguan cemas lebih besar bila dibanding dengan usia tua.

b) Jenis Kelamin

Dilaporkan bahwa wanita lebih rentan mengalami kecemasan lebih tinggi bila dibandingkan lelaki, perempuan banyak yang mengalami insomnia, di mana insomnia atau gangguan sulit tidur merupakan salah satu ciri dari depresi ringan. Kondisi ini perlu menjadi perhatian mengingat perempuan memegang peran yang sangat penting dalam mengelola rumah tangga

c) Status Pernikahan

Status pernikahan menjadi faktor risiko, di mana kejadian insomnia banyak terjadi pada individu lajang dibanding dengan pasangan yang sudah menikah. Individu lajang identik dengan kesendirian di mana rasa sendiri ini dapat berhubungan dengan beberapa gangguan psikologi seperti depresi dan gangguan tidur. Melakukan

⁵⁷Dikka Kalista Fristania, Skripsi: “Dinamika Pemenuhan Kebutuhan Fisiologis Keluarga Yang Baru Menikah Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Bedagas RW 05” (Purwokerto: IAIN Purwokerto, 2021), Hlm. 35.

⁵⁸ Sutrisno, “COVID-19 dan Problematika Kesehatan Mental”, (Jawa Timur: Airlangga University press, 2021), hlm. 7

hubungan sosial merupakan hal yang wajib dilakukan agar kesehatan mental tetap terjaga dengan baik

d) Kondisi Finansial

Kondisi finansial, status pekerjaan, serta pendapatan individu merupakan hal krusial yang memengaruhi kondisi kesehatan mental seorang individu. Di Jepang diketahui bahwa tenaga medis juga mengalami gangguan kesehatan mental akibat masalah finansial. Beban kerja yang semakin tinggi tidak disertai dengan salary yang ikut meningkat. Di Indonesia sendiri akibat adanya fenomena “lockdown” mengakibatkan perekonomian menurun dan beberapa perusahaan melakukan PHK secara berkala. Selain itu, akibat pandemi ini membuat beberapa usaha semakin terpuruk. Ide pemerintah dalam menggalakkan UKM pada masa pandemi ini merupakan salah satu cara untuk meningkatkan perekonomian dalam masyarakat sehingga diharapkan berkurangnya angka pengangguran

e) Mekanisme Koping

Mekanisme koping adalah cara seseorang dalam menemukan solusi dalam menghadapi peristiwa yang dialami sebagai bentuk pertahanan diri dengan cara rasionalisasi. Proses penilaian dapat berubah seiring seseorang terpapar oleh informasi. Perubahan penilaian ini kemudian berdampak pada bentuk coping. Pada awal-awal masa pandemi Covid-19, tindakan membeli kebutuhan secara berlebihan (beli panik/panic buying) merupakan salah satu contoh penilaian individu terhadap ancaman kelangkaan bahan kebutuhan pokok.

3. Gejala Dan Pencegahan Covid-19

a. Gejala Covid-19

Secara umum, gejala seseorang mendapat infeksi covid-19 yakni:

- 1) Demam
- 2) Batuk

- 3) Lelah
- 4) Nafas sesak
- 5) hilangnya indra penciuman

tetapi, pun dapat timbul yang dikarenakan kompliasi misal *pneumona* dan sindrom pernafasan akut.⁵⁹

b. Pencegahan Covid-19

Lalu segala hal yang bisa dikerjakan sebagai pencegahan Covid-19

- 1) Senantiasa cuci tangan
- 2) Lalu menutupi mulut ketika batuk
- 3) Jaga jarak (*Social Distancing*)
- 4) Memakai masker

Selain itu, kegiatan vaksinasi sudah mulai berjalan dan dibagikan kepada masyarakat untuk meminimalisir penyebaran Covid-19⁶⁰

4. Dampak Pandemi Covid-19

Wabah Covid-19 begitu memberi dampak pada terjadinya gangguan sosial dan perekonomian di dunia, wabah ini mengakibatkan tertunda bahkan dibatalkannya segala bentuk acara keagamaan, politik, kebudayaan, olah raga, dll. Keterbatasan pengiriman sebab tambah buruk dari calon pembeli yang mengalami kepanikan, emisi polutan dan gas kaca yang turun, penutupan sementara lembaga pendidikan entah tingkatan sekolah ataupun universitas.⁶¹

Serta meningkatnya rasa trauma yang mendalam kepada masyarakat, karena dirasa pandemic ini cukup menakutkan, sehingga timbulah menurunnya imunitas tubuh dan rentan untuk terkontaminasi penyakit ini, maka penulis sangat tertarik dengan metode bimbingan

⁵⁹ Dikka Kalista Fristania, Skripsi: “*Dinamika Pemenuhan Kebutuhan Fisiologis Keluarga Yang Baru Menikah Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Bedagas RW 05*” (Purwokerto: IAIN Purwokerto, 2021), Hlm. 35.

⁶⁰ Dikka Kalista Fristania, Skripsi: “*Dinamika Pemenuhan Kebutuhan Fisiologis Keluarga Yang Baru Menikah Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Bedagas RW 05*”..., Hlm. 36.

⁶¹ Dikka Kalista Fristania, Skripsi: “*Dinamika Pemenuhan Kebutuhan Fisiologis Keluarga Yang Baru Menikah Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Bedagas RW 05*”..., Hlm. 38.

spiritual di Ponpes An-Najah sebagai salah satu metode menjaga imunitas tubuh para santri, agar terhindar dari penyakit menular ini.



BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini memakai pendekatan metode pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan suatu metode penelitian yang menciptakan data deskriptif seperti ucapan ataupun tulisan dan tingkah laku seseorang yang sedang dilakukan pengamatan. Tujuan penelitian memakai metode kualitatif ialah guna memperoleh pemahaman umumnya dalam fakta sosial dari sisi partisipan. Pemahaman itu akan diperoleh setelah analisis terhadap suatu kenyataan sosial telah dilakukan. (Bogdan & Biklen, S)⁶².

Penelitian ini memakai jenis penelitian study kasus, dimana jenis penelitian study kasus ataupun *case studi* ialah salah satu dari beberapa metode penelitian kualitatif yang membahas satu kasus sedalam mungkin bersama menyertakan berbagai sumber informan. Creswel mengemukakan bahwa studi kasus merupakan satu pengekplorasian daripada segala sistem yang bersangkutan. Sedangkan Patton mendefinisikan bahwasanya studi kasus ialah studi perihal khusus atau kompleksitas kasus tunggal dan berupaya sebagai mengetahui kasus yang sedang diteliti itu dalam konteks, keadaan atau kondisi, dan beberapa masa.⁶³

Jenis penelitian studi kasus ini kerap dinamai 'penelitian lapangan'. Penelitian ini dilaksanakan untuk mengkaji seintensif mungkin perihal interaksi lingkup, kedudukan, dan kondisi lapangan satu unit penelitian (misal: unit sosial ataupun unit pendidikan) dengan cara seadanya. Subjek yang diteliti bisa meliputi pribadi, masyarakat, maupun institusi. Pada dasarnya subjek penelitian cenderung kecil. Tetapi, fokus dan variabel yang dilakukan penelitian begitu luas.⁶⁴

⁶²Pupu Saeful Rahmat, "Penelitian Kualitatif", *Equilibrium*, Vol. 5, No. 9, 2009, Hlm. 2.

⁶³J.R.Raco, "Metode Penelitian Kualitatif Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya", (Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia, 2010), Hlm. 49.

⁶⁴Nursapia Harahap, "Penelitian Kualitatif", (Medan: wal Ashri Publishing, 2020), hlm. 53

Jadi, melalui metode penelitian ini peneliti diharap bisa menerima kompleksitas kasus. Kasus itu disertai dengan ketentuan kasus tunggal dan terkhusus. Alasan dilaksanakannya study kasus ini sebab kasus yang diteliti sangat unik, vital, dan memiliki manfaat untuk pembaca dan publik secara umum.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini berlokasi di Jalan Mohamad Besar, Dusun II Prompong, Kutasari, Kecamatan Baturaden, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah. Tepatnya di Pondok Pesantren Mahasiswa An-Najah

C. Subjek dan Objek Penelitian

Subjek penelitian ialah suatu sumber yang bisa memberi data terkait topik masalah yang akan dilakukan penelitian. Lalu subjek pada penelitian ini diantaranya ialah Hafizh Pandhitio, S.H. Selaku Konsultan Putra di Pesma An- Najah, Achmad Tri Wahyudi selaku lurah putra di Pesma An-Najah, Pos Kesehatan Pesantren dan perwakilan santri An Najah.

Objek penelitian ialah permasalahan yang akan diangkat jadi fokus penelitian. Pada penelitian ini objek yang akan diteliti ialah bimbingan spiritual sebagai solusi penguatan imunitas pada masa pandemi Covid-19.

D. Metode Pengumpulan data

1. Observasi

Observasi ialah teknik pengumpulan data yang dilaksanakan lewat satu pengamatan, melalui pembuatan catatan terhadap kondisi ataupun perilaku objek yang berkaitan.⁶⁵

Aktivitas observasi awal dilakukan pada tanggal 18 Januari 2022 kemudian dilanjutkan sampai selesai, tujuan penelitian melakukan observasi ini yaitu untuk mengetahui rutinitas kegiatan yang dijalankan di Pesma An Najah.

⁶⁵ Abdurrahmat Fathoni, “*Metodologi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi, cet.1*”(Jakarta: PT Rineka Cipta, 2006), Hlm 104.

2. Wawancara

Wawancara ialah perbincangan yang dilaksanakan kedua pihak, yakni orang yang melakukan wawancara yang memberikan atau menanyakan pertanyaan beserta narasumber yang memberi tanggapan dari pertanyaan dari pewawancara.⁶⁶

wawancara merupakan suatu upaya pemerolehan data yang dilaksanakan lewat aktivitas interaksi lisan dalam bentuk yang berstruktur, semi terstruktur, dan tidak terstruktur. Wawancara yang terstruktur ialah bentuk wawancara yang telah dilakukan pengarahannya dari segala pertanyaan seketat mungkin. Wawancara semi terstruktur, walaupun wawancara telah diarahkan dari berbagai daftar pertanyaan tidak tertutup yang dimungkinkan menimbulkan pertanyaan baru yang ide tersebut datang dengan spontanitas selaras bersama konteks pembincangan yang dilaksanakan. Wawancara secara tak terstruktur (terbuka) ialah wawancara dimana peneliti cuma berfokus dalam inti masalah terlihat diikatkan segala format tertentu seketat mungkin. Dilaksanakannya wawancara dapat secara individual ataupun berkelompok. Dalam wawancara secara individual ataupun berkelompok itu peneliti sebagai pewawancara dapat melaksanakan wawancara secara directive. Yang berarti, peneliti senantiasa berupaya memberi pengarahannya tetapi pembicaraan selaras dengan fokus masalah yang ingin diselesaikan. Tetapi pun bisa juga peneliti melaksanakan wawancara secara nondirective. Perihal tersebut dilaksanakan juga peneliti bukannya mau berfokus perbincangan dalam satu permasalahan pun tapi mau melakukan eksplorasi satu permasalahan.⁶⁷

Wawancara awal dilakukan oleh peneliti adalah wawancara terstruktur yang dilaksanakan pada 18 Januari 2022.

⁶⁶ I Wayan Suwendra, "Metodologi Penelitian Kualitatif dalam Ilmu Sosial, Pendidikan, Kebudayaan dan Keagamaan" (Bali: Nilacakra, 2018), Hlm. 55.

⁶⁷ Suyitno, "Metode Penelitian Kualitatif Konsep, Prinsip, dan Operasionalnya", (Tulungagung: Akademia Pustaka, 2018), hlm. 113

3. Dokumentasi

Dokumentasi ialah satu teknik pengumpulan data berkaitan penelitian meliputi catatan, buku, makalah, artikel, jurnal, majalah, dokumen, dan media lainnya.⁶⁸ Dokumentasi dalam penelitian ini yaitu berupa catatan, rekaman, dan gambar subjek.

E. Analisis Data

Analisis data diawali bersama cara mengkaji data yang disediakan dari beberapa sumber. Setelah dibacakan, dikaji dan ditelaah, fase selanjutnya adalah melaksanakan reduksi data. Selanjutnya penyusunnya dalam satu kesatuan dan dikategorisasikan dalam fase selanjutnya. Tahapan terakhir dari analisis data ini adalah membuat pemeriksaan keabsahan data.⁶⁹

1. Reduksi data adalah merangkum segala hal yang dipandang pokok yang akhirnya bisa memberi deskripsi untuk mempermudah peneliti melakukan pengumpulan data berikutnya.⁷⁰
2. Penyajian data atau display data, bisa dilaksanakan dalam bentuk penguraian singkat, bagan, dan relasi antarkategori. Tujuan dilaksanakannya penyajian data yaitu guna memudahkan pemahaman apa yang timbul dan perencanaan program berikutnya berdasar dari apa yang sudah dimengerti.⁷¹
3. Penarikan kesimpulan ialah langkah paling akhir dalam analisis data kualitatif. Penarikan kesimpulan bisa dilaksanakan atas dasar analisis terhadap data yang sudah dilakukan pengumpulan.⁷²

⁶⁸SuharsimiArikunto, *Prosedur Penelitian*, (Jakarta: RinekaCipta, 1993), Hlm 149.

⁶⁹Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*, cet. 30(Bandung: PT Rosda Karya, 2012), Hlm. 247.

⁷⁰Andi Dikson, Agung Suprojo, Ignatius Adiwidjaya, "Peran Kader Posyandu Terhadap Pembangunan Kesehatan Masyarakat", *Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik*, Vol. 6, No. 1, 2017, Hlm. 61.

⁷¹Wiwin Yuliani, "Metode Penelitian Deskriptif Kualitatif dalam Perspektif Bimbingan Dan Konseling", *Quanta*, Vol. 2, No. 2, 2018, Hlm. 88.

⁷²Marzuki Ahmad, Dwi Putria Nasution, "Analisis Kualitatif Kemampuan Komunikasi Matematis Siswa yang Diberi Pembelajaran Matematika Realistik", *Jurnal Gantang*, Vol. 3, No. 2, 2018. Hlm. 88.

BAB IV
BIMBINGAN SPIRITUAL SEBAGAI SOLUSI PENGUAT IMUNITAS
PADA MASA PANDEMI COVID-19

A. Deskripsi Umum Pondok Pesantren

1. Sejarah

a. Sejarah Pondok Pesantren An-Najah

Pesantren Mahasiswa (Pesma) An-Najah Purwokerto ialah lembaga pendidikan keagamaan nonformal yang dibuat terkhusus untuk mahasiswa yang asalnya dari perguruan tinggi umum dan agama. Pesma An-Najah dilakukan peresmian secara formalitas selaras bersama dengan Kemenag pada 4 September 2010 di bawah pengasuhan K.H.Dr.Mohammad Roqib, M.Ag., dan Hj.Nortri. Y. Mutmainnah, S.Ag. kisah panjang Pesma An-Najah berawal dari Dr. KH. Mohammad Roqib, M.Ag dan Hj. Nortri Y. Muthmainnah, S.Ag, mempersiapkannya dengan spiritual ketika ikeduanya melaksanakan ibadah haji 1430H pada bulan Oktober-November 2009, sesudah melaksanakan haji, mereka berkunjung ke setiap kyai sepuh sebagai permohonan do'a dan restu.

Ketika awalnya didirikan, Pesma An-Najah memiliki 20 santri yang ada dalam Forum Kajian Islam Konstekstual yang dilaksanakan dengan kerutinan tiap bulan oleh K.H., Dr. Mohammad Roqib, M.Ag., tanggal 4 Maret 2010, Pesma An-Najah memperoleh izin resmi dari Kemenag dengan Nomor. KD.11.02/5/KPP.00.7/377/2010 dan Nomor Statistik 51.2.33.02.20.005. Tak cuma dari hal itu, pengasuh selanjutnya membuat Yayasan Pesantren Maahasiswa An Najah lewat akta Notaris Hj. Imarotun Noor Hayati, SH., No. 06 tanggal 5 Januari 2013 dan No. 81 tanggal 26 Juni 2013

yang dilakukan pengesahan dengan putusan menteri hukum dan HAM RI Nomor AHU-4796.AHA.01.04. tahun 2013 pada tanggal 27 Agustus 2013

Progja pertama yang dilakukan ialah pengkajian Islam Intensif Ramadhan. Selaras dengan nama, pengkajian tersebut dilakukan pada 10 hari bulan Ramadhan 1431 H bersama pendamping oleh 3 ustad, 10 pemateri dan bersama 22 santri. Setahun berikutnya, pada bulan ramadhan 1432 H, Kajian Islam Intensif Ramadhan kembali dilakukan setiap 14hari dan materinya dari 14 pemateri. Kajian Intensif pun dilakukan ketika libur yaitu bulan Juli-Agustus, yang berikutnya ke dua kajian tersebut jadi agenda rutin. Selanjutnya untuk program kajian madrasah diniyah semester gasal diawali pada bulan September 2010.

b. Profil Pesantren Mahasiswa An-Najah

Pesma An Najah Purwokerto memberikan idedikasi sebagai pesantren mahasiswa yang fokus ke dalam kepenulisan. Dari hal tersebut, tidak sedikit tempat yang disediakan untuk pengembangan kapabilitas penulisan seperti ada produk meliputi buletin An Najah Kreatif, Komunitas Pondok Pena dan Forum Blakasuta (Blak-blakan Sastra untuk Tanah Air). Pesma An Najah Purwokerto memiliki penerbitan namanya Pesma An Najah Press yang dibuat untuk penerbitan buku perihal kepesantrenan, sastra, kemanusiaan, dan kebudayaan. Setiap karya yang sudah sukses diterbitkan oleh Pesma An Najah Press yakni ada IPI (Ilmu Pendidikan Islam), Kepribadian Guru, Filsafat Pendidikan Profetik, Menggugah Fungsi Edukasi Masjid, Membumikan Pluralisme.

Di lain sisi fokusnya dalam bidang kepenulisan, Pesma An Najah Purwokerto pun memiliki fokus pada pendidikan

akhlakul Qarimah, Al-Qur'an dan Hadits, dan pendidikan kitab kuning, bersama pengembangkn kurikulum pesantren salaf.

Pesma An Najah Purwokerto yang alamatnya di Jln. Moh Besar, RT 006/RW 003. Desa Kutasari, Kecamatan Baturraden, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah. Pesantren ini pengasuhnya ialah K.H., Dr. Mohammad Roqib, M.Ag., dan sang istri, Hj. Nortri Y. Muthmainnah, S. Ag. Beliau sudah memiliki banyak ipengalaman jadi ipengasuh di salah satu Pesantren Mahasiswa yang ada di Krapyak, Yogyakarta selama 11 tahun.

Dr., iMohammad Roqib, iM.Ag., lahirnya di Desa Kanugrahan Maduran, Lamongan, Jawa Timur. Beliau sudah melaukan pendidikan S1-nya di IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta tahun 1988 dengan jurusan Program Studi Pendidikan Bahasa Arab. Selanjutnya beliau mengikuti program pasca sarjana program studi Pendidikan Islam di UIN Sunan Kalijaga dan melanjutkannya pendidikan doktornya di UIN Sunan Kalijaga bersama disertasi dengan judul “Filsafat dan Budaya Profetik dalam Pendidikan” Selain mengikuti pendidikan formal, beliau pun mengikuti pendidikan di beberapa pesantren diantaranya Pesantren Hidayatul Ummah Lamongan, Langitan Tuban, Tebuireng Jombang, Lirboyo Kediri, Denanyar Jombang, dan Krapyak Yogyakarta. Pengalaman organisasi beliau pun tidak sedikit di antaranya sebagai ketua Forum Kerukunan Umat Beragama (FKUB) Kabupaen Banyumas, Wakil Rois Syuriyah PCNU Banyumas, Wakil Rois Syuriyah PCNU Banyumas, A'wan Syuriyah PWNU Jawa Tengah, dan Dewan Penasihat MUI Banyumas. Kemudian menjabat sebagai Rektor IAIN Purwokerto periode 2019-2023. Sebagai pesantren mahasiswa, Pesantren Mahasiswa An Najah mempunyai visi dan misi.

Di bawah ini visi dan misi yang dimiliki Pesantren Mahasiswa An Najah:

Visi : Sebagai lembaga pendidikan yang unggul dalam mengembangkan subyek didik sebagai individu sekaligus anggota sosial yang religius, cerdas, inklusif, dan humanis.

Misi :

- a) Membekali santri untuk berperilaku profetik, yaitu jujur, amanah, komunikatif, dan cerdas.
- b) Mentradisikan berfikir dan bersikap rasional, ilmiah, dan gemar meneliti.
- c) Melatih life skill untuk memperkuat peran sebagai hamba Allah SWT, dan pemakmur bumi. Agar dapat mencapai visi misinya, Pesma An Najah Purwokerto memiliki susunan pengurus yayasan.

Berikut susunan kepengurusan Yayasan Pesantren Mahasiswa An Najah:

Penasihat : Prof. Dr. Phil. H. M. Nur Kholis Setiawan, M.A H. Abbas Mu'in, MA. Prof. Dr. Ir. H. Suwanto, M.Si.

Ketua : K.H. Dr. Mohammad Roqib, M.Ag

Sekretaris : Dr. Maria Ulpah, S.Si., M.Si.

Bendahara : Tri Yuniarti, S.Ag.

Anggota : Haris Hidayatullah, S.Pd.I, Anjaha Naufal MZS.

Sama seperti yang lain, Pesma An Najah mempunyai kerangka kepengurusan supaya tambah membuat gampang dalam mengkoordinasi santri yang berada di pesantren serta mengkoordinasi seluruh jadwal aktivitas yang akan dilakukan di pesantren supaya visi misi dan tujuan pesantren bisa dilaksanakan selaras dengan perencanaan. Berikut susunan kepengurusan santri Pesantren Mahasiswa An Najah.

Susunan Pengurus Putra Pesantren Mahasiswa An Najah
Masa Khidmat 2021-2022

Pengasuh : KH. Mohammad Roqib, M.Ag Hj dan Notri Y.
Muthmainnah, S.Ag.

Penasehat : Anjaha Naufal Muhammad

Konsultan : Akmal Fauzi, S.Pd, Hafidz Pandhito, S.H

Badan Pengurus Harian :

Lurah : Achmad Tri Wahyudi

Sekretaris : Heri Purnomo

Bendahara : Irkham Auladi

Departemen-departemen

Departemen Pendidikan : Nafal Qorif Widjiatmoko

Departemen Keamanan : Abdur Roup

Departemen Perlengkapan : Handika Bayu Prasetya

Departemen Media & Publikasi : Nur Fatah Faozi

Departemen Kebersihan, Kesehatan : M. Sangidul, Ahmad F

Departemen Public Relation : Ahmad Imron Rosadi

Departemen Kreativitas : Fatikh Aminullah

Departemen Kewirausahaan : Handoyo Alam Tri Mulyo.

Susunan Pengurus Putri Pesantren Mahasiswa An Najah
Masa Khidmat 2021-2022

Pengasuh : K.H., Mohammad Roqib, M.Ag dan Notri Y.
Muthmainnah, S.Ag

Penasehat : Wifdatun Nisa Al-Hafidzah

Konsultan : Khusnul Abdiyah, M.Pd. Iis Sugiarti, S.Pd.I

Badan Pengurus Harian

Lurah : Lili Rahayu Usfatun Khasanah, S.E

Sekertaris : Nisrina Tuhfatul Azizah, S.E

Bendahara : Siti Khofifah Novi Sangadah

Departemen-departemen	
Departemen Pendidikan	: Yanyan Aida R
Departemen Keamanan	: Fathiatul Hanna F
Departemen Media Publikasi	: Eviani Isnatul L
Departemen Olahraga dan Kesehatan	: Fenita Riyanti
Departemen Kebersihan & Perlengkapan	: Muslihatur R, Dian
Departemen Kreativitas	: Tsalisatun Nur H
Departemen Kewirausahaan	: Lela Safitri
Departemen Public Relation	: Elin P. ⁷³

2. **Keadaan dan Aktivitas Santri di Pesantren Mahasiswa An-Najah**

Selaras bersamanya, santri yang tinggal di Pesma An Najah ialah setiap individu yang memiliki status sebagai mahasiswa dari beberapa kampus yang ada di Purwokerto salah satunya adalah IAIN Purwokerto. Pada tahun 2021, besaran semua santri adalah 231 santri putri dan 102 santri putra.

Pesantren Mahasiswa An Najah mempunyai jadwal aktivitas keseharian bagi tiap santri. aktivitas itu berupa dari aktivitas madrasah diniyyah, sosial, dan lain lain, di mana aktivitas itu dilakukan i pengelolaan i pengurus Pesma An Najah, entah pengurus santri putra bersama pengurus ssantri putri saling melajukan koordinasi dalam pengelolaan kegiatan. Tidak lupa juga dari peranan vital pengasuh Dalam aktivitas kegiatan belajar mengajar madrasah diniyah, dibuat kategori dalam 5 tingkat kelas yakni I'dad, Kelas 1-4. Santri baru masuk katagori dalam kelas berdasar dari hasil uji yang didapatkannya. I'dad ialah kategori kelas santri baru pemula yang nota bene belum cukup dapat memahami perihal pelajaran yang ada di pesantren misal menulis pegon jawa, dll. Berikut jadwal aktivitas keseharian santri pada hari senin-jumat:

⁷³ <https://www.pesmaannajah.com>

- a. 04.00-05.00 Persiapan salat subuh dan pelaksanaannya,
- b. 05.00-06.00 Kegiatan Madrasah Diniyah,
- c. 06.00- 15.00 Santri dibebaskan dari kegiatan wajib pesantren
- d. 15.00-16.00 Sholat asar
- e. 16.00-17.00 Kegiatan Madrasah Diniyah
- f. 17.00-18.00 Istirahat, persiapan salat maghrib berjamaah dan pelaksanaannya,
- g. 18.00-19.00 Kegiatan Madrasah Diniyah,
- h. 19.00-19.30 Sholat Isya,
- i. 19.30-21.00 Kegiatan Madrasah Diniyah,
- j. 21.00-22.00 Pendampingan pembelajaran BTA/PPI untuk santri yang belum lulus.

Ketika Sabtu dan Minggu, ada sejumlah jadwal aktivitas yang beda dengan hari biasa, yakni agenda ba'da subuh dengan pengajian umum yang diampu langsung oleh Dr.K.H Moh. Roqib, M.Ag, semua santri dikumpulkan di Masjid An Najah. Materi yang diberikan beliau contoh akhlak tasawuf dan aqidah. Sesudah agenda tersebut, semua santri melakukan ro'an. Jadwal beda lain ketika bada asar. Pada hari sabtu, ba'da ashar diagendakan dengan berolahraga, lalu pada hari minggu, santri melangsungkan agenda Organisasi Santri Mahasiswa (OSMA) Pesma An Najah Purwokerto pun mempunyai program untuk pengembangan minat, bakat, serta kapabilitas santri dalam berbagai bidang seperti bidang penulisan, enterprener, program itu selanjutnya diterapkan dalam berbagai jenis agenda seperti:

- a. Kegiatan organisasi santri mahasiswa (Osma). Osma ialah organisasi yang didirikan sebagai tempat untuk pengembangan minat dan bakat santri. Ada berbagai bentuk OSMA, di seperti:
 - 1) Komunitas Pondok Pena merupakan komunitas yang memberikan wadah untuk para santri berusaha dan mengembangkan kemampuan dalam bidang penulisan. Agenda

yang dilaksanakan komunitas tersebut seperti penciptaan pres release, pelatihan jurnalistik, pitutur abah, pembelajaran esai, dan puisi.

- 2) OSMA NH PERKASYA (Nurul Huda pertahanan dua kalimat syahadat), ialah organisasi yang berfokus dalam bidang keolahragaan dan seni beladiri.
- 3) OSMA An-Najah Kreatif, ialah organisasi yang Bergeraknya dalam wirausaha. Agenda yang dikerjakan yakni pemberian bekal materi, praktek merangkai hampers dan bisnis lain, serta budidaya anggrek.
- 4) Luthfunnajah, ialah organisasi dalam bidang hadroh dan seni lain.
- 5) AArJEC atau An Najah Arabic Javanese English Community, merupakan sebuah komunitas yang dibuat untuk mengembangkan bakat dan minat yang memiliki fokus pada pelatihan setiap tutor mengajar di TPQ yang ada di lingkungan pesantren. Sesuai dengan namanya, kegiatan yang dilakukan yaitu mengkaji dengan diperdalamnya 3 bahasa yakni Arab, Inggris dan Jawa

b. Agenda peringatan hari besar islam.

c. Kajian Ilmiah Ramadhan.

3. Deskripsi Kegiatan Spiritual pasca Pandemi di Pesma An-Najah

Selama masa pandemic di Pondok Pesantren Mahasiswa An-Najah penguatan imunitas santri dilakukan melalui beberapa sisi, diantaranya sisi spiritual dan sisi kesehatan.

Dari segi spiritual sendiri, para santri di damping oleh pengasuh untuk selalu melakukan peningkatan kualitas iman dan taqwa kepada Allah SWT dengan melakukan kewajiban-kewajiban sebagai seorang muslim sekaligus santri, seperti sholat jama'ah 5 waktu. Dari pembiasaan untuk sholat jama'ah 5 waktu diharapkan para santr lebih tenang dan nyaman perasaannya terutama disaat

pandemic yang banyak sekali berita-berita duka setiap hari silih berganti.

Kemudian selain kewajiban sholat jama'ah 5 waktu di Pondok Pesantren An-Najah sendiri ada penguatan spiritual yakni para santri diberikan secara langsung oleh pengasuh berupa (Ngaji Kehidupan) yang mana ngaji kehidupan disini adalah ngaji sebagai mana mestinya metode pengajian di pesantren dengan menggunakan kitab kuning, namun ada yang membedakan yaitu tidak hanya kontekstual ngaji seperti apa yang ada di kitab saja, tapi juga pengasuh memberikan penjelasan-penjelasan yang amat sangat mudah dipahami dan sangat relevan di kehidupan nyata, dengan begitu para santri diharapkan memiliki semangat juang yang tinggi termasuk dalam menghadapi situasi pandemic supaya tidak panic dan sabar dalam menghadapi musibah global ini.

Selanjutnya dari segi kesehatan di Pondok Pesantren An-Najah saat pandemic dibentuk POSKESTRES (Posko Kesehatan Pesantren) yang mana bertugas mengawasi, mengecek dan melakukan tindakan berkaitan dengan kesehatan para santri, kegiatan yang rutin dilakukan diantaranya pengecekan rutin saturasi oksigen dan cek indera penciuman para santri yang rutin dilaksanakan setiap hari setelah berjama'ah Isya dan kegiatan mingguan berupa senam kebugaran jasmani yang diikuti oleh para santri dilaksanakan dilapangan setiap sabtu pagi dan sampai sekarang masih berjalan untuk senamnya ada juga peningkatan imunitas santri dilakukan oleh tim POSKESTREN yaitu dengan kegiatan minum wedang jahe bersama 2 minggu sekali.⁷⁴

Lebih jelasnya penulis menyajikan kegiatan yang dilakukan santri Pondok Pesantren An-Najah dalam peningkatan spiritual dan keilmuan

⁷⁴ Hasil ini diambil dari observasi langsung penulis ke Pondok Pesantren An-Najah dengan dipandu oleh Lurah Pondok untuk menjeskan berbagai kegiatan yang dilakukan.

santri, hal ini disampaikan langsung oleh Abah Roqib selaku pengasuh Pondok Pesantren An-Najah yang pada saat itu penulis wawancara.⁷⁵

Beliau menyampaikan bahwasannya dalam rangka peningkatan spiritual diri, di Pondok Pesantren An-Najah selalu perpacu terhadap Iman, Ilmu, dan Amal, hal ini di dasari pada Iman atau Aqidah yang memang harus ada di posisi pertama sebagai pondasi diri daripada adanya godaan syaiton yang terkutuk, yang kedua Ilmu merukan hal yang dikaitkan dengan Fiqih atau hukum atau larangan yang harus ada sebagai bekal diri dalam bertindak sesuatu, yang terakhir ialah amal yang menginduk kepada Akhlak Tasawuf yang lebih membasah mengenai tindakan diri dalam perjalan hidup dengan sandaran sopan santun yang tinggi atau Akhlakul Kharimah yang ada di setiap diri para santri.

Dan beliau juga memberikan penjabaran kegiatan-kegiatan yang dilakukan dalam oleh para santri sebagai bentuk spiritualitas diri, sebagaimana berikut :

1. Menjaga sholat lima waktu (Wajib Jama'ah), kegiatan ini merupakan kegiatan wajib untuk dilakukan santri, mengingat santri merupakan benteng negara, maka dengan menjaga sholat lima waktunya dapat memberikan benteng iman dalam dirinya.
2. Khataman Qur'an (Dilakukan setiap malam ahad), hal ini merupakan kegiatan spiritual yang dilakukan para santri di pondok pesantren An-Najah, mereka selalu diberikan bekal untuk istiqomah dalam membaca Al-Qur'an sebagai landasan hidup yang benar sesuai ajarannya.
3. Mujahadah atau Istighosah (Dilakukan setiap malam selasa dan malam jum'at), kegiatan spiritual ini sebagai bekal santri ketika kembali ke masyarakat.

⁷⁵ Wawancara dengan Abah Roqib selaku pengasuh Pondok Pesantren An-Najah

4. Pemanfaatan waktu saat ustadz kosong dengan cara membaca Al-Qur'an dan Sholawat bersama-sama, hal ini sebagai contoh dalam memanfaatkan waktu untuk hal-hal yang positif.
5. Pada momentum hari-hari besar, seperti Harlah, Muharom, Rojab, dll.
6. Penguatan terhadap situs, sejarah, tokoh Islam, contoh seperti rihlah, bahwasannya hal ini untuk memberikan edukasi spiritual santri terhadap sejarah adanya Islam di Indonesia.
7. Melaksanakan aplikasi peribadatan dalam bentuk training atau contoh yang dipimpin langsung oleh pengasuh, seperti contoh Haji, dan Wudhu, sholat-sholat sunnah, dll.
8. Program liburan, yakni SIL : Studi Islam Intensif Liburan, dan KIR : Kajian Islam Intensif Romadhon, sebagai tugas santri untuk tetap menjalankan kewajiban spiritual dimanapun berada.
9. Menerima studi banding dari Agama Lainnya, hal ini merupakan bentuk toleransi yang di ajarkan oleh Gus Dur dalam hidup beragama untuk saling menghargai, dan hormat menghormati.
10. Dzikir, wirid ba'da sholat setiap waktu, hal ini dilakukan sebagai bentuk spiritual diri untuk tameng daripada hal-hal yang menyeleweng dari agama.

Dapat ditarik kesimpulan bahwasannya kegiatan spiritual di Pesma An-Najah diantaranya aktivitas harian sholat jama'ah 5 waktu seluruh santri, dilanjutkan dengan dzikir wirid, kemudian ngaji sesuai kelas madrasah diniyah masing-masing dengan ustadz tiap kelas masing-masing, setiap pagi menjelang subuh para santri dibangunkan untuk melakukan sholat tahajud sekaligus persiapan jama'ah subuh.

Kemudian kegiatan Ngaji Kehidupan oleh Pengasuh dilakukan setiap Rabu pagi dengan kitab Adabul Alim, hari Ahad dengan kitab Nashoihul Ibad. Yang mana dalam ngaji ini tidak hanya kontekstual ngaji seperti apa yang ada di kitab saja namun pengasuh biasanya menambahkan penjelasan dengan cara yang sangat mudah dipahami dan relevan di kehidupan nyata sehari-hari.

Ditambah dengan kegiatan spiritual modern lainnya yang menjadikan santri lebih kuat iman dan imunnya dan betah bertahan dalam mempelajari ilmu agama, sebagai bekal hidup dimasa depan, karena santri adalah tongkatnya para kyai, yang menjadikan mereka lebih dibanggakan dibanding lainnya, karena bukan halnya ilmu umum yang mereka pelajari, melainkan ilmu agama dan ilmu hidup yang selalu diajarkan di dalam Pondok Pesantren, terutama sekali perihal akhlak.

Dengan kegiatan yang sangat padat yang dilakukan di Pondok Pesantren An-Najah ini, membuat santri semakin nyaman dan betah, yang menjadikan mereka lebih tenang dan lebih fresh lagi pikirannya tanpa harus memiliki rasa takut melawan pandemi, sebab bekal iman yang sangat kuat dilakukan di pondok dapat menjadikan imunitas tubuh santri jadi lebih kuat.

4. Faktor-faktor penghambat berjalannya kegiatan Spiritual sebagai penguat imunitas tubuh di Pondok Pesantren An-Najah

Factor penghambat kegiatan spiritual di Pondok Pesantren An-Najah diantaranya adalah :

- a. Kesadaran para santri yang masih minim
- b. Rasa malas untuk mengikuti kegiatan yang dilakukan
- c. Adanya kegiatan yang lain yang bersamaan
- d. Adanya pengaruh luar pondok, yang menjadikan santri menjadi tidak betah di pondok.

Kesadaran para santri dan rasa malas yang besar menjadi factor utama penghambat berjalannya kegiatan Bimbingan Spiritual di Pondok, adapun hal ini di kuatkan oleh Lurah Pondok :

“Faktor penghambat kegiatan spiritual disini diantaranya kurangnya kesadaran para santri, dan rasa malas untuk mengikuti kegiatan yang sudah direncanakan oleh pondok untuk diikuti oleh para santri, mungkin karena masih usia-usia remaja menjelang dewasa awal jadi antusias untuk mengikuti kegiatan spiritual masih kurang semangat (beberapa santri saja tidak seluruhnya) kemudian factor lainnya kurang biaya untuk melaukan kegiatan-kegiatan yang sudah diagendakan oleh pesantren”⁷⁶

Bukan hanya factor penghambat saja, banyak juga antusias dari para santri yang memang sebelumnya sudah pernah nyantri dan sangat semangat untuk mengikuti setiap kegiatan spiritual yang ada di pesantren, ngaji kehidupan juga menjadi hal yang sangat menarik para santri untuk mengikuti kegiatan spiritual yang dilakukan. Apalagi untuk program ngaji kehidupan ini membahas mengenai kehidupan yang ada di dunia dan diberikan penjelasan mengenai apa yang sudah dilalui oleh Abah dalam menjalani kehidupan sehari-hari dengan penuh keikhlasan hati.

Terlebih lagi adanya otoritas pengasuh, yang membuat santri harus siap untuk bertahan di pondok, karena bagaimanapun santri selalu diberikan bekal untuk ta'dzim kepada kyai, dan tidak boleh untuk melawan kyai.

5. Perbedaan proses kegiatan sebelum dan sesudah pandemic

“Perbedaan sebelum dan sesudah pandemic lebih kepada saat pelaksanaan saja si, seperti menggunakan metode ngaji online atau daring dengan ustadz masing-masing. Kemudian saat jama'ah, ngaji langsung memakai protokol kesehatan seketat mungkin misalnya jaga jarak, memakai masker, tidak bersalaman dan dari POSKESTREN menyediakan tempat mencuci tangan yang sebelumnya belum ada, sedangkan setelah pandemic kegiatan berjalan normal dengan senantiasa patuh terhadap protokol kesehatan yang ada.”⁷⁷

⁷⁶ Wawancara dengan Ahmad Tri Wahyudi, sebagai Lurah Putra Pondok Pesantren An-Najah, pada 04 Juli 2022.

⁷⁷ Wawancara dengan Ahmad Tri Wahyudi, sebagai Lurah Putra Pondok Pesantren An-Najah, pada 04 Juli 2022

Banyak sekali hal yang dilarang dilaksanakan pada saat pandemic, salah satunya adalah berkerumun, maka dari itu Pondok Pesantren An-Najah selalu mentaati aturan yang sudah ditetapkan oleh Pemerintah, salah satunya dengan melakukan aktivitas sehari-hari dalam pondok dengan memperhatikan protokol kesehatan yang sangat ketat demi menjaga penyebaran virus yang ada kepada para santri di dalam pondok.

Dari hal spiritual peningkatan yang dilakukan disini ialah lebih memperpanjang dalam hal wirid dan doanya, mengingat kepasrahan diri terhadap pencipta dapan memberikan ketenangan diri untuk menghadapi pandemi, atau iman yang dlebihkan dalam mengalahkan imun yang melemah.

6. Manfaat Bimbingan spiritual

Manfaat bimbingan spiritual di Pondok Pesantren An Najah :

- a. Memberi bantuan santri supaya bisa dihindarkan dari segala bentuk permasalahan,
- b. Memberi bantuan santri supaya sadar ihakekat dan tugas idirinya sebagai pribadi dan hamba Allah,
- c. Memberi dorongan santri agar tawakal dan iserah idiri ikepada Allah SWT,
- d. Memberi arahan santri supaya melakukan pendekatan diri setulus mungkin kepada Allah SWT dengan selalu melaksanakan ibadah secara nyata entah yang wajib ataupun yang Sunah,
- e. Memberikan pengarahan santri supaya istikomah menempatkan Allah sebagai konselor yang Maha Agung sebagai sumber perampungan permasalahan dan sumber hati yang tenang,
- f. Memberi kesadaran santri akan potensinya dan kapabilitas ikhtiar supaya bisa melaksanakan *selfcounseling*,

- g. Menghantarkan santri ke arah kehidupan yang penuh ketenangan dalam rasa bahagia yang hakiki (dunia dan akhirat).⁷⁸

B. Analisis Penulis

Satu misi Al-Qur'an ialah timbulnya segala hal yang baik untuk hidup seluruh manusia, terkhusus untuk individu yang memiliki iman dan amal. Al-Qur'an sebagai penuntutan dan penuntunan yang dikandung di dalam Al-Qur'an itu sendiri. Sejalan dengan posisi dan fungsi, Al-Qur'an memiliki misi seperti misi yang dirisalah Rasulullah Muhammad SAW. Menciptakan kehidupan dunia yang harmoni dan penuh keseimbangan di naungan ridho Allah SWT. Termasuknya yakni pemeliharaan hidup seluruh manusia dan alam sekitar dari rusak dan hancur dengan diwujudkan komunikasi yang sehat di antaranya sesama manusia dalam menjalankan hidupnya.

Berhubungan bersama misi kenabian itu, apabila dikaitkan dengan tujuan dan fungsi konseling ialah keduanya memiliki tujuan untuk pemeliharaan hidup manusia dari rusak dan hancurnya dengan terbentuknya interaksi yang baik setiap manusia dalam menjalankan hidup seperti sudah disebut sebelumnya.

Di barat, teori perihal konseling sebagai sebuah ilmu senantiasa mengalami penembangan dengan signifikan. Perkembangan tersebut awalnya dari perkembangan aliran konseling psiko dinamika, behaviorism, humanism, dan multicultural. Bahkan pada akhir-akhir ini tengah berkembang konseling spriritual sebagai energi kelima selain energi sebelumnya. Salah satu berkembangnya konseling spritual ini ialah berkembangnya konseling religious.⁷⁹

⁷⁸ Wawancara dengan Hafizh Pandhitio selaku Konsultan Putra Pesantren Mahasiswa An-Najah, pada 04 Juli 2022

⁷⁹ Dr. Syafaruddin, "*Bimbingan Konseling Perspektif Al-Qur'an dan Sains-Wawasan Al-Qur'an Tentang Konseling (Sebuah Upaya Pengembangan Landasan Konseling yang Bernilai Qur'an)*", (Medan: Perdana Mulya Sarana, 2017), Hlm. 111.

Tak bisa diabaikan bahwasanya dalam fase konseling, segala nilai agama yang dipercaya klien ialah suatu hal yang butuh menjadi pertimbangan konselor dalam pemberian pelayanan konseling, karena khusus klien yang fanatic dengan pengajaran agamanya dimungkinkan begitu yakin dengan perampungan permasalahan pribadi lewat agamanya. Seperti yang dipaparkan oleh Bishop bahwasanya segala nilai agama (*religious values*) butuh untuk dijadikan pertimbangan oleh konselor dalam fase konseling, supaya fase konseling dapat dilaksanakan seefektif mungkin.⁸⁰

Konseling sebagaimana nantinya dipaparkan, dalam Islam disebut dengan istilah *Irsyad*, yakni sebagai suatu bentuk aktivitas dakwah dan pendidikan yang lebih condong dimengerti sebagai bimbingan agama, yaitu aktivitas yang dilaksanakan oleh individu sebagai upaya memberi dukungan kepada individu lain yang merasakan kesulitan rohaniah dalam hidup, supaya dia bisa merampungkan masalahnya sendiri, sebab timbul irasa sadar ataupun penyerahan diri kepada kebesaran Allah. Sehingga pada pribadinya timbul sesuatu harapan kebahagiaan hidup saat ini dan di masa depan.

Dengan demikian, *Irsyad* merupakan dakwah atau pendidikan dari segi bentuk kegiatannya, sedangkan terapi merupakan salah satu fungsi dari *Irsyad*. Proses *irsyad* itu sendiri dapat berlangsung dalam konteks dakwah *nafsiyah*, *fardiyah*, dan *fi'ah*.

Menurut para mufasir, salah satunya adalah Fakhrudin, bentuk asal kata *Irsyad* adalah *Al-Irsyad* yang berarti petunjuk, kebenaran, ajaran, dan bimbingan dari Allah SWT, yang mengandung suasana kedekatan antara pemberi dan penerima *Al-Irsyad*. Secara istilah *Irsyad* berarti menunjukkan kebenaran ajaran, dan membimbing orang lain dalam

⁸⁰ Bishop, D, R. "Religious Values as Cross-Cultural Issues in Counseling", (*Jurnal Counseling and Values*, 1992).

menjalankannya yang berlangsung dalam suasana tatap muka dan penuh keakraban.⁸¹

Selain *Irsyad* dalam istilah Islam dikenal dengan istilah lain yang kedudukannya titik berbeda dengan konseling. Misalnya istilah *Al syifa dan Ad Dawa* (proses pengobatan penyakit rohani atau jasmani) yang merupakan salah satu dari bentuk metode dakwah.

Secara *manthuq* (implisit) kata-kata syifa berarti, (1). bahwa Allah yang menyembuhkan segala penyakit yang ada di dalam dada manusia khususnya manusia beriman, bahwa (2). Makanan dan minuman serta perbuatan, dapat menjadi obat penyakit yang di derita manusia, dan (3). Bahwa Al-Qur'an menjadi obat bagi orang-orang yang beriman.

Apabila dicermati dari sisi psikolog, konsep *Irsyad dan Syifa'* ialah perwujudan dari *Religious Psychotherapy*, yakni suatu pendekatan bimbingan dengan memakai psikoterapi atas dasar pendekatan agama.⁸²

Sebagaimana yang ada di Pondok Pesantren An-Najah, Bimbingan Spiritual sebagai metode penguatan imunitas tubuh yang dilakukan dengan metode Sholat 5 waktu, dan ngaji kehidupan merupakan contoh nyata dari pelaksanaan adanya *Religious Psychotherapy* sebagai metode bimbingan yang dapat menyembuhkan pemikiran negatif, sakit hati, dan penyakit lainnya, hal ini dibuktikan langsung oleh pernyataan santriwati Pondok Pesantren An-Najah yang mengatakan :

“Menurut saya adanya bimbingan spiritual selama pandemic dan sampai dengan sekarang itu dapat menjadikan santri lebih berfikir positif sehingga imunitas tubuh pun menjadi lebih meningkat”⁸³

Dikuatkan lagi oleh santriwati lainnya, yang mengatakan :

“Bimbingan spiritual menjadikan saya untuk berfikiran lebih positif menghadapi covid serta membuat saya lebih banyak berdoa agar selalu dilindungi oleh Allah SWT, selain untuk pengisian waktu longgar melalui aktivitas daring yang

⁸¹ Fakhruddin, “*Bimbingan dan Konseling Islam*”, (Jakarta: Amzah, 1994), Hlm. 16-17.

⁸² Zainal Arifin, “*Tafsir Inspirasi: Inspirasi Seputar Kitab Suci Al-Qur'an*”, (Medan: Duta Azhar, 1975), Hlm. 66.

⁸³ Wawancara dengan Anggi Febriani selaku santriwati Pondok Pesantren An-Najah, pada 5 Juli 2022.

membosankan dan membuat pemikiran hal-hal yang aneh terjadi diluar sana, bimbingan spiritual juga baik dilaksanakan agar tidak melulu materi tentang kesehatan tetapi juga muhasabah diri terhadap sang pencipta yakni Allah SWT.⁸⁴

Penguatan imunitas pada seseorang memang sangat perlu dilakukan, mengingat pandemic yang terjadi sangatlah dahsyat yang menyebabkan seluruh kegiatan sehari-hari mati total, satu-satunya kegiatan yang memang bisa dilakukan untuk penguatan imunitas diri selain mengkonsumsi makanan sehari-hari adalah dengan mendekati diri dan menyerahkan diri kepada sang pencipta, mengingat segala yang muncul di bumi ini ialah pada dasarnya penyebabnya dari kehadaknya.

Pondok pesantren An-Najah menjadi bukti nyata tentang pembinaan santri dan pembimbingan santri untuk melewati pandemic yang terjadi, melihat kondisi yang ada pondok merupakan instrumen yang tidak hanya untuk menimba ilmu, melainkan juga memberikan jaminan kesadaran santri tentang sang pencipta alam semesta yaitu Allah SWT. Pemberian ajaran sholat 5 waktu berjamaah adalah suatu metode penyadaran diri terhadap santri agar lebih mengupayakan lagi menyingkirkan urusan dunia dan mendahulukan urusan akhirat.

Selain menjalankan sholat 5 waktu secara berjamaah, bimbingan spiritual sebagai bentuk penguatan imunitas tubuh para santri disini juga diberikan metode “ngaji kehidupan” yakni mengaji dengan mempelajari ilmu-ilmu kehidupan melalui kitab-kitab kuning bertemakan kehidupan, yang di bimbing langsung oleh Abah Roqib selaku pengasuh Pondok Pesantren An-Najah, bukan hanya memberikan ajaran secara teori saja, Abah juga memberikan pembelajaran tentang perjalanan hidupnya, sehingga para santri lebih mudah untuk memahami apa isi yang terkandung di dalam kitab-kitab kuning tersebut dengan contoh kehidupan nyata yang pernah dilalui oleh Abah di dalam keseharian hidup.

⁸⁴ Wawancara dengan Asna Yulia Afifah selaku santriwati Pondok Pesantren An-Najah, pada 5 Juli 2022.

Perihal inilah yang menjadikan para santri semakin sadar dan yakin bahwa jalan hidup setiap insan sudah ada yang mengatur dan mentakdirkan, sehingga para santri dapat lebih untuk meningkatkan ketaqwaan kepada Allah SWT dan menjadikan santri untuk selalu ingat tentang hidup dan mati, sehingga munculah pemikiran yang positif yang membuat santri untuk tetap tenang menghadapi situasi pandemic yang terjadi, dan menghindari pemikiran-pemikiran aneh yang ada di dalam benaknya.

Seperti halnya yang dikatakan oleh salah satu santriwati Pondok Pesantren An-Najah yang merasakan perbedaan pasca mendapatkan bimbingan spiritual di Pesantren, dia mengatakan bahwa :

“Bimbingan yang diberikan yaitu tentang penguatan iman dan imun yang diberikan langsung oleh pengasuh dan tim kesehatan, penguatan iman yaitu dengan cara memperbanyak dzikir dan mengingat Allah karena wabah tersebut datangnya dari Allah SWT dan harus menerima dengan ikhlas, melakukan penguatan dzohori dan bathin, ikhtiar dilakukan sebagai bentuk penguatan imun yaitu dengan cara olahraga, minum vitamin, makan makanan yang bergizi, dan berfikir positif”⁸⁵

Lalu ia juga menambahkan dalam pernyataannya yaitu :

“Bimbingan spiritual merupakan hal yang sangat memberikan dampak positif bagi tubuh, karena kita merupakan santri yang wajib untuk selalu melakukan ikhtiar kepada sang pencipta dengan cara Doa, usaha, dan yakin bahwa pandemic yang terjadi akan selesai, dan ikhtiar yang kita lakukan disini akan membuahkan hasil untuk kekebalan imunitas tubuh kita.”⁸⁶

Perlu kita ketahui bersama, bahwasanya selain fisik yang diberikan perhatian lebih pada saat melewati pandemic yang terjadi, dari segi ruhaniah dan bathiniah juga lebih perlu lagi diperhatikan, karena dengan seperti itu hati dan jiwa raga dapat lebih ikhlas untuk menerima bahwa pandemic ini terjadi semata-mata karena memang kita bisa melewatinya, dan kita sebagai hamba harus bisa ikhtiar dengan ikhlas

⁸⁵ Wawancara dengan Itsna Z sebagai salah satu santriwati Pondok Pesantren An-Najah, pada 06 Juli 2022.

⁸⁶ Wawancara dengan Itsna Z sebagai salah satu santriwati Pondok Pesantren An-Najah, pada 06 Juli 2022.

agar semua yang terjadi dapat menjadi pembelajaran untuk kedepannya lagi dalam menghadapi situasi dan kondisi yang akan terjadi seperti ini lagi.

Berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan kepada pihak pondok, proses bimbingan spiritual ini merujuk kepada yang sudah diperintahkan dalam Al-Qur'an, karena Al-Qur'an merupakan sumber kehidupan, segala sesuatu yang terjadi di dunia sudah tercantum di dalam Al-Qur'an Al-Karim sebagai petunjuk jalan kehidupan setiap insan manusia di dunia ini. Seorang muslim harus dan wajib untuk mengimani Al-Qur'an, maka dari itu bimbingan spiritual ini merupakan bentuk penumbuhan rasa Ihsan kepada para santri untuk lebih yakin dan percaya dengan cobaan yang sedang ada ini, dan lebih menjadikan santri untuk meningkatkan ketaqwaan kepada Allah SWT, dan mengimaninya melalui metode bimbingan spiritual ini, output yang dihasilkan disini adalah santri lebih tenang hatinya, dan bersih pikirannya dalam menghadapi cobaan ini, sehingga imunitas tubuh tetap stabil dan tidak down karena pengaruh omongan dan berita yang ada.

Dari penelusuran dalam pengkajian literature perihal konseling yang dihuungkan dengan Al-Qur'an (Islam), penulis mendapatkan penemuan dari satu buku yang melakukan kajian hal itu, yang memaparkan perihal segala dasar Qur'ani dalam konseling, di mana pada pembahasan tersebut dipaparkan bahwasanya mencari petunjuk Al-Qur'an dalam pelaksanaan konseling Islami ialah suatu hal yang memiliki alasan. Tetapi, penelusuran dan mengkap makna Al-Qur'an secara pas dan cermat bukanlah hal yang gampang. Perihal tersebut membutuhkan seperangkat ilmu pengetahuan dukungan, minimal ilmu pengetahuan tentang Al-Qur'an, ilmu tafsir, dan penguasaan Bahasa Arab dengan semua kaidah-kaidah.⁸⁷

⁸⁷ Saiful Akhyar Lubis, "*Konseling Islam dan Kesehatan Mental*", (Bandung: Citapustaka Media Perintis, 2011), Hlm.115.

Begitu halnya dengan kehidupan bimbingan spiritual yang dilakukan di Pondok Pesantren An-Najah, pelaksanaan bimbingan selalu diawasi oleh pengasuh, dan pemberi materi ataupun guru dalam pengajaran ini ialah langsung oleh Pengasuh, sebagaimana yang sudah dijelaskan penulis dalam sejarah pondok pesantren di awal, Pengasuh Pondok Pesantren An-Najah merupakan salah seorang yang sudah melanglang buana menimba ilmu untuk mengetahui perhal kandungan Al-Qur'an, maka dari itu beliau yakin bahwasannya dengan adanya bimbingan spiritual melalui metode sholat 5 waktu, berdzikir kepada Allah, mandi malam, sholat tahajud, serta ngaji kehidupan merupakan bentuk ikhtiar yang sangat baik dalam rangka peningkatan imunitas tubuh santri saat pandemic dan pasca pandemic, seluruh rangkaian kegiatan yang dilakukan santri semata-mata karena keikhlasan diri daripada santri tersebut, sehingga ilmu bathiniah yang diterapkan disini dapat terserap dengan baik, dan menjadikan santri lebih tenang dan lebih baik serta berhati-hati dalam menghadapi ataupun melalui problematika pandemic yang terjadi, dan pasca pandemic ini.

Selanjutnya metode bimbingan spiritual yang dilakukan disini merupakan bentuk daripada apa yang sudah ada di dalam Al-Qur'an, sebagai contoh pelaksanaan konseling Islami, yakni pada surat Al-Baqarah ayat 112,156, 255, 284, kemudian surat Ali' Imran ayat 159-160, dan surat Ath-Thalaq ayat 3-4, dengan semua ayat itu Allah SWT ditempatkan pada kedudukan Konselor Yang Maha Agung, suatu tempat manusia melakukan penyerahkan diri dan permasalahan, pada posisi ini juga Allah SWT Yang Maha Agung ditempatkan sebagai sumber penyelesaian masalah, sumber kekuatan dan pertolongan hidup, serta sebagai sumber kesembuhan.⁸⁸ Hal ini adalah dotrinasi yang dilakukan pengasuh kepada para santrinya, sehingga rasa keikhlasan yang ada pada diri santri dapat keluar untuk menyerahkan diri sepenuhnya terhadap

⁸⁸ Saiful Akhyar Lubis, "Konseling Islam dan Kesehatan Mental" ..., Hlm. 124.

Allah SWT, dan menjadikannya dapat lebih tenang untuk melewati segala urusan hidupnya, maka dengan keyakinan dan keikhlasan yang besar, santri dapat menjadi lebih kebal lagi terhadap apapun rintangan yang dihadapinya, dan imunitas diri pada saat pandemic dapat naik sehingga segala jenis penyakit dapat terhindarkan untuk masuk kepada dirinya.

Seperti yang sudah dipahami bahwasanya Al-Qur'an dicermati dari suatu fungsi ialah obat untuk penyakit *qalb* yang ada di dalam dada manusia, pun untuk penyakit badan (fisik) manusia bahkan semua ayat Al-Qur'an yang terkandung aspek pengobatan. Seperti dalam Al-Qur'an surat Al-Isra' ayat 82, yang artinya :

“Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang dzalim selain kerugian”.
(QS. Al-Isra' [17] : 82)

Dengan demikian, fungsi Al-Qur'an itu seluruhnya ialah penawar (obat) berbagai bentuk penyakit ruhaniah dan jasmaniah. Ada kewajiban pengobatan beberapa penyakit selainnya diberi penjelasan lewat isyarat Al-Qur'an pun dipaparkan lewat hadist Nabi SAW yang salah satu fungsi untuk memperjelas terhadap Al-Qur'an.⁸⁹

Pada dasarnya proses layanan bimbingan dan konseling tercakup spectrum proses dan aktivitas yang begitu luas⁹⁰, sebab bimbingan ialah fase diberikannya dukungan yang dilaksanakan oleh orang yang ahli untuk seseorang ataupun berbagai orang individu, entah anak-anak, remaja ataupun dewasa supaya orang yang diberikan pembimbing bisa melakukan pengembangan kapabilitas diri sendiri dan mandiri, dengan mendapatkan energi individu dan sarana yang ada dan bisa dilakukan pengembangan berdasar norma-norma yang berlaku.⁹¹

⁸⁹ Fakhruddin, *“Bimbingan dan Konseling Islam”* ..., Hlm. 36.

⁹⁰ Tohirin, *“Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: Rajawali Press, 2014), Hlm. 49.

⁹¹ Prayitno dan Eman Amti, *“Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling”*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), Hlm. 99.

Sedangkan konseling sendiri ialah fase dukungan yang diberi kepada klien dalam bentuk relasi terapeutik antar konselor dan klien supaya klien bisa menambah rasa percaya diri dan menyesuaikan diri ataupun perilaku baru yang akhirnya klien mendapatkan rasa bahagia.⁹²

Analisis penulis, dalam hal bimbingan spiritual yang dilaksanakan oleh para santri di Pondok Pesantren An-Najah oleh pengasuhnya, merupakan hal yang sangat baik, pengasuh disini ditempatkan sebagai konselor dengan mempunyai banyak jenis keilmuan sehingga diyakini bisa untuk memimpin sebuah Yayasan Pondok Pesantren An-Najah ini, dan dipercayai keilmuannya oleh seluruh santri dan masyarakat yang lain, sehingga berkesinambungan antara beliau sebagai pengasuh dan juga beliau dalam hal ini sebagai konselor melalui metode spiritual yang dipahaminya. Sedangkan proses konseling yang dilakukan disini dengan cara melalui metode saling bertukar pikiran antara Pengasuh dengan para santri, sehingga dapat memadukan metode hubungan terapeutik hati Pengasuh dan juga para santri, maka wujud nyata dari adanya Bimbingan Spiritual disini adalah adanya peningkatan imunitas diri pada santri, karena metode Bimbingan Spiritual yang dilakukan di Pondok Pesantren An-Najah sangatlah baik dampaknya untuk kehidupan melewati pandemic dan Pasca Pandemi ini terjadi.

Sebagaimana dikuatkan lagi oleh Ridwan dalam bukunya, beliau mengatakan pada konteks ini, kedudukan Guru Pembimbing (Pengasuh) dalam penanganan efektif memegang peran/instrumen utama. Beliau pun sebagai perencana, pelaksana, pengelola, pengendali, penilai dan pada akhirnya menjadi pelopor dari hasil pelaksanaan layanan (Bimbingan Spiritual ini). Deskripsi instrument utama disini memang pas sebab beliau jadi segalanya dari kemua fase bimbingan dan konsling. Beliau juga yang menjadi penggerak staff personil pelaksana (Pengurus Pondok) yang terhubung untuk melakukan bimbingan dan konseling. Guru

⁹² Sa'am, "*Bimbingan dan Konseling Prespektif Islam*", (Bandung: Pustaka Setia, 2008), Hlm. 2.

pembimbinglah yang memberi bentuk nyata bimbingan dan konseling di tempat dalam hal ini ialah Pondok Pesantren An-Najah.⁹³

Rosulluloh ialah sosok educator yang kadang memberikan metode pembelajaran dengan memberikan nasehat dan saran, dimana tidak sedikit pelajaran yang bisa didapat dari nasehat-nasehat dan ceramah ilmiah yang diberikan Rosulluloh.⁹⁴ Berkaitan bersama nasehat dalam Islam dilaksanakan dengan basis keadaan kebenaran dan sabar. Firman Allah SWT dalam surat Al-Ashr yang artinya i:

“Demi masa, sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal shaleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran.” (QS. Al- Ashr ayat 1-3)

Dalam ayat tersebut dipaparkan bahwasanya menasehati untuk menjalani kebenaran sekaligus tekun dengan sabar. Oleh karena itu, fenomena jiwa manusia yang tak tetap dan terkadang mengalami cobaan butuh mendapat bimbingan dan konseling lewat nasehat.

Seperti halnya dengan adanya fenomena Pandemi ini membuat jiwa dan raga semua manusia menjadi sedikit terganggu karena ketakutannya, dengan itu adanya Bimbingan Spiritual yang dilakukan disini sudah sangatlah benar mengikuti ajaran Al-Qur'an dan ajaran Nabi Muhammad SAW, disamping mendampingi dalam ngaji kehidupan, tentu saja dalam penjelasannya selalu memberikan nasihat-nasihat baik yang dapat menenangkan hati para santri, sehingga santri dapat lebih tenang dan berhati-hati dalam melewati pandemic dan pasca pandemic ini, karena dengan keteangan hati inilah, imunitas diri akan bertambah, mengingat hati merupakan hal yang sangat paling sensitive, apabila kita selalu berikan kucuran kebaikan maka hati kita akan merasa adem, tenang dan dapat meningkatkan imunitas diri.

⁹³ Ridwan, *“Penanganan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah”*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2008), Hlm. 49.

⁹⁴ Ghuddah, Abdul Fattah Abu, *“40 Metode Pendidikan dan Pengajaran Rosulluloh”*, (Bandung: Aditama, 2009), Hlm. 205.

Abah Roqib selalu berpesan, bahwa santri merupakan warisan kyai yang wajib selalu menjunjung tinggi iman, ilmu dan amal, sebagai contoh dalam rangka memerdekakan Republik Indonesia santri ikut andil di dalamnya, berbekal kekuatan diri yang dan kekuatan doa. Maka dari itu dalam memerangi pandemi yang terjadi penguatan imunitas disini dilakukan dengan penguatan iman dalam diri santri, sebagai benteng berserah diri kepada sang pencipta, karena dengan hal itu kita bisa melawati semuanya.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Praktek bimbingan dan konseling dalam Islam ialah aspek dari teknik bimbingan yang dengan fokus kepada praktek nasehat yang diberikan untuk setiap insan muslim. Memberi nasehat maksudnya agar dalam perkembangan dari hal tersebut tetap ada di jalan yang benar, ataupun ada dalam lingkup yang kondusif dalam penanaman segala nilai kebaikan, kebenaran, keadilan, kesucian, dan kemuliaan.

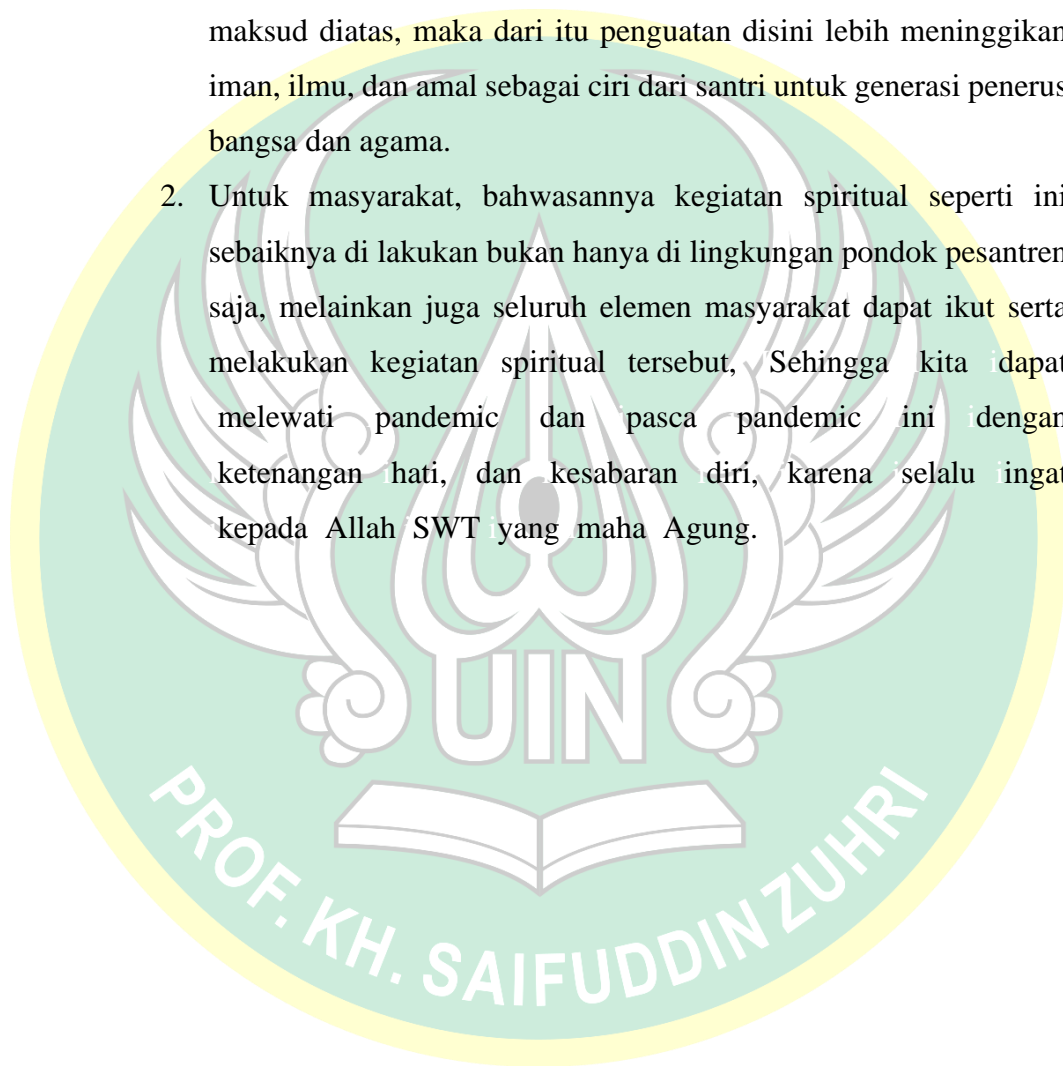
Metode Bimbingan Spiritual yang dilakukan di Pondok Pesantren An-Najah merupakan bagian dari Bimbingan Konseling Islam, setiap jengkal kegiatan Bimbingan Spiritual yang dilakukan selalu merujuk kepada Al-Qur'an dan Hadist Nabi sebagai landasan adanya kegiatan tersebut, penguatan imunitas diri karena dilanda pandemic sangatlah penting untuk dilakukan untuk kelanjutan kehidupan, bukan saja mematuhi peraturan pemerintah saja, namun menumbuhkan keimanan dalam diri untuk membersihkan hati juga sangat perlu dilakukan, agar menjadikan hati lebih tenang dalam melewati masa-masa sulit pada saat pandemic atau pasca pandemic ini, dan dari keimanan terhadap tuhan kita Allah SWT maka dapat meningkatlah imunitas diri, sehingga badan bisa tetap sehat dan semangat untuk melewati cobaan yang terjadi.

Penguatan iman diri yang dititik beratkan disini merupakan hal yang wajib ditaati oleh semua santri dalam rangka kegiatan spritual penguat imunitas tubuh, karena dari kuatnya imanlah kita dapat meningkatkan imunitas tubuh untuk memerangi pandemi yang terjadi, sebagaimana iman merupakan dasar setiap umat muslim senantiasa bertahan dalam keadaan apapun.

B. SARAN

Berdasarkan penjelasan dalam bab IV, maka dapat penulis berikan sedikit redaksi terkait penelitian ini. Adapun sarannya yaitu:

1. Untuk santri, santri sebagai pionir yang sudah diberikan bekal lebih di pesantren di tuntut agar bisa mengabdikan dan membimbing masyarakat umum yang haus akan kegiatan spritual sebagaimana di maksud diatas, maka dari itu penguatan disini lebih meninggikan iman, ilmu, dan amal sebagai ciri dari santri untuk generasi penerus bangsa dan agama.
2. Untuk masyarakat, bahwasannya kegiatan spiritual seperti ini sebaiknya di lakukan bukan hanya di lingkungan pondok pesantren saja, melainkan juga seluruh elemen masyarakat dapat ikut serta melakukan kegiatan spiritual tersebut, Sehingga kita idapat melewati pandemic dan pasca pandemic ini idengan ketenangan hati, dan kesabaran diri, karena selalu ingat kepada Allah SWT yang maha Agung.



DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, A. Mustika. 2019. “Pengaruh Penerapan Kegiatan Keagamaan di Lembaga Pendidikan Formal Terhadap Peningkatan Kecerdasan Spiritual Anak”. Dalam *Jurnal Studi Gender dan Anak, Volume 12*. Makassar: UIN Alauddin Makassar
- Aeni, Nurul. 2021. “Pandemi COVID-19: Dampak Kesehatan, Ekonomi, dan Sosial”. Dalam *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan dan IPTEK Volume 17* (Hlm. 20). Pati: Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kabupaten Pati.
- Ahmad, Marzuki, Dwi Putra Nasution. 2018. “Analisis Kualitatif Kemampuan Komunikasi Matematis Siswa Yang Diberi Pembelajaran Matematika Realistik”. Dalam *Jurnal Gantang Volume 3* (Hlm. 88). Sumatera Utara: Universitas Maritim Raja Ali Haji.
- Akhyar, Saiful Lubis, 2011, “*Konseling Islam Dan Kesehatan Mental*”, Bandung: Citapustaka Media Perintis.
- Amir, Yulmaida, Dan Diah Rini Lesmawati. 2016. “Religiusitas Dan Spiritualitas: Konsep Yang Sama Atau Berbeda?” Dalam *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris Dan Non-Empiris Volume 2* (Hlm. 70). Jakarta Selatan: Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka.
- Ardiyani, Vita Maryah, Novita Dewi, Supriyadi. 2021. “Penyuluhan Terapi Komplementer Rimpang Dan Rempah Indonesia Sebagai Penguat Imunitas Tubuh Di Masa Pandemi Di Masyarakat Tlogomas Malang”. Dalam *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan (JPKMK) Volume 1* (Hlm. 3). Malang: Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang.
- Arifin, Zainal, 1975, “*Tafsir Inspirasi: Inspirasi Seputar Kitab Suci Al-Qur'an*”, Medan: Duta Azhar
- Arikunto, Suharmisi. 1993. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Aryanto, Ihsan. 2017. “Pelaksanaan Bimbingan Perawatan Rohani Islam (WAROIS) Untuk Memenuhi Kebutuhan Spiritual Pasien”. Dalam *Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam, Volume 5* (Hal. 246). Bandung: UIN Sunan Gunung Jati.
- Bishop, 1992, “*Religious Values As Cross-Cultural Issues In Counseling*”, *Jurnal Counseling And Values*.
- Bukhori, Baidi. 2014. “Dakwah Melalui Bimbingan Dan Konseling Islam” Dalam *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam Volume 5* (Hal. 9). Semarang: UIN Wali Songo.

- Chabibah, Indah. 2011. "Bentuk Layanan Bimbingan Rohani Pasien Dalam Membantu Proses Kesembuhan Pasien Di Layanan Kesehatan Cuma-Cuma (LKC) Ciputat". Dalam *Skripsi* (Hlm. 29). Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah.
- Dikson, Andi, Agung Suprojo, Ignatius Adiwidjaya. 2017. "Peran Kader Posyandu Terhadap Pembangunan Kesehatan Masyarakat". Dalam *Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Volume 6* (Hlm. 61). Malang: Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang.
- Fakhrudin, 1994, "*Bimbingan Dan Konseling Islam*", Jakarta: Amzah.
- Fathoni, Abdurrohmat. 2006. *Metodologi Penelitian Dan Teknik Penyusunan Skripsi*, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Fathoni, Abdurrohmat. 2006. *Metodologi Penelitian Dan Teknik Penyusunan Skripsi*, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Finisihwati, Happy Diah Sari. 2012. "Pengembangan Layanan Bimbingan Sspiritual Untuk Meningkatkan Konsep Diri Spiritual Pada Siswa Kelas X SMK Cokroaminoto 1 Surakarta Tahun Pelajaran 2011/2012" Dalam *Skripsi* (Hlm. 23). Surakarta: Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Fransiska, Jaka. 2017. "Bimbingan Spiritual Islam Dalam Mengatasi Gangguan Mental Akibat Gagal Menikah" Dalam *Skripsi* (Hlm. 16). Palembang: UIN Raden Fatah Palembang.
- Fristania, Dikka Kalista. 2021. "Dinamika Pemenuhan Kebutuhan Fisiologi Keluarga Yang Baru Menikah Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Bedagas RW 05". Dalam *Skripsi* (Hlm. 35). Purwokerto: IAIN Purwokerto
- Ghuddah, Abdul Fattah Abu, 2005, "*40 Metode Pendidikan Dan Pengajaran Rosulluloh*", Bandung: Aditama.
- Gumantan, Aditya, Imam Mahfud, Rizki Yuliandra. 2020. "Tingkat Kecemasan Seseorang Terhadap Pemberlakuan New Normal Dan Pengetahuan Terhadap Imunitas Tubuh" Dalam *Sport Science & Education Journal Volume 1* (Hlm. 20). Lampung: Universitas Teknokrat Indonesia.
- Habsy, Bakhrudin All. 2017. "Filosofi Keilmuan Bimbingan Dan Konseling" Dalam *Jurnal Pendidikan Volume 2* (Hlm. 2). Jombang: Universitas Darul Ulum.
- Hamzah, Iman Tolkhah, Muhammad Faqihudin. 2020. "Bimbingan Spiritual Dan Sosial Guru Pendidikan Agama Islam Terhadap Pembentukan Karakter Siswa Di SMP Yappa Depok" Dalam *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Keluarga Volume 2* (Hlm. 3-7). Bogor: IAI-N Laa Roiba.

Harahap, Nursapia. 2020. *Penelitian Kualitatif*. (Hlm. 53). Medan: Wal ashri Publishing.

<https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/imunitas>

<https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/pandemi>

<https://www.kamusbesar.com/bimbingan-spiritual>

<https://www.pesmaannajah.com>

Imaduddin, Aam. 2017. “Spiritualitas Dalam Konteks Konseling” Dalam *Journal Of Innovative Counseling: Theory, Practice, & Research Volume 1* (Hlm. 3). Tasikmalaya: Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya.

Irham, Icep, Dkk. 2019. “Pengaruh Kegiatan Keagamaan Terhadap Kualitas Pendidikan”. Dalam *Jurnal Penelitian Pendidikan Islam Volume 7* (hlm. 23). Jawa Barat: Institut Agama Islam Darussalam

Irham, Muhammad Iqbal. 2016. “Menghidupkan Spiritualitas Islam Kajian Terhadap Konsep Hudur ibn Al-‘Arabi”. Ciputat: Penerbit Sementara

Irmansyah. 2020. “Nilai Dan Spiritual Dalam Bimbingan Konseling”. Dalam *Jurnal Bimbingan Konseling Islam Volume 2* (Hlm. 8). Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Juliyanto, Very. 2015. “Membaca Al Fatimah Refleksi Intuitif Untuk Menurunkan Depresi Dan Meningkatkan Imunitas” Dalam *Jurnal Psikologi Volume 42* (Hlm 35). Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga.

Karim, Dkk. 2020. “Aspek Spiritual Dalam Novel Tuhan Izinkan Aku Menjadi Pelacur Karya Muhidin M Dahlan” Dalam *Uniqbu Jurnal Of Social Sciences (UJSS) Volume 1* (Hlm. 71). Sulawesi Tenggara: IAIN Kendari.

Kasim, Vivien Novarina A. 2020. “Peran Imunitas Pada Infeksi Salmonella Typhi”. Gorontalo: C.V. Artha Samudra.

Khayati, Ni'matul. 2021. “Pemberian Makanan Sehat Untuk Imunitas Tubuh Pada Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19 (Studi Kasus Keluarga Di RT 03 RW 07 Desa Sibalung, Kecamatan Kemranjen, Kabupaten Banyumas)”. Dalam *Skripsi* (Hlm. 25). Purwokerto: IAIN Purwokerto

Laela, Faizah Noer. 2017. “*Bimbingan Konseling Keluarga dan Remaja Edisi Revisi*”. Surabaya: UIN Sunan Ampel Press.

Masdudi. 2015. *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*. Cirebon: Nurjati Press.

Moleong, Lexy J. 2012. *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Bandung: PT Rosda Karya.

- Munasir, Zakiudin. 2001. "Respon Imun Terhadap Infeksi Bakteri". Dalam *Jurnal Sari Pediatri Volume 2* (Hlm. 193). Jakarta: FKUI
- Novian, Ai Dede. 2013. "Dampak Bimbingan Mental Spiritual Terhadap Keberagaman Warga Binaan Sosial (WBS) Di Panti Sosial Bina Insan Bangun Daya 2 Ceger Jalarta Timur" Dalam *Skripsi* (Hlm. 16). Jakarta: UIN Jakarta
- Nurtjahjanti, Harlina. 2010. "Spiritualitas Kerja Sebagai Ekspresi Keinginan Diri Karyawan Untuk Mencari Makna Dan Tujuan Hidup Dalam Organisasi". Dalam *Jurnal Psikologi Undip Volume 7* (Hlm. 28). Semarang: Universitas Diponegoro.
- Prayitno Dan Eman Amti, 2004, "*Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*", Jakarta: Rineka Cipta.
- Raco, J. R. 2010. *Metode Penelitian Kualitatif Jenis, Karakteristik, Dan Keunggulannya*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Rahmat, Pupu Saeful. 2009. "Penelitian Kualitatif" Dalam *Jurnal Equilibrium Volume 5*. (Hlm 2).
- Rahmawati, Rafika. 2013. "Bimbingan Dan Konseling Untuk Anak Underachiver" Dalam *Jurnal Paradigma Volume 8*. (Hlm. 16). Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rena, Syahidah. 2018. *Mengatasi Stress Melalui Spiritualitas dan Regulasi Diri (studi pada mahasiswa kedokteran DKI Jakarta)*. Kuningan: Nusa Litera Inspirasi
- Ridho, Muhammad Hafizh. 2018. "Bimbingan Konseling Spiritual Terhadap Pasien Rehabilitasi Napza" Dalam *Jurnal Studia Insania Volume 6* (Hlm. 39). Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga.
- Ridwan, 2008, "*Penanganan Efektif Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*", Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rusydi, Ahmad. 2015. *Kecemasan Dan Psikoterapi Spiritual Islam Dari Spiritual Disorder Hingga Pesolan Eksistensial Menuju Kesehatan Psiko-Spiritual*. Yogyakarta: Istana Publishing
- Sa'am, 2008, "*Bimbingan Dan Konseling Prespektif Islam*", Bandung: Pustaka Setia.
- Sari, Melani Kartika. 2020. "Sosialisasi Tentang Pencegahan Covid-19 Di Kalangan Siswa Sekolah Dasar Di SD Minggiran 2 Kecamatan Papar Kabupaten Kediri" Dalam *Jurnal Karya Abadi Volume 4* (Hal. 81). Kediri: Stikes Karya Husada Kediri.
- Solikin, Asep. 2015. "Imbingan Spiritual Berbasis Nilai-Nilai Budaya" Dalam *Jurnal Al-Tahrir Volume 15* (Hl. 222). Palangkaraya: Universitas Muhammadiyah Palangkaraya.

- Styana, Zalussy Debby, Yuli Nur Khasanah, Ema Hidayanti. 2016. "Bimbingan Rohani Islam Dalam Menumbuhkan Respon Spiritual Adaptif Bagi Pasien Stroke Di Rumah Sakit Islam Jakarta Cempaka Putih" Dalam *Jurnal Ilmu Dakwah Volume 36* (Hlm. 45). Semarang: UIN Wali Songo.
- Sukendra, Dyah Mahendrasari. 2015. "Efek Olahraga Ringan Pada Fungsi Imunitas Terhadap Mikroba Patogen: Infeksi Virus Dengue" Dalam *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia Volume 5* (Hlm. 57). Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Supriatna, Eman. 2020. "Wabah Corona Virus Disease Covid-19 Dalam Pandangan Islam" Dalam *Jurnal Sosial & Budaya Syar-I Volume 7* (Hlm. 3-5). Banten: STKIP Mutiara Banten.
- Sutrisno. 2021. "COVID-19 dan Problematika Kesehatan Mental". (Jawa Timur: Airlangga University Press)
- Suwendra, I Wayan. 2018. *Metodologi Penelitian Kualitatif Dalam Ilmu Sosial, Pendidikan, Kebudayaan, Dan Keagamaan*. Bali: Nilacakra.
- Suyitno. 2018. *Metode Penelitian Kualitatif: Konsep, Prinsip, dan Operasionalnya*. (Hlm. 113). Tulungagung: Akademia Pustaka.
- Syafaruddin, 2017 "Bimbingan Konseling Prespektif Al-Qur'an Dan Sains-Wawasan Al-Qur'an Tentang Konseling (Sebuah Upaya Pengembangan Landasan Konseling Yang Bernilai Qur'an)", (Hlm. 111), Medan: Perdana Mulya Sarana.
- Tarmizi. 2018. *Bimbingan Konseling Islami*. Medan: Perdana Publishing
- Tohirin, 2014, "Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)", Jakarta: Rajawali Press.
- Wahyuni, Firda Ayu. 2014. "Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Spiritual Dengan Motivasi Kesembyhan Pasca Rawat Inap Di Rumah Sakit Ibnu Sina YW-Umi Makassar" Dalam *Skripsi* (Hlm. 6). Makassar. UIN Alauddin Makassar.
- Warto. 2019. "Ibadah Dan Kesehatan Dalam Perspektif Islam Dan Sains" Dalam *Jurnal Rausyan Fikr Volume 15* (Hlm. 119). Tangerang: Universitas Muhammadiyah Tangerang.
- Wawancara Dengan Abah Roqib Selaku Pengasuh Pondok Pesantren An-Najah, Pada 04 Juli 2022
- Wawancara Dengan Ahmad Tri Wahyudi, Sebagai Demisioner Lurah Putra Pondok Pesantren An-Najah, Pada 04 Juli 2022
- Wawancara Dengan Anggi Febriani Selaku Santriwati Pondok Pesantren An-Najah, Pada 5 Juli 2022.
- Wawancara Dengan Asna Yulia Afifah Selaku Santriwati Pondok Pesantren An-Najah, Pada 5 Juli 2022.

Wawancara Dengan Itsna Z Sebagai Salah Satu Santriwati Pondok Pesantren An-Najah, Pada 06 Juli 2022.

Wijayanto, Adi, AIFO, Dkk. 2020. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Guna Menjaga Imunitas Tubuh Siswa Di Masa Pandemi Covid-19*. Tulungagung: Akademia Pustaka.

Yuliani, Wiwin. 2018. “Metode Penelitian Deskriptif Kualitatif Dalam Perspektif Bimbingan Dan Konseling”. Dalam *Jurnal Quanta Volume 2* (Hlm. 88). Siliwangi: IKIP Siliwangi.



LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara

Sub Fokus Peneliti	Aspek/Indikator	Pertanyaan Penelitian
Pengasuh Pesma An-najah	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identitas subjek penelitian 2. Bentuk-bentuk kegiatan spiritualitas 3. Perbedaan kegiatan spiritualitas sebelum dan sesudah pandemi <i>covid-19</i> 4. Lembaga khusus yang menangani <i>Covid-19</i> 5. Penguatan imunitas pada santri 6. Faktor-faktor penghambat dan pendukung berjalannya kegiatan spiritualitas 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah benar abah berstatus sebagai pengasuh pesma An-najah? 2. Bagaimana bentuk-bentuk kegiatan spiritualitas yang dilakukan di Pesma An-najah? 3. Adakan perbedaan kegiatan spiritualitas sebelum dan sesudah pandemi <i>Covid-19</i>? 4. Adakah lembaga yang khusus menangani <i>Covid-19</i>? 5. Bagaimana cara santri meningkatkan imunitas pada saat

		<p>dan pasca <i>Covid-19</i>?</p> <p>6. Apasaja faktor-faktor penghambat dan pendukung terlaksananya kegiatan spiritualitas tersebut?</p>
Santri Pesma An-najah	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identitas santri 2. Pendapat tentang kegiatan spiritualitas saat dan pasca pandemi <i>Covid-19</i> 3. Respon sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan spiritualitas 4. Pengaruh kegiatan spiritualitas terhadap imunitas tubuh 5. Penilaian terhadap kegiatan spiritualitas terhadap penguatan imunitas dan muhasabah diri 6. Pernyataan setuju atau tidak terhadap kegiatan spiritualitas 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mohon maaf sebelumnya dengan siapa ya? 2. Jabatan dalam pesma An-najah sebagai apa? 3. Sejak kapan menjadi santri di Pesma An-najah? 4. Bagaimana pendapat anda tentang adanya kegiatan spiritual di Pesma An-najah selama dan pasca pandemi <i>Covid-19</i>? 5. Bagaimana respon anda sebelum dan

	dapat meningkatkan imunitas	sesudah mengikuti kegiatan spiritualitas? 6. Apakah menurut anda kegiatan spiritualitas berpengaruh terhadap imunitas tubuh? 7. Bagaimana penilaian anda terhadap kegiatan spiritualitas terhadap penguatan imunitas tubuh dan muhasabah diri? 8. Menurut anda, setuju atau tidak bahwa kegiatan spiritualitas dapat meningkatkan imunitas tubuh?
--	-----------------------------	--

Lampiran 2 Transkrip Wawancara

Subjek 1

Narasumber : Prof. Dr. K.H. Moh. Roqib, M. Ag.,

Jabatan : Pengasuh Pesma An-najah

Waktu : Kamis, 4 Agustus 2022

Tempat : Ruang rektor UIN Saifuddin Zuhri

Peneliti : Assalamu'alaikum abah, mohon maaf mengganggu waktunya.

Narasumber : Wa'alaikum salam.

Peneliti : Sebelumnya perkenalkan saya Maria Ulfah dari prodi BKI akan melakukan wawancara dengan abah terkait kegiatan spiritualitas pasca *covid-19* di An-najah yang kebetulan menjadi topik skripsi saya. Saya akan mengajukan beberapa pertanyaan kepada Abah, mohon untuk berkenan memberikan informasi berhubung Abah selaku pengasuh Pesma An-najah yang sekaligus akan menjadi narasumber Saya. Waktu untuk wawancara kurang lebih 30 menit, bila bersedia apakah abah berkenan untuk direkam selama sesi wawancara, dan pengambilan gambar untuk dokumentasi. Terimakasih.

Narasumber : Baik, silakan.

Peneliti : Langsung saja nggih Bah, untuk pertanyaan pertama bentuk-bentuk kegiatan spiritualitas yang dilaksanakan di Pesma An-najah itu seperti apa saja sih bah?

Narasumber : Yaaaa, yang dijadwalkan itu satu kegiatan spiritual secara akademik adalah kajian-kajian yang kaitannya dengan ilmu tradisional islam (aqidah, mahuwal islam di dalam hadis jibril itu). Dalam ilmu tradisional islam itu ada ilmu yang namanya ilmu

aqidah, jadi secara akademik spiritualitas islam itu didasarkan pada aqidah islamiyah. Spiritualitas islam dalam kontek peribadatan mulai dari toharoh sampai haji, pada sampai hal-hal kontemporer ada fiqih wanita, fiqih siasat, fiqih muamalat juga diajarkan melalui ilmu fiqih, termasuk perangkapnya namanya ilmu ushul fiqih. Kemudian selanjutnya, kalo di sebuah lembaga namanya ilmu akhlak tasawuf, kita selalu ada keduanya dikaji di pesantren. Sehingga spiritualitas islam yang dikembangkan sesuai dengan keilmuan, intelektualitas. Jadi, intelektualitas spiritualitas ini saling mengikat antara satu dengan yang lain, itu interasinya disitu. Nah sebagai dasar sumber ajaran agama islam itu al-qur'an dan hadis disitu juga, mulai dari cara bacanya, cara nulisnya, fasohahnya, tartilnya, sampai hafalannya, kemudian tafsirnya itu semua diajarkan. Jadi, secara akademik bangunan spiritualitas itu didasarkan pada keilmuan, jadi bangunan adalah iman, ilmu, amal. Sedangkan bentuk amaliah dalam menjalankan spiritualitas yaitu: menjalankan sholat 5 waktu, khataman Al-qur'an setiap Ahad (rutin) dan insidental diprogramkan oleh pegurus, mujahadah minimal setiap selasa dan setiap malam jum'at, pemanfaatan waktu ketika ada jam kosong (tadarus dan sholawat), momentum hari besar (Harlah, PHBI, isro'miroj), rihlah ilmiah, melaksanakan aplikasi peribadatan (cara wudlu, tayamum, zakat, manasik haji), SIIL (Studi Islam Intensif Liburan) dan KIIR (Kajian Islam Intensif Ramadhan), menerima studi banding dari agama lain, dzikir dan wirid ba'dha shalat

- Peneliti : Baik Bah, untuk pertanyaan selanjutnya. Kemarin itu kan sempet rame pandemi virus Corona, itu ada atau tidak perbedaan kegiatan selama itu?
- Narasumber : Adaaaaa, yang pertama menjaga kesehatan lebih dikuatkan, mematuhi prokes (memakai masker, menjaga jarak, menggunakan

hand sainitizer, penyemprotan disinfektan), ada tim kesehatan namanya POSKESTREN (Posko Kesehatan Pesantren) yang kerjasama dengan puskesmas, kemudian do'anya juga lebih panjang, wiridannya, puji-pujiannya juga diarahkan untuk penjagaan diri dan keluarga dari marabahaya (virus Corona)

Peneliti : Berarti lebih ke teknis dan wirid khusus gitu nggih Bah?

Narasumber : Yaaaaa, wirid khusus, do'a khusus, aktivitas khusus. Jadi kalo misal ada santri mau pulang harus melalui prosedur dan kembali juga melalui prosedur.

Peneliti : Oooooh begituuuuu, berarti tadi lembaga khusus yang menangani *Covid-19* namanya POSKESTREN nggih Bah? Lalu pertanyaan terakhir, ada atau tidak sih Bah faktor penghambat dan pendukung selama kegiatan spiritualitas berlangsung?

Narasumber : Yaaaaaa di pondok itu faktor penghambatnya pengaruh luar saja, seperti males ibadah (wujudnya bisa telat jama'ah, ngantuk, dll), sebagian karena belum pernah mondok jadi belum hafal do'a.

Faktor pendukungnya yaa di pesantren itu ada otoritas kiyai, sehingga semua santri itu punya kekokohan iman, punya tradisi melaksanakan ibadah, dan punya sopan santun yang dilaksanakan.

Peneliti : Baik Bah, untuk sementara cukup sekian. terimakasih atas waktu dan kesempatannya. Mohon maaf apabila selama sesi wawancara banyak perkataan yang kurang berkenan di hati. Wassalamu'alaikum wr.wb.

Narasumber : Nggeh, wa'alaikumsalam.

Subjek 2

Narasumber : Achmad Tri Wahyudi

Jabatan : Lurah Putra

Waktu : Kamis, 4 Juli 2022

Tempat : Pesma An-najah

Peneliti : Assalamu'alaikum,

Narasumber : Wa'alaikumsalam.

Peneliti : Mohon maaf sebelumnya dengan siapa ya?

Narasumber : Nama saya Achmad Tri Wahyudi

Peneliti : Jabatan dalam pesma An-najah sebagai apa?

Narasumber : Kebetulan saya sedang menjabat sebagai Lurah putra

Peneliti : Sejak kapan menjadi santri di Pesma An-najah?

Narasumber : Saya masuk ke An-najah sejak maba, 2017.

Peneliti : Baik, langsung saja ke pertanyaan inti yang pertama. Bagaimana pendapat anda tentang adanya kegiatan spiritual di Pesma An-najah selama dan pasca pandemi *Covid-19*?

Narasumber : Selama masa pandemi di Pesma An Najah penguatan imunitas santri dilakukan melalui beberapa sisi, diantaranya sisi spiritual dan sisi kesehatan. Dari segi spiritual sendiri para santri didampingi oleh pengasuh untuk senantiasa meningkatkan kualitas keimanan dan ketaqwaan kepada Allah SWT dengan melakukan kewajiban-kewajiban sebagai seorang muslim sekaligus santri, seperti sholat jama'ah 5 waktu. Dari pembiasaan untuk sholat jama'ah 5 waktu

diharapkan para santri lebih tenang lebih nyaman perasaannya terutama disaat pandemi yg banyak sekali berita-berita kabar duka setiap hari silih berganti.

Kemudian selain kewajiban sholat jama'ah 5 waktu di Pesma An Najah sendiri ada penguatan spritual para santri yang di berikan secara langsung oleh pengasuh yaitu berupa (Ngaji Kehidupan) yang mana ngaji kehidupan disini adalah ngaji sebagai mana mestinya metode pengajian di pesantren dengan menggunakan kitab kuning, namun ada yang membedakan yaitu tidak hanya kontekstual ngaji seperti apa yg ada di kitab saja tapi juga pengasuh memberikan penjelasan-penjelasan yang amat sangat mudah dipahami & sangat relevan di kehidupan nyata, dengan begitu para santri diharapkan memiliki semangat juang yang tinggi termasuk dalam menghadapi situasi pandemi supaya tidak panik dan sabar dalam menghadapi musibah global ini.

Selanjutnya dari segi kesehatan di Pesma An Najah saat pandemi dibentuk POSKESTREN (Posko Kesehatan Pesantren) yang mana bertugas mengawasi, mengecek & melakukan tindakan berkaitan dengan kesehatan para santri, kegiatan yang rutin dilakukan diantaranya pengecekan rutin saturasi oksigen dan cek indera penciuman para santri yang rutin dilaksanakan setiap hari setelah jama'ah Isya dan kegiatan mingguan berupa senam kebugaran jasmani yang diikuti oleh para santri dilaksanakan dilapangan setiap sabtu pagi dan sampai sekarang masih berjalan untuk senamnya ada juga peningkatan imunitas santri yang dilakukan oleh tim poskestren yaitu dengan kegiatan minum wedang jahe bersama 2 minggu sekali

Peneliti : selanjutnya Faktor penghambat dan pendukung berjalannya kegiatan spiritual di An-Najah apa saja sih?

Narasumber : Faktor penghambat kegiatan spiritual di Pesma diantara kesadaran para santri yang masih minim, rasa malas untuk mengikuti kegiatan

yang dilakukan, mungkin karena masih usia-usia remaja menjelang dewasa awal jadi antusias untuk mengikuti kegiatan spiritual masih kurang semangat (beberapa santri saja tidak seluruhnya) kemudian faktor penghambat lainnya kurangnya biaya untuk melakukan kegiatan - kegiatan spiritual yang sudah diagendakan oleh pesantren.

Faktor pendukung berjalannya kegiatan spiritual di Pesma An Najah diantaranya Ada beberapa santri yang memang sebelumnya sudah pernah nyantri dan sangat antusias untuk mengikuti setiap kegiatan spiritual yang ada di pesantren, ngaji kehidupan juga menjadi hal yang menarik minat para santri untuk mengikuti kegiatan spiritual yang dilakukan

Peneliti : Selanjutnya, Perbedaan kegiatan spiritual sebelum dan sesudah pandemi itu seperti apa?

Narasumber : Perbedaan sebelum dan sesudah pandemi lebih ke saat pelaksanaan saja si, seperti menggunakan metode ngaji online atau daring dengan ustadz masing-masing, kemudian saat jama'ah, ngaji langsung menggunakan protokol kesehatan ketat seperti jaga jarak, menggunakan masker, tidak bersalaman dan dari pesantren menyediakan tempat cuci tangan yang sebelumnya belum ada.

Peneliti : Baik, saya rasa cukup informasi yang saya butuhkan. Sekalilagi terimakasih atas waktunya dan kesempatannya. Mohon maaf apabila ada salah-salah kata. Wassalamu'alaikum. Wr.wb

Narasumber : Sama-sama. Wa'alaikumsalamm

Subjek 3

Narasumber : Anggi Febriani

Jabatan : Santri

Waktu : Kamis, 7 Juli 2022

Tempat : Pesma An-najah

- Peneliti : Assalamu'alaikum,
- Narasumber : Wa'alaikumsalam.
- Peneliti : Mohon maaf sebelumnya dengan siapa ya?
- Narasumber : Nama saya Anggi Febriani
- Peneliti : Jabatan dalam pesma An-najah sebagai apa?
- Narasumber : Saya hanya santri biasa mbak.
- Peneliti : Sejak kapan menjadi santri di Pesma An-najah?
- Narasumber : Saya masuk ke An-najah sejak maba, 2017.
- Peneliti : Bagaimana pendapat Anda tentang adanya bimbingan spiritual di pesma An-Najah selama dan pasca pandemi?
- Narasumber : Menurut saya adanya bimbingan spiritual selama pandemi itu dapat menjadikan santri lebih berpikir positif sehingga imunitas tubuhnya pun menjadi lebih meningkat.
- Peneliti : Bagaimana respon anda sebelum dan sesudah diberikan bimbingan spiritual?
- Narasumber : Sesudah mendapatkan bimbingan spiritual menjadikan saya untuk berpikir lebih positif menghadapi covid serta membuat saya lebih banyak berdoa agar selalu dilindungi oleh Allah
- Peneliti : Bagaimana penilaian anda terhadap bimbingan spiritual yg diberikan terhadap penguatan imunitas tubuh, dan muhasabah diri, jelaskan?
- Narasumber : Bimbingan spiritual menjadikan saya berpikir positif sehingga meningkatkn imunitas tubuh saya, serta menjadikan saya untuk senantiasa berdoa dan memperbaiki diri

Peneliti : Baik, saya rasa cukup informasi yang saya butuhkan. Sekalilagi terimakasih atas waktunya dan kesempatannya. Mohon maaf apabila ada salah-salah kata. Wassalamu'alaikum. Wr.wb

Narasumber : Sama-sama. Wa'alaikumsalamm

Subjek 4

Narasumber : Itsna

Jabatan : Santri

Waktu : Kamis, 7 Juli 2022

Tempat : Pesma An-najah

Peneliti : Assalamu'alaikum,

Narasumber : Wa'alaikumsalam.

Peneliti : Mohon maaf sebelumnya dengan siapa ya?

Narasumber : Nama saya Itsna

Peneliti : Jabatan dalam pesma An-najah sebagai apa?

Narasumber : Saya hanya santri biasa mbak.

Peneliti : Sejak kapan menjadi santri di Pesma An-najah?

Narasumber : Saya masuk ke An-najah sejak maba, 2018.

Peneliti : Bagaimana pendapat Anda tentang adanya kegiatan spiritual di pesma An-Najah selama dan pasca pandemi?

Narasumber : Kegiatan yang diberikan yaitu tentang penguatan iman dan imun yang diberikan secara langsung oleh pengasuh dan tim kesehatan... Penguatan iman yaitu dengan cara memperbanyak dzikir dan mengingat Allah karena wabah tersebut datangnya dari Allah dan harus menerima dengan ikhlas, melakukan penguatan dzohir dan bathin..ikhtiar dilakukan.. penguatan imun yaitu dengan cara

olahraga, minum vitamin, makanan makanan bergizi, dan berpikir positif

Peneliti : Bagaimana respon anda sebelum dan sesudah diberikan bimbingan spiritual?

Narasumber : Respon sebelum dan sesudah yaitu meyakinkan diri bahwa di pesantren aman dan tidak terpapar covid

Peneliti : Bagaimana penilaian anda terhadap bimbingan spiritual yg diberikan terhadap penguatan imunitas tubuh, dan muhasabah diri,

Narasumber : Penilaian terhadap bimbingan spiritual yang di berikan terhadap penguatan imunitas tubuh dan muhasabah diri menurut saya itu bagus di adakan, apalagi disini banyak santri dan setiap santri harus selalu diingatkan akan pentingnya imunitas tubuh, apalagi selama dan pasca pandemi.

Peneliti : Menurut anda, setuju atau tidak jika bimbingan spiritual dapat meningkatkan upaya penguatan imunitas tubuh?

Narasumber : Setuju, karena bimbingan spiritual bisa mengisi hari hari yang kosong supaya tidak terlalu memikirkan hal hal aneh yang terjadi diluar sana, bimbingan spiritual juga baik di laksanakan jika tidak melulu tentang materi kesehatan tetapi diisi juga dengan praktek lainnya seperti olahraga.

Peneliti : Apakah menurut Anda bimbingan spiritual berpengaruh terhadap penguatan imunitas tubuh?

Narasumber : Sangat berpengaruh...karena memberikan energi positif bagi pikiran.. pikiran dan hati harus selaras dan yakin

Peneliti : Baik, saya rasa cukup informasi yang saya butuhkan. Sekalilagi terimakasih atas waktunya dan kesempatannya. Mohon maaf apabila ada salah-salah kata. Wassalamu'alaikum. Wr.wb

Narasumber : Sama-sama. Wa'alaikumsalamm

Lampiran 3 Susunan Pengurus Pesma An-Najah

**LAMPIRAN SURAT KEPUTUSAN
PENGASUH PESANTREN MAHASISWA AN NAJAH PURWOKERTO
No. 68/I/Peng-An/IV/2022
Tentang
SUSUNAN PENGURUS PUTRI PESANTREN MAHASISWA AN NAJAH
MASA KHIDMAT 2022/2023**

Pengasuh : K.H. Dr. Mohammad Roqib, M.Ag.
: Hj. Noortri Yuniati Muthmainnah, S.Ag.

Penasehat : Wifdatun Nisa Al-Hafidzah

Konsultan : Khusnul Abdiyah, M.Pd.
: Iis Sugiarti, M.Pd.

Badan Pengurus Harian

Lurah Putri : Lili Rahayu Usfatun Khasanah, S.E.

Sekretaris : Nisrina Tuhfatul Azizah, S.E.

Bendahara : Siti Khofifah Novi Sangadah

Departemen-departemen

Pendidikan : Yanyan Aida Rohman

Keamanan : Fathiatul Hanna Fajrin

Kreativitas : Tsalisatun Nur Hikmah

Kesehatan : Fenita Riyanti

Sosial Humas : Elin Purnamasari

Media dan Publikasi : Eviani Ismatul Laeliah

Perlengkapan : Dian Nur Fatikhah

Kebersihan : Muslihatur Rofiah

Kewirausahaan : Lela Safitri

LAMPIRAN SURAT KEPUTUSAN
PENGASUH PESANTREN MAHASISWA AN NAJAH PURWOKERTO
No. 67/I/Peng-An/IV/2022
Tentang
SUSUNAN PENGURUS PUTRA PESANTREN MAHASISWA AN NAJAH
MASA KHIDMAT 2022/2023

Pengasuh : K.H. Dr. Mohammad Roqib, M.Ag.
: Hj. Noortri Yuniati Muthmainnah, S.Ag.

Penasehat : Anjaha Naufal Muhammad

Konsultan : Akmal Fauzi, S.Pd.
: Hafizh Pandhitio, S.H.

Badan Pengurus Harian

Lurah Putra : Achmad Tri Wahyudi
Sekretaris : Heri Purnomo
Bendahara : Irkham Auladi

Departemen-departemen

Pendidikan : Nafal Qorif Widjiatmoko
Keamanan : Abdur Roup
Kreativitas : Fatikh Aminullah
Kesehatan : Ahmad Fawaid Al Mubdiu
Sosial Humas : Ahmad Imron Rosadi
Media dan Publikasi : Nur Fatah Faozi
Perlengkapan : Handika Bayu Prasetya
Staff Perlengkapan : Rafli Firmansyah
Kebersihan : Muhammad Sangidul Fikri
Staff Kebersihan : Agung Setiadi
Kewirausahaan : Handoyo Alam Trimulyo

Lampiran 4 Wawancara Dengan Pengasuh Dan Perwakilan Santri



Lampiran 15 Kegiatan-Kegiatan Santri

a. Haflah dan Harlah (Peringatan Hari Besar)





b. Pemeriksaan kesehatan isantri



c. Penyemprotan Disinfektan



d. Alur kembalinya santri ke pesantren



e. KIIR



f. Rihlah Ilmiah



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. IDENTITAS

Nama : Maria Ulfah
 Tempat, Tanggal Lahir : Cilacap, 11 September 1999
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Alamat : Jl. Arjuna, Layansari 06/05,
 Gandrungmangu, Cilacap, Jawa Tengah
 No. Telepon : 081904116060
 Nama Ayah : Tofikin
 Nama Ibu : Siti Qomariyah

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

Pendidikan Formal	Tahun Masuk s/d Lulus
SDN Gandrungmanis 02	2005-2011
SMPN Satu Atap 1 Gandrungmangu	2011-2014
SMA Negeri 1 Sidareja	2014-2017
UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto	2017-2022

C. RIWAYAT ORGANISASI

1. Dewan Ambalan Soekarno-Fatmawati 2015-2017
2. Racana Sunan Kalijaga-Cut Nyak Dien 2018-2020