

Implementasi Pendidikan Spiritual dalam Pembentukan Resiliensi Siswa Generasi Z di Madrasah Aliyah Kota Cirebon

Dr. Nurmayanti, S.Sos., M.Pd.

Program Studi Pendidikan Agama Islam, Institut Agama Islam (IAI) Tihamah Cirebon, Cirebon, Indonesia

Email: normanti65@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to analyze the implementation of spiritual education in shaping resilience attitudes among Generation Z students at MA Annur Setupatok and MA Annur Kota Cirebon. Generation Z faces complex challenges, including academic pressure, technology addiction, identity crises, cyberbullying, and mental health problems associated with the rapid digitalization of social life. Within this context, spiritual education is regarded as a strategic approach for strengthening students' mental endurance, emotional regulation, and character formation. This research employs a qualitative approach with a multi-site case study design. Data were collected through participatory observation, in-depth interviews, and documentation studies involving madrasah principals, teachers, homeroom teachers, religious mentors, and students. Data were analyzed using an interactive model consisting of data reduction, data display, and conclusion drawing, with credibility strengthened through source, method, and time triangulation. The findings reveal that the two madrasahs apply different yet equally effective models of spiritual education. MA Annur Setupatok implements a systematic model through routine worship practices, brief religious talks, congregational prayer, and the integration of spiritual values into classroom instruction, while MA Annur Kota Cirebon adopts a more flexible and holistic approach rooted in teacher exemplification, thematic curriculum design, and pesantren-based spiritual guidance. Spiritual education is shown to enhance students' discipline, self-awareness, emotional control, problem-solving ability, and endurance in facing the pressures of digital life. This study concludes that Islamic value-based spiritual education contributes significantly to building resilient character among Generation Z students within the madrasah environment.

Keywords: Spiritual Education, Resilience, Generation Z, Madrasah, Character Education

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan menganalisis implementasi pendidikan spiritual dalam membentuk sikap resiliensi siswa Generasi Z di MA Annur Setupatok dan MA Annur Kota Cirebon. Generasi Z menghadapi tantangan yang kompleks, seperti tekanan akademik, kecanduan teknologi, krisis identitas, perundungan siber (cyberbullying), serta berbagai persoalan kesehatan mental yang muncul akibat percepatan digitalisasi kehidupan sosial. Dalam konteks tersebut, pendidikan spiritual dipandang sebagai pendekatan strategis untuk memperkuat ketahanan mental, kemampuan pengendalian emosi, dan pembentukan karakter siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus multi situs. Data dikumpulkan melalui observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan studi dokumentasi terhadap kepala madrasah, guru, wali kelas, pembina keagamaan, dan siswa. Analisis data dilakukan dengan model interaktif yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, dengan keabsahan data diperkuat melalui triangulasi sumber, metode, dan waktu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua madrasah menerapkan model pendidikan spiritual yang berbeda namun sama-sama efektif. MA Annur Setupatok menerapkan model yang sistematis melalui pembiasaan ibadah, kultum, sholat berjamaah, dan integrasi nilai spiritual dalam

pembelajaran, sementara MA Annur Kota Cirebon menerapkan pendekatan yang lebih fleksibel dan holistik melalui keteladanan guru, kurikulum tematik, dan pembinaan spiritual berbasis pesantren. Pendidikan spiritual terbukti membantu siswa meningkatkan disiplin, kesadaran diri, pengendalian emosi, kemampuan pemecahan masalah, serta daya tahan dalam menghadapi tekanan kehidupan digital. Penelitian ini menegaskan bahwa pendidikan spiritual berbasis nilai-nilai Islam memberikan kontribusi yang signifikan dalam membangun karakter resilien pada Generasi Z di lingkungan madrasah.

Kata Kunci: Pendidikan Spiritual, Resiliensi, Generasi Z, Madrasah, Pendidikan Karakter

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan besar dalam dunia pendidikan dan kehidupan sosial masyarakat. Generasi Z tumbuh sebagai digital natives yang sejak usia dini telah akrab dengan internet, media sosial, dan akses informasi tanpa batas (Prensky, 2001). Kondisi ini menghadirkan dua sisi yang berlawanan: di satu sisi membuka peluang besar bagi pengembangan kreativitas dan perluasan akses pengetahuan, namun di sisi lain memunculkan ancaman serius terhadap kesehatan mental, moralitas, dan stabilitas emosional remaja. Laporan Deloitte (2023) mengungkapkan bahwa sebagian besar Generasi Z mengalami tekanan psikologis akibat tuntutan sosial, akademik, dan digital yang datang secara bersamaan. Senada dengan itu, American Psychological Association (2023) mencatat peningkatan signifikan tingkat stres dan kecemasan di kalangan remaja pascapandemi, sebuah indikasi bahwa generasi ini tumbuh dalam tekanan psikologis yang relatif belum pernah dialami generasi sebelumnya.

Fenomena tersebut menegaskan bahwa pendidikan tidak lagi cukup hanya menitikberatkan pada aspek akademik dan penguasaan kognitif semata. Pendidikan dituntut untuk turut membangun karakter, spiritualitas, dan kemampuan resiliensi siswa agar mereka mampu bertahan menghadapi tekanan kehidupan modern. Resiliensi dipahami sebagai kemampuan individu untuk bangkit dari kesulitan, mengelola tekanan, serta beradaptasi secara positif terhadap tantangan hidup (Masten, 2001). Dalam konteks pendidikan Islam, pembentukan resiliensi tidak dapat dilepaskan dari penguatan nilai spiritual dan pembiasaan religius yang dilakukan secara konsisten dan berkelanjutan.

Madrasah sebagai lembaga pendidikan berbasis Islam memiliki peran strategis dalam membentuk karakter Generasi Z. Pendidikan spiritual di madrasah tidak hanya mengajarkan aspek ritual keagamaan, tetapi juga membangun kesadaran diri, pengendalian emosi, tanggung

jawab moral, dan hubungan harmonis dengan Tuhan maupun sesama manusia (Nata, 2006). Pendidikan spiritual dengan demikian menjadi fondasi penting dalam membentuk ketahanan mental siswa di tengah derasnya arus digitalisasi dan perubahan sosial yang terjadi begitu cepat.

Thomas Lickona (1991) menegaskan bahwa tujuan pendidikan bukan sekadar membentuk individu yang cerdas secara intelektual, tetapi juga membangun moralitas dan tanggung jawab sosial. Pendidikan karakter menjadi sangat penting untuk mengatasi krisis moral generasi muda yang semakin kompleks akibat pengaruh media digital dan perubahan budaya global. Oleh karena itu, pendidikan spiritual perlu diintegrasikan secara sistematis dalam proses pembelajaran agar siswa tidak hanya unggul secara akademik, tetapi juga memiliki ketahanan emosional dan moral yang memadai.

Persoalan resiliensi tersebut tidak hanya bersifat teoretis, tetapi juga tampak nyata di lokasi penelitian. Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui observasi awal dan pemetaan sederhana terhadap sikap resiliensi siswa di MA Annur Setupatok dan MA Annur Kota Cirebon menunjukkan adanya variasi tingkat resiliensi yang cukup mencolok antarsiswa, sebagaimana disajikan pada Tabel 1.

Madrasah	Kategori Tinggi	Kategori Sedang	Kategori Rendah	Jumlah Siswa
MA Annur Setupatok	13 %	17 %	70 %	122
MA Annur Kota Cirebon	13 %	21 %	66 %	60

Tabel 1. Data Awal Sikap Resiliensi Siswa di Lokasi Penelitian.

Data awal tersebut mengindikasikan bahwa sebagian siswa di kedua lokasi penelitian belum menunjukkan sikap resiliensi yang optimal dalam menghadapi tekanan akademik maupun tekanan kehidupan digital. Kesenjangan antara kategori tinggi, sedang, dan rendah pada kedua madrasah memperkuat urgensi penelitian ini, sekaligus menjadi titik tolak untuk mengkaji secara mendalam bagaimana intervensi pendidikan spiritual dapat berkontribusi dalam menumbuhkan sikap resiliensi tersebut.

MA Annur Setupatok dan MA Annur Kota Cirebon merupakan dua lembaga pendidikan Islam yang memiliki karakteristik berbeda, namun sama-sama berupaya mengembangkan pendidikan spiritual sebagai strategi pembentukan karakter siswa. Kedua madrasah menghadapi tantangan yang relatif sama terkait perubahan perilaku siswa Generasi Z, namun

menerapkan pendekatan yang berbeda dalam proses internalisasi nilai spiritual. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memahami bagaimana implementasi pendidikan spiritual dapat membentuk sikap resiliensi siswa Generasi Z di lingkungan madrasah.

Penelitian ini berfokus pada tiga aspek utama, yaitu proses penerapan pendidikan spiritual, integrasi nilai spiritual dalam pembelajaran, dan identifikasi tantangan Generasi Z dalam pembentukan sikap resiliensi. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi teoretis maupun praktis bagi pengembangan pendidikan karakter berbasis spiritual di era digital.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus multi situs. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti memahami secara mendalam implementasi pendidikan spiritual dalam konteks yang berbeda pada dua madrasah, yaitu MA Annur Setupatok dan MA Annur Kota Cirebon. Pendekatan multi situs memberikan kesempatan untuk menemukan persamaan, perbedaan, serta pola-pola khas yang muncul dalam penerapan pendidikan spiritual pada masing-masing lembaga (Spradley, 2016).

Subjek penelitian terdiri atas kepala madrasah, guru, wali kelas, pembina keagamaan, dan siswa Generasi Z. Pemilihan informan dilakukan secara purposive berdasarkan keterlibatan mereka dalam pelaksanaan program pendidikan spiritual di madrasah. Objek penelitian difokuskan pada implementasi pendidikan spiritual dalam membentuk sikap resiliensi siswa.

Instrumen Penelitian

Sebagai penelitian kualitatif, instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri (human instrument), yang berperan langsung dalam proses pengumpulan, pemaknaan, dan interpretasi data di lapangan. Untuk menjaga konsistensi dan kedalaman data, peneliti mengembangkan tiga instrumen pendukung, yaitu pedoman observasi, pedoman wawancara, dan pedoman studi dokumentasi.

Pedoman observasi disusun berdasarkan indikator resiliensi yang dikemukakan oleh Masten (2001), meliputi kemampuan pengendalian emosi, kemandirian, optimisme, dan kemampuan beradaptasi terhadap tekanan. Indikator tersebut digunakan untuk mengamati secara langsung aktivitas keseharian siswa selama mengikuti program spiritual, seperti sholat

berjamaah, kultum, pembacaan Al-Qur'an, dan kegiatan keagamaan lainnya, termasuk pola interaksi siswa dengan guru dan sesama siswa pada momen-momen tersebut.

Pedoman wawancara dikembangkan secara semi-terstruktur dengan kisi-kisi pertanyaan yang mencakup tiga dimensi, yaitu bentuk implementasi pendidikan spiritual, proses internalisasi nilai pada siswa, dan dampak pendidikan spiritual terhadap sikap resiliensi. Sifat semi-terstruktur dipilih agar peneliti memiliki acuan pertanyaan yang konsisten antarinforman, sekaligus tetap memberi keleluasaan untuk menggali jawaban secara mendalam sesuai konteks dan pengalaman masing-masing informan. Pedoman wawancara disusun secara berbeda untuk tiap kategori informan (kepala madrasah, guru/pembina keagamaan, dan siswa) agar pertanyaan yang diajukan relevan dengan posisi dan pengalaman masing-masing.

Pedoman studi dokumentasi digunakan untuk menelaah dokumen visi-misi madrasah, struktur kurikulum, jadwal kegiatan keagamaan, serta catatan pembinaan siswa. Dokumen-dokumen tersebut berfungsi sebagai data penguat (*corroborating evidence*) terhadap temuan observasi dan wawancara, sekaligus membantu peneliti memahami konteks kelembagaan yang melatari praktik pendidikan spiritual di masing-masing madrasah.

Untuk menjamin kualitas instrumen, peneliti melakukan *expert judgement* terhadap pedoman wawancara dan observasi sebelum digunakan di lapangan, dengan meminta tinjauan dari pembimbing dan praktisi pendidikan Islam terkait kesesuaian indikator dan kejelasan bahasa pertanyaan. Selain itu, dilakukan uji keterbacaan pada subjek terbatas sebelum instrumen digunakan untuk pengambilan data utama. Ketiga instrumen tersebut digunakan secara simultan agar data yang diperoleh dari satu sumber dapat saling melengkapi dan diuji silang dengan data dari sumber maupun teknik lainnya.

Teknik Pengumpulan dan Analisis Data

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan studi dokumentasi sebagaimana telah diuraikan pada bagian instrumen. Analisis data menggunakan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Data yang diperoleh diseleksi, dikategorikan, dan dianalisis secara tematik untuk menemukan pola implementasi pendidikan spiritual pada kedua madrasah. Keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber, metode, dan waktu agar hasil penelitian memiliki validitas dan kredibilitas yang kuat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Implementasi Pendidikan Spiritual di MA Annur Setupatok

MA Annur Setupatok menerapkan pendidikan spiritual secara sistematis dan terstruktur. Pendidikan spiritual tidak hanya menjadi kegiatan tambahan, tetapi telah menyatu dengan budaya sekolah dan rutinitas siswa sehari-hari. Program spiritual yang diterapkan meliputi doa bersama sebelum pembelajaran, pembacaan surat pendek Al-Qur'an, sholat Dhuha, sholat Zuhur berjamaah, kultum, Ratib Al Haddad mingguan, serta berbagai kegiatan pembinaan karakter Islami.

Pembiasaan ibadah menjadi strategi utama dalam membentuk karakter siswa. Kegiatan doa bersama dan pembacaan surat pendek sebelum belajar membantu siswa menyiapkan kondisi psikologis yang lebih tenang dan fokus. Sholat berjamaah melatih kedisiplinan, tanggung jawab, dan kebersamaan. Kultum yang dilaksanakan setelah sholat Zuhur menjadi media internalisasi nilai moral dan spiritual secara sederhana namun efektif bagi Generasi Z. Temuan ini sejalan dengan pendapat Mahmud (2002) yang menyatakan bahwa pendidikan ruhani berfungsi membentuk ketenangan jiwa dan penguatan karakter individu.

Madrasah juga mengintegrasikan nilai spiritual ke dalam pembelajaran di kelas. Guru tidak hanya menyampaikan materi akademik, tetapi juga mengaitkannya dengan nilai-nilai Islami dan kehidupan sehari-hari siswa. Pendekatan ini membantu siswa memahami bahwa spiritualitas bukan sekadar ritual, melainkan bagian dari proses berpikir dan bersikap dalam kehidupan. Temuan tersebut memperkuat pandangan Asmani (2011) bahwa pendidikan karakter harus diintegrasikan dalam seluruh proses pembelajaran agar nilai moral dapat terinternalisasi secara efektif.

Implementasi pendidikan spiritual di MA Annur Setupatok terbukti membantu siswa membangun resiliensi. Siswa menjadi lebih mampu mengontrol emosi, menghadapi tekanan akademik, dan menjaga perilaku di tengah pengaruh negatif media sosial. Spiritualitas memberikan ketenangan batin dan rasa percaya diri sehingga siswa lebih siap menghadapi tantangan kehidupan modern.

Implementasi Pendidikan Spiritual di MA Annur Kota Cirebon

Berbeda dengan MA Annur Setupatok, MA Annur Kota Cirebon menerapkan pendekatan pendidikan spiritual yang lebih fleksibel dan holistik. Lingkungan pesantren menjadi fondasi utama dalam pembentukan karakter spiritual siswa. Program spiritual meliputi pembacaan Asmaul Husna, tilawah Al-Qur'an, sholat berjamaah, Ratib Al Haddad, kegiatan keputrian, tahfidz, hadroh, dan tahsin.

Keteladanan guru menjadi faktor utama dalam proses internalisasi nilai spiritual. Guru tidak hanya berperan sebagai pengajar, tetapi juga figur moral yang menjadi contoh bagi siswa. Nilai-nilai kedisiplinan, kesederhanaan, dan tanggung jawab ditanamkan melalui interaksi sehari-hari antara guru dan siswa. Pendekatan ini sejalan dengan pandangan Lickona (1991) bahwa karakter yang baik dibentuk melalui pengetahuan moral, perasaan moral, dan tindakan moral yang dicontohkan secara langsung dalam kehidupan sehari-hari.

Kurikulum di MA Annur Kota Cirebon dirancang untuk mengintegrasikan pendidikan spiritual secara menyeluruh. Pembelajaran tidak hanya menekankan aspek kognitif, tetapi juga penguatan karakter dan pengembangan emosional siswa. Pendekatan tematik yang diterapkan memungkinkan siswa memahami keterkaitan antara ilmu pengetahuan dan nilai-nilai agama secara lebih kontekstual.

Lingkungan pesantren yang disiplin membantu siswa membangun kebiasaan positif dan kemampuan mengelola diri. Namun demikian, lingkungan yang relatif homogen juga menghadirkan tantangan berupa keterbatasan interaksi sosial dengan masyarakat yang lebih beragam. Oleh karena itu, madrasah terus berupaya memperluas wawasan sosial siswa melalui kegiatan kolaboratif dan pengembangan keterampilan interpersonal.

Untuk memperjelas persamaan dan perbedaan pola implementasi pendidikan spiritual pada kedua lokasi penelitian, temuan di atas divisualisasikan dalam bentuk tabel perbandingan berikut.

Aspek	MA Annur Setupatok	MA Annur Kota Cirebon
Model implementasi	Sistematis dan terstruktur melalui rutinitas ibadah harian	Fleksibel dan holistik berbasis lingkungan pesantren
Strategi utama	Pembiasaan ibadah: doa bersama, sholat Dhuhâ, sholat berjamaah, kultum	Keteladanan guru dan kurikulum tematik

Aspek	MA Annur Setupatok	MA Annur Kota Cirebon
Basis pembinaan	Integrasi nilai spiritual ke dalam pembelajaran di kelas	Pembinaan spiritual berbasis pesantren: tahfidz, hadroh, tahsin
Dampak utama terhadap resiliensi	Penguatan disiplin, fokus, dan pengendalian emosi	Penguatan kemandirian, tanggung jawab, dan adaptasi sosial

Tabel 2. Perbandingan Implementasi Pendidikan Spiritual di MA Annur Setupatok dan MA Annur Kota Cirebon

Tabel 2 menunjukkan bahwa meskipun strategi pelaksanaannya berbeda, kedua madrasah menempatkan pembiasaan dan keteladanan sebagai jalur utama internalisasi nilai spiritual, dengan titik tekan yang berbeda: MA Annur Setupatok lebih menonjolkan struktur rutinitas ibadah yang ketat, sementara MA Annur Kota Cirebon lebih menonjolkan relasi personal antara guru dan siswa dalam ekosistem pesantren.

Pendidikan Spiritual dan Pembentukan Resiliensi Generasi Z

Penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan spiritual memiliki kontribusi signifikan dalam membentuk resiliensi siswa Generasi Z. Resiliensi tidak muncul secara instan, tetapi dibentuk melalui proses pembiasaan, internalisasi nilai, dan pengalaman spiritual yang berkelanjutan.

Pertama, pendidikan spiritual membantu siswa mengembangkan self awareness. Siswa menjadi lebih memahami diri sendiri, mengenali emosi, dan mampu mengontrol perilaku dalam menghadapi tekanan sosial maupun akademik. Kesadaran spiritual membantu siswa tidak mudah terpengaruh oleh standar semu yang dibentuk media sosial. Temuan ini mendukung penelitian Ramadani dan Nur (2025) yang menyatakan bahwa resiliensi berkaitan erat dengan kemampuan memahami diri dan membangun makna hidup.

Kedua, pendidikan spiritual memperkuat kemampuan pengendalian emosi. Kegiatan ibadah seperti sholat berjamaah, dzikir, dan pembacaan Al-Qur'an memberikan ketenangan psikologis yang membantu siswa mengurangi stres dan kecemasan. Spiritualitas juga menjadi sumber coping mechanism dalam menghadapi konflik dan tekanan hidup. Hal ini sesuai dengan pendapat Darajat (2002) bahwa pendidikan agama memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan mental dan stabilitas emosional remaja.

Ketiga, pendidikan spiritual membangun hubungan sosial yang lebih sehat. Nilai-nilai seperti empati, toleransi, tanggung jawab, dan kepedulian sosial berkembang melalui interaksi

dalam kegiatan keagamaan. Lingkungan spiritual yang suportif membantu siswa merasa diterima dan memiliki dukungan sosial yang kuat.

Keempat, pendidikan spiritual mendorong berkembangnya growth mindset. Siswa belajar memandang kegagalan sebagai bagian dari proses pembelajaran dan tidak mudah menyerah menghadapi tantangan. Nilai-nilai religius memberikan keyakinan bahwa setiap kesulitan dapat dihadapi dengan usaha, doa, dan kesabaran.

Keempat mekanisme tersebut dapat dipetakan secara lebih ringkas pada Tabel 3 berikut, yang menghubungkan setiap mekanisme resiliensi dengan praktik spiritual pendukungnya serta landasan teori yang relevan.

Mekanisme Resiliensi	Praktik Spiritual Pendukung	Landasan Teori
Self awareness	Dzikir, refleksi diri, kultum	Masten (2001); Ramadani & Nur (2025)
Pengendalian emosi	Sholat berjamaah, pembacaan Al-Qur'an	Darajat (2002)
Hubungan sosial yang sehat	Kegiatan keagamaan kolektif, keteladanan guru	Ungar (2008)
Growth mindset	Pembiasaan doa dan kesabaran menghadapi kegagalan	Lickona (1991)

Tabel 3. Mekanisme Pembentukan Resiliensi melalui Pendidikan Spiritual

Temuan-temuan tersebut dapat dimaknai lebih jauh melalui kerangka ekologi perkembangan Bronfenbrenner (1979), yang menegaskan bahwa karakter dan resiliensi individu tidak terbentuk dalam ruang kosong, melainkan melalui interaksi berlapis antara individu dengan lingkungan mikro (keluarga dan sekolah), meso, dan makro (nilai budaya serta agama). Madrasah, dalam kerangka ini, berfungsi sebagai mikrosistem yang menyediakan ruang pembiasaan nilai spiritual secara intensif dan berulang, sehingga nilai-nilai tersebut terinternalisasi bukan melalui pengajaran kognitif semata, melainkan melalui pengalaman hidup sehari-hari siswa. Pandangan ini diperkuat oleh konsep resiliensi sosial-ekologis dari Ungar (2008), yang menyatakan bahwa resiliensi bukan semata-mata kapasitas internal individu, melainkan juga hasil dari ketersediaan sumber daya lingkungan yang mendukung, termasuk struktur keagamaan dan dukungan sosial dari guru maupun komunitas madrasah. Dengan kerangka ini, perbedaan strategi antara MA Annur Setupatok yang lebih terstruktur dan MA Annur Kota Cirebon yang lebih berbasis relasi personal dapat dipahami sebagai dua jalur

ekologis yang berbeda namun sama-sama efektif dalam menumbuhkan resiliensi, karena keduanya menyediakan sumber daya lingkungan yang memadai bagi siswa.

Dengan demikian, pendidikan spiritual tidak hanya membentuk kesalehan ritual, tetapi juga membangun ketahanan psikologis dan sosial siswa Generasi Z dalam menghadapi kompleksitas kehidupan modern, sekaligus menegaskan bahwa resiliensi merupakan hasil interaksi antara kapasitas individu dan kualitas lingkungan spiritual yang disediakan oleh lembaga pendidikan.

KESIMPULAN

Pendidikan spiritual memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk sikap resiliensi siswa Generasi Z di lingkungan madrasah, sebagaimana ditunjukkan oleh MA Annur Setupatok yang menerapkan model sistematis dan terstruktur melalui rutinitas ibadah harian, serta MA Annur Kota Cirebon yang mengembangkan pendekatan holistik berbasis keteladanan guru dan lingkungan pesantren; kedua model tersebut, meskipun berbeda dalam strategi pelaksanaannya, sama-sama terbukti efektif dalam membantu siswa mengembangkan disiplin, pengendalian emosi, kesadaran diri (self awareness), kemampuan pemecahan masalah, dan daya tahan menghadapi tekanan kehidupan digital, sehingga penelitian ini menegaskan bahwa pendidikan spiritual tidak boleh dipandang sekadar sebagai kegiatan ritual keagamaan, melainkan sebagai strategi penting dalam membangun kesehatan mental dan ketahanan karakter Generasi Z, yang pada akhirnya menuntut lembaga pendidikan untuk terus mengembangkan model pendidikan spiritual yang relevan, kontekstual, dan adaptif terhadap tantangan era digital agar mampu melahirkan generasi yang cerdas, berakhlak mulia, dan resilien.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychological Association. (2023). *Stress in America 2023: A nation recovering from collective trauma*.
- Anam, W. K. (2019). *Pembentukan karakter religius siswa di madrasah*. Dimar, 1(1).
- Asmani, J. M. (2011). *Buku panduan internalisasi pendidikan karakter di sekolah*. Diva Press.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.

- Darajat, Z. (2002). Ilmu jiwa agama. PT Bulan Bintang.
- Deloitte. (2023). Deloitte global 2023 Gen Z and millennial survey.
- Djamaludin, A., & Wardana. (2024). Belajar dan pembelajaran: 4 pilar peningkatan kompetensi pedagogis. CV Kaffah Learning Centre.
- Hasibuan, R. T., dkk. (2024). Tantangan penerapan pendidikan Islam pada Generasi Z. *Jurnal on Education*, 7(1).
- Lickona, T. (1991). *Educating for character: How our schools can teach respect and responsibility*. Bantam Books.
- Mahmud, A. A. H. (2002). Pendidikan ruhani. Gema Insani.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227–238.
- Nata, A. (2006). Modernisasi pendidikan spiritual Islam di Indonesia. UIN Press.
- Prensky, M. (2001). Digital natives, digital immigrants. *On the Horizon*, 9(5), 1–6.
- Ramadani, A., & Nur, H. (2025). Peran resiliensi dalam pengembangan diri remaja. *Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*.
- Spradley, J. P. (2016). *Participant observation*. Waveland Press.
- Ungar, M. (2008). Resilience across cultures. *British Journal of Social Work*, 38(2), 218–235.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.