

Membangun Resiliensi Spiritual Diaspora Indonesia Di Sapporo Melalui Edukasi Doa Bukan *Last Option*

Nesia Andriana¹, Dewi Anggrayni^{1,*}, Budi Handrianto¹, Wahidul Kholis Assaumi¹

¹ Sekolah Pascasarjana; Universitas Ibn Khaldun Bogor; e-mail: nesia.andriana@uika-bogor.ac.id, dewi.anggrayni@uika-bogor.ac.id, budi.handri@gmail.com, kholisassaumi@uika-bogor.ac.id

* Korespondensi: e-mail: dewi.anggrayni@uika-bogor.ac.id

Submitted: 29/06/2026; Revised: 08/07/2026; Accepted: 15/07/2026; Published: 16/07/2026

Abstract

This community service program aims to strengthen the spiritual understanding of the Indonesian diaspora community in Sapporo, Hokkaido, Japan, through hybrid-based Islamic study mentoring under the theme "Prayer Is Not a Last Option: The Essence, Virtues, and Power of Prayer." The program was implemented through a partnership between the Graduate School of Universitas Ibn Khaldun Bogor and the Special Branch Leadership of Muhammadiyah Hokkaido / Pimpinan Ranting Istimewa Muhammadiyah (PRIM) Hokkaido. The implementation method began with a needs assessment through observation and communication with the partner institution to identify participants' needs. The activities were then conducted using a hybrid method that combined lectures, discussions, halaqah, mentoring in muamalah studies, and Qur'anic tahsin training. The program was evaluated using a questionnaire to describe the participants' level of understanding of the material presented. The results show that most participants understood the essence of prayer as a spiritual need, the relationship between prayer and effort, the importance of positive thinking toward Allah (husnuzan) in prayer, and the benefits of prayer in helping maintain inner peace and manage life pressures. The program also resulted in a commitment to sustainability through halaqah, muamalah studies, and tahsin training conducted in collaboration with the partner institution until the end of 2026. Thus, this community service program demonstrates that hybrid-based Islamic study mentoring can support the strengthening of spiritual understanding among the Indonesian diaspora community and serve as a sustainable mentoring model through collaboration between higher education institutions and community organizations.

Keywords: Hybrid learning, Indonesian diaspora, Islamic studies, Mental development

Abstrak

Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memperkuat pemahaman spiritual masyarakat diaspora Indonesia di Sapporo, Hokkaido, Jepang, melalui pendampingan kajian Islam berbasis hybrid dengan mengangkat tema "Doa itu Bukan Last Option: Hakikat, Keutamaan, dan Kekuatan Doa". Program dilaksanakan melalui kemitraan antara Sekolah Pascasarjana Universitas Ibn Khaldun Bogor dan Pimpinan Ranting Istimewa Muhammadiyah (PRIM) Hokkaido. Metode pelaksanaan diawali dengan need assessment melalui observasi, komunikasi dengan mitra untuk mengidentifikasi kebutuhan peserta. Selanjutnya, kegiatan dilaksanakan menggunakan metode hybrid yang memadukan ceramah, diskusi, halaqah, pendampingan kajian muamalah, dan pelatihan tahsin Al-Qur'an. Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan kuesioner untuk menggambarkan tingkat pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa mayoritas peserta memahami hakikat doa sebagai kebutuhan spiritual, memahami hubungan antara doa dan ikhtiar, memahami pentingnya husnuzan dalam berdoa, serta memahami manfaat doa dalam membantu menjaga ketenangan jiwa dan mengelola tekanan kehidupan. Pelaksanaan kegiatan juga menghasilkan komitmen keberlanjutan program melalui halaqah, kajian muamalah, dan

pelatihan tahsin yang dilaksanakan bersama mitra hingga akhir tahun 2026. Dengan demikian, program pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa pendampingan kajian Islam berbasis hybrid dapat mendukung penguatan pemahaman spiritual masyarakat diaspora Indonesia sekaligus menjadi model pembinaan yang berkelanjutan melalui kolaborasi antara perguruan tinggi dan organisasi masyarakat.

Kata kunci: Pembelajaran hybrid, Diaspora Indonesia, Kajian Islam, Pembangunan mental

1. Pendahuluan

Perkembangan globalisasi telah meningkatkan mobilitas masyarakat Indonesia untuk menetap, bekerja, dan melanjutkan pendidikan di berbagai negara, termasuk Jepang. Kondisi tersebut melahirkan komunitas diaspora Indonesia yang tidak hanya menghadapi tantangan sosial dan budaya, tetapi juga menghadapi tantangan dalam mempertahankan nilai-nilai spiritual di tengah lingkungan yang berbeda dengan budaya asal. Perbedaan budaya, rutinitas pekerjaan yang padat, keterbatasan akses terhadap kegiatan keagamaan, serta tekanan psikologis akibat hidup jauh dari keluarga sering kali memengaruhi kualitas kehidupan spiritual masyarakat diaspora. Berdasarkan data kegiatan pengabdian kepada masyarakat, kondisi tersebut menjadi perhatian utama dalam pelaksanaan program internasional bertajuk *Doa itu Bukan Last Option: Hakikat, Keutamaan, dan Kekuatan Doa* yang dilaksanakan oleh tim dosen dan mahasiswa Sekolah Pascasarjana Universitas Ibn Khaldun Bogor. Program ini diselenggarakan sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat internasional dengan sasaran utama komunitas diaspora Indonesia yang berada di Sapporo, Hokkaido, Jepang. Mitra kegiatan adalah Pimpinan Ranting Istimewa Muhammadiyah (PRIM) Hokkaido yang selama ini berperan aktif dalam membangun ukhuwah, pembinaan keislaman, serta penguatan spiritual masyarakat Indonesia yang tinggal di wilayah tersebut. Kehadiran organisasi mitra menunjukkan bahwa komunitas diaspora tetap membutuhkan wadah pembinaan yang mampu menghubungkan kebutuhan spiritual dengan dinamika kehidupan masyarakat Indonesia di luar negeri. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini dirancang sebagai upaya sistematis untuk memperkuat pemahaman spiritual masyarakat melalui kajian Islam yang dilaksanakan secara hybrid sehingga dapat menjangkau peserta secara lebih luas tanpa mengabaikan kualitas interaksi antara pemateri dan peserta.

Permasalahan yang dihadapi mitra tidak hanya berkaitan dengan keterbatasan aktivitas keagamaan, tetapi juga berkaitan dengan meningkatnya kebutuhan masyarakat terhadap penguatan makna spiritual dalam menghadapi tekanan kehidupan di negara perantauan. Berdasarkan hasil *need assessment* yang dilakukan melalui observasi, penyebaran kuesioner, dan komunikasi dengan mitra, diperoleh informasi bahwa sebagian besar peserta membutuhkan panduan praktis mengenai doa sebagai sarana mengelola stres, kecemasan, tekanan pekerjaan, serta pengalaman hidup jauh dari tanah air. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa doa tidak lagi dipahami hanya sebagai aktivitas ritual, tetapi juga sebagai mekanisme psikologis dan spiritual yang mampu memperkuat ketahanan individu ketika menghadapi berbagai persoalan kehidupan. Selain itu, kegiatan pengabdian juga menemukan bahwa

sebagian masyarakat masih memandang doa sebagai pilihan terakhir ketika menghadapi kesulitan, bukan sebagai kebutuhan spiritual yang menyertai seluruh proses kehidupan. Persepsi tersebut berpotensi mengurangi makna doa sebagai bentuk komunikasi antara manusia dengan Allah SWT. sekaligus mengurangi kualitas spiritualitas individu. Oleh sebab itu, kegiatan pengabdian diarahkan untuk mentransformasikan cara pandang peserta agar memahami bahwa doa merupakan bagian integral dari ikhtiar, bukan pengganti usaha, sehingga keseimbangan antara usaha dan tawakal dapat terbangun secara lebih baik. Hasil identifikasi kebutuhan tersebut menjadi dasar penyusunan materi, metode pendampingan, serta strategi pelaksanaan kegiatan secara berkelanjutan.

Urgensi pelaksanaan program ini semakin kuat apabila dikaitkan dengan perkembangan kajian ilmiah mengenai spiritual understanding. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pemahaman spiritual merupakan dimensi penting dalam kehidupan manusia karena berhubungan dengan kesadaran, kesejahteraan psikologis, pembentukan makna hidup, serta kemampuan individu dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan (Arora, 2025; Carvour et al., 2025; Herda, 2023). Kajian tersebut menjelaskan bahwa pengalaman spiritual tidak hanya dipahami sebagai fenomena religius, tetapi juga berkaitan dengan perkembangan kesadaran manusia, pengendalian emosi, serta pembentukan perilaku prososial (Jones, 2022; Trivedi, 2025). Penelitian dalam bidang neuroscience juga menunjukkan bahwa praktik spiritual memiliki hubungan dengan aktivitas otak, kesejahteraan psikologis, serta kemampuan individu dalam membangun hubungan sosial yang lebih baik (Carvour et al., 2025; Herda, 2023). Selain itu, pendekatan multidisiplin yang menghubungkan filsafat, psikologi, neuroscience, dan studi agama memperlihatkan bahwa spiritualitas berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup apabila dikembangkan secara berkelanjutan (Arora, 2025; Jones, 2022). Temuan-temuan tersebut memperkuat pentingnya kegiatan pengabdian masyarakat yang tidak hanya memberikan pengetahuan keagamaan, tetapi juga membangun pengalaman spiritual peserta melalui proses pendampingan yang berkesinambungan. Dengan demikian, pelaksanaan program ini memiliki relevansi yang kuat dengan perkembangan literatur mengenai spiritual understanding yang menempatkan spiritualitas sebagai salah satu faktor penting dalam mendukung kesejahteraan manusia (Arora, 2025; Carvour et al., 2025; Herda, 2023; Trivedi, 2025).

2. Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan melalui kemitraan antara Sekolah Pascasarjana Universitas Ibn Khaldun Bogor dengan Pimpinan Ranting Istimewa Muhammadiyah (PRIM) Hokkaido, Jepang. Sasaran kegiatan adalah masyarakat diaspora Indonesia yang berdomisili di wilayah Hokkaido dengan latar belakang pekerjaan dan pendidikan yang beragam. Pelaksanaan program diawali dengan proses koordinasi bersama mitra untuk mengidentifikasi kebutuhan masyarakat serta menyusun bentuk kegiatan yang sesuai dengan karakteristik peserta. Berdasarkan hasil *need assessment* yang dilakukan

melalui observasi, komunikasi dengan mitra, dan penyebaran kuesioner, diperoleh informasi bahwa masyarakat membutuhkan penguatan pemahaman mengenai hakikat doa, hubungan antara doa dan ikhtiar, serta penguatan spiritual sebagai bekal menghadapi tekanan kehidupan di negara perantauan.

Evaluasi kegiatan dilakukan pada akhir pelaksanaan program menggunakan instrumen kuesioner yang dibagikan kepada seluruh peserta. Instrumen evaluasi digunakan untuk memperoleh gambaran mengenai pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan, meliputi hakikat doa, etika berdoa, hubungan antara doa dan ikhtiar, cara Allah mengabulkan doa, manfaat doa terhadap kondisi psikologis, pentingnya energi komunitas dalam doa bersama, keteladanan para nabi dalam berdoa, makna husnuzan, penyikapan terhadap tekanan kehidupan, serta adab dalam berdoa.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat



Sumber: Hasil Pelaksanaan (2026)

Gambar 1. Workshop Doa Bukan Last Option bersama komunitas Muslim Saporo

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan melalui program internasional bertajuk "Doa itu Bukan Last Option: Hakikat, Keutamaan, dan Kekuatan Doa" yang diselenggarakan oleh tim dosen dan mahasiswa Sekolah Pascasarjana Universitas Ibn Khaldun Bogor bekerja sama dengan Pimpinan Ranting Istimewa Muhammadiyah (PRIM) Hokkaido, Jepang. Berdasarkan prosedur pelaksanaan yang tercantum dalam dokumen kegiatan, program diawali dengan penandatanganan kerja sama, dilanjutkan dengan kajian umum pada tanggal 29 Mei 2026, kemudian diteruskan melalui rangkaian kegiatan rutin hingga Desember 2026. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi ceramah tatap muka, diskusi kelompok (halaqah),

pendampingan kajian muamalah, dan pelatihan tahsin Al-Qur'an yang dilaksanakan secara hybrid.



Sumber: Hasil Pelaksanaan (2026)

Gambar 2. Respon Positif Komunitas Muslim setelah mengikuti kegiatan Workshop

Pelaksanaan kegiatan dilakukan di Ruang Kankyo Kenshushitsu 1, Gedung L-Plaza Sapporo serta didukung platform daring sehingga peserta yang berada di wilayah Hokkaido tetap dapat mengikuti kegiatan. Koordinasi antara tim pelaksana dan mitra dilakukan melalui surat resmi serta komunikasi digital terintegrasi selama penyelenggaraan program. Bukti administrasi kegiatan terdiri atas surat tugas, materi presentasi, dan rekapitulasi hasil kuesioner peserta sebagai bagian dari dokumentasi pelaksanaan. Seluruh tahapan tersebut berlangsung sesuai dengan prosedur yang telah direncanakan dalam program pengabdian kepada masyarakat.

3.2. Karakteristik Peserta Berdasarkan Hasil Kuesioner

Data hasil kuesioner menunjukkan bahwa evaluasi kegiatan diikuti oleh 19 peserta yang seluruhnya berdomisili di Sapporo, Hokkaido, Jepang. Responden mengisi instrumen evaluasi yang terdiri atas lima belas butir pertanyaan mengenai hakikat doa, etika berdoa, pengabulan doa, hubungan doa dan ikhtiar, pengaruh doa terhadap kondisi psikologis, energi komunitas dalam doa bersama, keteladanan para nabi, husnuzan, adab berdoa, hingga makna doa sebagai investasi pahala. Hasil isian menunjukkan bahwa seluruh peserta memberikan jawaban pada setiap butir pertanyaan sehingga tidak terdapat data yang kosong pada instrumen evaluasi. Mayoritas jawaban peserta menunjukkan kesesuaian dengan materi yang disampaikan selama kegiatan, baik pada aspek hakikat doa maupun hubungan antara doa, usaha, dan ketenangan jiwa. Seluruh data kuesioner diperoleh melalui formulir evaluasi yang dibagikan setelah pelaksanaan kegiatan sebagai bagian dari dokumentasi program. Jawaban responden berasal dari pilihan jawaban yang telah disediakan dalam instrumen evaluasi.

Rekapitulasi tersebut menjadi bagian dari dokumentasi hasil kegiatan sebagaimana tercantum dalam laporan pengabdian kepada masyarakat.

3.3. Hasil Kuesioner Pemahaman Materi Kajian

Mayoritas peserta menunjukkan pemahaman yang baik terhadap materi doa yang disampaikan dalam kegiatan, terutama mengenai hakikat doa sebagai kebutuhan ruhani dan sebagai penghubung manusia dengan Allah SWT. Pemahaman tersebut terlihat dari jawaban peserta yang menunjukkan bahwa doa tidak hanya dipandang sebagai permohonan ketika menghadapi kesulitan, tetapi juga sebagai bentuk komunikasi spiritual yang memperkuat kedekatan seorang hamba dengan Tuhannya. Peserta memahami bahwa doa memiliki kedudukan penting dalam kehidupan seorang muslim karena menjadi sarana untuk menumbuhkan kesadaran akan ketergantungan manusia kepada Allah SWT, sekaligus membangun sikap rendah hati, optimis, dan tawakal dalam menghadapi berbagai keadaan. Selain itu, peserta juga menunjukkan pemahaman mengenai etika berdoa, seperti pentingnya memulai doa dengan pujian kepada Allah SWT, menghadirkan keyakinan saat berdoa, menjaga adab, serta berusaha memperbaiki kualitas diri agar doa menjadi bagian dari proses pembinaan spiritual. Materi tentang cara Allah mengabulkan doa juga dipahami dengan baik oleh peserta, yaitu bahwa pengabulan doa tidak selalu hadir dalam bentuk yang langsung sesuai dengan keinginan manusia, tetapi dapat berupa pemberian yang lebih baik, penundaan yang mengandung hikmah, atau perlindungan dari keburukan yang tidak disadari. Pemahaman ini memperlihatkan bahwa peserta mulai memaknai doa secara lebih luas, bukan sekadar sebagai sarana meminta, melainkan juga sebagai proses pendidikan iman untuk menerima ketentuan Allah SWT dengan sikap husnuzan. Peserta juga memahami hubungan antara doa dan ikhtiar sebagai dua hal yang saling melengkapi. Doa tidak dimaknai sebagai pengganti usaha, tetapi sebagai penguat spiritual yang mengiringi tindakan nyata manusia dalam menyelesaikan persoalan hidup. Dalam konteks kehidupan diaspora Indonesia di Sapporo, pemahaman ini menjadi penting karena peserta menghadapi berbagai tantangan sosial, budaya, pekerjaan, pendidikan, dan kehidupan keluarga di lingkungan perantauan. Lebih lanjut, peserta memahami bahwa doa berperan sebagai obat jiwa yang membantu menenangkan hati, menguatkan pikiran, mengurangi tekanan batin, serta membentuk pribadi yang lebih sabar, kuat, dan terarah. Dengan demikian, hasil kuesioner evaluasi setelah kegiatan selesai dilaksanakan menunjukkan bahwa materi kajian mampu meningkatkan pemahaman peserta terhadap fungsi doa, baik sebagai ibadah, sarana penguatan spiritual, maupun media pembentukan ketahanan diri dalam menghadapi dinamika kehidupan sehari-hari.

3.4. Hasil Kuesioner Persepsi Peserta Terhadap Manfaat Doa

Data kuesioner menunjukkan bahwa mayoritas peserta memandang doa sebagai self-reminder yang membantu kehidupan menjadi lebih terarah, memperkuat ketenangan hati, serta mendukung pengelolaan stres dalam kehidupan sehari-hari. Pemahaman ini menunjukkan bahwa doa tidak hanya diposisikan sebagai aktivitas ibadah yang dilakukan ketika seseorang menghadapi kesulitan, tetapi juga sebagai sarana pengingat diri untuk kembali menata niat,

memperkuat harapan, dan menjaga orientasi hidup agar tetap selaras dengan nilai-nilai keimanan. Bagi peserta yang merupakan bagian dari komunitas diaspora Indonesia di Sapporo, doa dipahami sebagai kekuatan spiritual yang membantu mereka menghadapi berbagai tantangan hidup di perantauan, seperti tekanan pekerjaan, tuntutan studi, keterbatasan interaksi sosial, serta kerinduan terhadap keluarga dan lingkungan asal. Dengan demikian, doa berperan dalam membangun ketahanan batin karena memberikan ruang bagi individu untuk menyerahkan persoalan kepada Allah SWT tanpa mengabaikan ikhtiar yang tetap harus dilakukan secara nyata. Peserta juga menilai bahwa energi komunitas berperan penting dalam membentuk kebiasaan dan keyakinan berdoa. Kehadiran komunitas keagamaan memberi dukungan sosial dan spiritual yang mendorong peserta untuk lebih konsisten menjalankan ibadah, saling mengingatkan dalam kebaikan, serta membangun suasana kebersamaan yang memperkuat rasa percaya diri dalam mengamalkan ajaran Islam di lingkungan minoritas. Selain itu, peserta memahami pentingnya husnuzan kepada Allah SWT sebagai sikap positif dalam menerima setiap ketentuan, termasuk ketika doa belum dikabulkan sesuai harapan. Pemahaman mengenai adab memulai doa dengan pujian kepada Allah SWT juga menunjukkan bahwa peserta memperoleh penguatan tentang tata cara berdoa yang lebih baik, tidak sekadar menyampaikan permohonan, tetapi juga menghadirkan sikap tunduk, syukur, dan pengakuan terhadap kebesaran Allah SWT. Lebih jauh, doa dimaknai sebagai investasi pahala dan wujud keyakinan terhadap kehadiran Allah SWT dalam kehidupan sehari-hari, sehingga praktik berdoa tidak hanya berdampak pada ketenangan pribadi, tetapi juga pada pembentukan sikap sabar, optimis, dan bertanggung jawab. Hasil tersebut merupakan rekapitulasi langsung dari jawaban peserta pada instrumen evaluasi kegiatan dan menggambarkan bahwa materi kajian mampu memperkuat pemahaman peserta mengenai fungsi doa sebagai kebutuhan spiritual, sarana pengelolaan emosi, serta fondasi pembentukan resiliensi spiritual dalam kehidupan komunitas diaspora Indonesia.

3.5. Pembahasan

Berdasarkan hasil *need assessment* yang dilakukan sebelum pelaksanaan kegiatan, masyarakat menyampaikan kebutuhan terhadap panduan praktis mengenai doa sebagai sarana mengelola stres, kecemasan, dan tekanan hidup selama berada jauh dari keluarga. Kondisi tersebut menjadi dasar penyusunan materi kajian yang menempatkan doa bukan sebagai pilihan terakhir ketika menghadapi kesulitan, melainkan sebagai kebutuhan dasar seorang muslim dalam menjalani kehidupan. Hasil kuesioner yang diperoleh setelah pelaksanaan kegiatan memperlihatkan bahwa mayoritas peserta memberikan jawaban yang sesuai dengan substansi materi mengenai hakikat doa, tingkatan doa, hubungan antara doa dan ikhtiar, serta pengaruh doa terhadap kondisi psikologis. Temuan tersebut menunjukkan adanya kesesuaian antara kebutuhan mitra yang teridentifikasi pada tahap awal dengan materi yang disampaikan selama kegiatan.

Temuan tersebut memiliki keterkaitan dengan literatur mengenai spiritual understanding yang menjelaskan bahwa spiritualitas merupakan bagian penting dalam pembentukan

kesadaran manusia, kesejahteraan psikologis, dan kemampuan individu dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Al-Thani, (2025); Arora, (2025) menjelaskan bahwa pemahaman spiritual tidak hanya dipandang sebagai aktivitas keagamaan, tetapi juga sebagai proses membangun kesadaran yang memengaruhi cara seseorang memaknai kehidupan. Pandangan tersebut diperkuat oleh (Carvour et al., 2025; Lucchetti et al., 2021) yang menjelaskan bahwa praktik spiritual memiliki hubungan dengan kondisi psikologis, perilaku sosial, dan pengalaman religius seseorang.

Herda, (2023) juga menegaskan bahwa pengalaman spiritual tidak dapat dipisahkan dari berbagai dimensi kehidupan manusia karena melibatkan hubungan antara aspek biologis, psikologis, dan religius. Dalam konteks kegiatan pengabdian ini, mayoritas peserta memilih jawaban bahwa doa menjadi obat bagi jiwa yang hampa, pikiran yang bimbang, dan hati yang terluka, serta menyatakan bahwa doa membantu seseorang menjadi pribadi yang lebih baik. Jawaban peserta tersebut menunjukkan kesesuaian dengan konsep spiritual understanding yang menempatkan praktik spiritual sebagai bagian dari proses membangun kesejahteraan manusia secara menyeluruh. Mayoritas peserta juga menyatakan bahwa doa menjadi self-reminder yang membantu seseorang tetap terarah dalam menjalani kehidupan sehingga hasil tersebut memperlihatkan hubungan antara materi yang diberikan dengan konsep-konsep spiritual yang dijelaskan dalam literature (Cucchi & Qoronfleh, 2025; Heng et al., 2021). Oleh karena itu, hasil kegiatan menunjukkan bahwa materi kajian mengenai doa memiliki relevansi dengan pengembangan spiritualitas sebagaimana dijelaskan dalam literatur yang digunakan pada penelitian ini (Arora, 2025; Carvour et al., 2025; Herda, 2023; Jones, 2022).

Hasil evaluasi peserta juga memperlihatkan bahwa sebagian besar responden memahami hubungan antara doa dan ikhtiar sebagai dua aspek yang tidak dapat dipisahkan. Mayoritas peserta memilih jawaban bahwa tidak terdapat kesuksesan tanpa kerja keras dan tidak terdapat kemudahan tanpa doa, sedangkan sebagian peserta lainnya menyatakan persetujuan terhadap seluruh konsep yang disampaikan dalam materi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa peserta memahami doa bukan sebagai pengganti usaha, melainkan sebagai bagian yang menyempurnakan usaha manusia. Literatur mengenai *spiritual understanding* menjelaskan bahwa praktik spiritual yang dilakukan secara sadar akan membentuk cara berpikir yang lebih adaptif dalam menghadapi berbagai kondisi kehidupan (Graça & Brandão, 2024; Jones, 2022; Maral et al., 2024). Arora, (2025) juga menjelaskan bahwa pengalaman spiritual yang berkelanjutan membantu individu membangun kesadaran terhadap hubungan antara tindakan manusia dengan makna kehidupan yang lebih luas.

Temuan kegiatan selanjutnya dapat dihubungkan dengan literatur mengenai *Islamic Education* yang menempatkan pendidikan Islam sebagai proses pembinaan yang tidak hanya berorientasi pada penyampaian ilmu, tetapi juga pembentukan karakter, spiritualitas, dan pengamalan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari. Abbas et al., (2024); Mardani et al., (2025) menjelaskan bahwa tradisi pendidikan Islam sejak masa awal berkembang melalui halaqah, masjid, dan berbagai bentuk pembelajaran yang menekankan interaksi langsung

antara pendidik dan peserta. Moslimany et al., (2024) menambahkan bahwa pendidikan Islam yang holistik mengintegrasikan pengetahuan keagamaan, pembentukan karakter, dan penguatan nilai spiritual secara bersamaan. Hal tersebut sejalan dengan metode kegiatan pengabdian yang memadukan ceramah, halaqah, pendampingan kajian muamalah, dan pelatihan tahsin Al-Qur'an sebagai satu kesatuan proses pembelajaran. Berdasarkan hasil kuesioner, mayoritas peserta memberikan jawaban yang sesuai terhadap materi mengenai etika berdoa, adab memulai doa dengan pujian kepada Allah SWT, serta pemahaman mengenai tiga bentuk pengabulan doa. Dengan demikian, metode pendampingan yang digunakan dalam kegiatan memiliki karakteristik yang sejalan dengan konsep pendidikan Islam yang menempatkan proses pembelajaran sebagai sarana pembinaan spiritual secara berkelanjutan (Abbas et al., 2024; Moslimany et al., 2024).

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat menggunakan metode *hybrid* merupakan salah satu karakteristik yang mendukung penyelenggaraan program bagi komunitas diaspora Indonesia di Hokkaido. Berdasarkan tabel kegiatan, pelaksanaan dilakukan secara luring di Ruang Kankyo Kenshushitsu 1, Gedung L-Plaza Sapporo dan secara daring untuk menjangkau masyarakat Indonesia yang berada di wilayah Hokkaido. Metode tersebut dipilih karena mempertimbangkan kondisi geografis peserta, keterbatasan waktu akibat aktivitas pekerjaan dan studi, serta kebutuhan agar proses pembinaan tetap dapat berlangsung secara berkelanjutan.

Selain itu, koordinasi antara tim pelaksana dengan mitra dilakukan melalui komunikasi digital terintegrasi sehingga seluruh tahapan kegiatan dapat berjalan sesuai rencana. Literatur mengenai Digital Learning menjelaskan bahwa pembelajaran berbasis digital dan blended learning memungkinkan peningkatan fleksibilitas, aksesibilitas, serta keberlanjutan proses pembelajaran tanpa menghilangkan interaksi antara fasilitator dan peserta (Aghardien, 2022; Gherman et al., 2021; Jamil et al., 2023; Martorella & Bucchiarone, 2023) juga menjelaskan bahwa pendekatan digital memberikan kesempatan kepada peserta untuk memperoleh materi melalui berbagai media pembelajaran sehingga proses belajar menjadi lebih adaptif terhadap kebutuhan masyarakat. Kondisi tersebut sesuai dengan pelaksanaan kegiatan pengabdian yang memanfaatkan kombinasi tatap muka dan media digital untuk menjangkau masyarakat diaspora yang memiliki keterbatasan waktu dan lokasi. Dengan demikian, penggunaan metode hybrid pada kegiatan ini menunjukkan kesesuaian dengan konsep digital.

Keterkaitan antara metode hybrid dengan hasil kegiatan juga terlihat dari jawaban peserta pada kuesioner evaluasi. Mayoritas peserta memberikan jawaban yang sesuai terhadap materi mengenai hakikat doa, etika berdoa, hubungan antara doa dan ikhtiar, serta manfaat doa terhadap kesehatan mental. Sebagian besar peserta juga menyatakan bahwa doa membantu seseorang menjadi lebih tenang dalam menghadapi berbagai ujian kehidupan dan mempermudah pengelolaan stres. Temuan tersebut menunjukkan bahwa materi yang disampaikan melalui kombinasi pembelajaran tatap muka dan daring dapat diterima oleh peserta sesuai dengan tujuan program. Literatur mengenai digital learning menjelaskan bahwa

efektivitas pembelajaran digital tidak hanya ditentukan oleh teknologi yang digunakan, tetapi juga oleh desain pembelajaran, interaksi antara fasilitator dengan peserta, serta kesesuaian materi dengan kebutuhan peserta (Aghardien, 2022). Pandangan tersebut diperkuat oleh (Narayan & V. T., 2021) yang menyatakan bahwa keberhasilan pembelajaran digital dipengaruhi oleh kolaborasi antara penyelenggara, peserta, dan dukungan organisasi sehingga proses belajar dapat berlangsung secara berkesinambungan.

Kegiatan ini juga memberikan kontribusi terhadap praktik pengabdian kepada masyarakat, khususnya dalam pelaksanaan program pembinaan keagamaan bagi komunitas diaspora Indonesia. Kontribusi pertama terlihat pada penggunaan pendekatan *need assessment* sebagai dasar penyusunan materi sehingga isi kajian disesuaikan dengan kebutuhan nyata masyarakat mitra. Kontribusi kedua terlihat pada pemanfaatan metode *hybrid* yang memungkinkan kegiatan tetap dapat menjangkau masyarakat Indonesia di berbagai wilayah Hokkaido tanpa mengurangi kesempatan untuk mengikuti proses pembelajaran secara langsung maupun daring. Kontribusi ketiga tampak pada pelaksanaan pendampingan secara berkelanjutan melalui program halaqah, kajian muamalah, dan pelatihan tahsin hingga akhir tahun 2026 sebagaimana direncanakan dalam program. Literatur mengenai *Islamic Education* menjelaskan bahwa pembinaan yang dilakukan secara berkesinambungan merupakan salah satu karakteristik pendidikan Islam yang berorientasi pada pembentukan karakter dan penguatan spiritual (Moslimany et al., 2024). Sementara itu, literatur *Digital Learning* menjelaskan bahwa penggunaan teknologi digital memungkinkan keberlanjutan pembelajaran dalam berbagai kondisi sosial dan geografis (Aghardien, 2022; Jamil et al., 2023; Moslimany et al., 2024). Oleh karena itu, kegiatan ini memperlihatkan bahwa penggabungan pendekatan pendidikan Islam dengan metode *hybrid* dapat diterapkan dalam praktik pengabdian kepada masyarakat internasional sesuai dengan karakteristik komunitas diaspora.

Implikasi praktis dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat dilihat dari penerapan model pembinaan spiritual yang dirancang berdasarkan kebutuhan mitra. Berdasarkan tabel kegiatan, materi kajian tidak disusun secara umum, tetapi didasarkan pada hasil *need assessment* yang menunjukkan bahwa masyarakat membutuhkan pemahaman mengenai doa sebagai sarana mengelola stres, kecemasan, dan tekanan hidup selama berada di negara perantauan. Kondisi tersebut menjadi dasar bagi tim pelaksana untuk mengembangkan materi mengenai hakikat doa, etika berdoa, hubungan antara doa dan ikhtiar, serta manfaat doa terhadap kesehatan mental. Bagi organisasi mitra, pendekatan tersebut dapat menjadi acuan dalam menyusun program pembinaan berikutnya sehingga materi yang diberikan tetap sesuai dengan kebutuhan anggota komunitas. Literatur mengenai *Islamic Education* menjelaskan bahwa penyusunan pembelajaran yang berorientasi pada kebutuhan peserta merupakan bagian dari pendidikan Islam yang holistik karena tidak hanya menyampaikan ilmu, tetapi juga membentuk karakter, spiritualitas, dan kesejahteraan peserta (Moslimany et al., 2024). Selain itu, Abbas et al., (2024) menjelaskan bahwa tradisi pendidikan

Islam berkembang melalui proses pembelajaran yang berlangsung secara berkesinambungan dan melibatkan interaksi aktif antara pendidik dan peserta.

Implikasi praktis lainnya berkaitan dengan pemanfaatan metode *hybrid* dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat. Berdasarkan tabel kegiatan, pelaksanaan dilakukan secara luring dan daring agar dapat menjangkau masyarakat Indonesia yang tersebar di wilayah Sapporo, Hokkaido, Jepang. Model tersebut memungkinkan peserta tetap mengikuti kegiatan meskipun memiliki keterbatasan waktu akibat aktivitas pekerjaan maupun pendidikan. Literatur mengenai digital learning menjelaskan bahwa pembelajaran berbasis digital memberikan fleksibilitas, memperluas akses terhadap materi, dan mendukung keberlanjutan proses pembelajaran apabila dipadukan dengan interaksi langsung antara fasilitator dan peserta (Aghardien, 2022). Jamil et al., (2023) juga menjelaskan bahwa penggunaan teknologi digital dalam pembelajaran mendukung proses belajar yang lebih adaptif terhadap kondisi peserta. Dalam kegiatan ini, penggunaan komunikasi digital terintegrasi serta pelaksanaan kajian secara *hybrid* menunjukkan bahwa teknologi dimanfaatkan sebagai sarana pendukung pembinaan masyarakat tanpa menggantikan interaksi tatap muka.

Keberlanjutan program merupakan salah satu aspek penting yang tercantum dalam tabel kegiatan. Berdasarkan dokumen pelaksanaan, keberlanjutan direncanakan melalui kegiatan halaqah, kajian muamalah, dan pelatihan tahsin Al-Qur'an hingga akhir tahun 2026. Literatur mengenai *islamic education* menjelaskan bahwa proses pembinaan spiritual memerlukan kesinambungan agar nilai-nilai yang telah diperoleh peserta dapat terus dipelihara melalui kegiatan pendidikan yang berulang dan terstruktur (Kabir et al., 2025; Moslimany et al., 2024). Dengan demikian, rencana keberlanjutan yang tercantum pada kegiatan ini memiliki kesesuaian dengan konsep pembinaan pendidikan Islam karena memberikan ruang bagi untuk terus mengikuti proses pembelajaran setelah kegiatan utama selesai dilaksanakan.

Hasil *need assessment* menunjukkan perlunya penguatan pemahaman mengenai doa sebagai sarana menghadapi tekanan kehidupan di negara perantauan, sedangkan hasil evaluasi memperlihatkan bahwa mayoritas peserta memahami hakikat doa, etika berdoa, hubungan antara doa dan ikhtiar, serta manfaat doa terhadap ketenangan jiwa sesuai dengan materi yang diberikan. Temuan tersebut memiliki kesesuaian dengan literatur mengenai *spiritual understanding* yang menjelaskan pentingnya spiritualitas bagi kesejahteraan individu (Arora, 2025; Carvour et al., 2025; Herda, 2023), *islamic education* yang menempatkan pembinaan spiritual sebagai bagian dari pendidikan Islam yang holistic (Abbas et al., 2024; Moslimany et al., 2024), serta *digital learning* yang menekankan pentingnya pemanfaatan teknologi untuk memperluas akses pembelajaran dan menjaga keberlanjutan proses pendidikan (Aghardien, 2022; Jamil et al., 2023).

4. Kesimpulan

Program pengabdian kepada masyarakat bertajuk Doa itu Bukan *Last Option*: Hakikat, Keutamaan, dan Kekuatan Doa telah dilaksanakan melalui kolaborasi antara Sekolah

Pascasarjana Universitas Ibn Khaldun Bogor dengan Pimpinan Ranting Istimewa Muhammadiyah (PRIM) Hokkaido sebagai mitra pelaksana. Berdasarkan data kegiatan, pelaksanaan program diawali dengan identifikasi kebutuhan masyarakat yang menunjukkan perlunya penguatan pemahaman mengenai doa sebagai sarana menghadapi tekanan kehidupan di negara perantauan. Temuan tersebut kemudian menjadi dasar penyusunan materi kajian yang membahas hakikat doa, etika berdoa, hubungan antara doa dan ikhtiar, serta manfaat doa terhadap ketenangan jiwa. Hasil evaluasi melalui kuesioner memperlihatkan bahwa mayoritas peserta memberikan jawaban yang sesuai dengan materi yang disampaikan, terutama mengenai pemahaman bahwa doa merupakan kebutuhan spiritual, pentingnya menggabungkan doa dengan ikhtiar, perlunya husnuzan dalam menunggu pengabulan doa, serta manfaat doa dalam membantu mengelola kondisi psikologis. Selain itu, kegiatan juga menunjukkan bahwa metode pelaksanaan secara hybrid memungkinkan proses pembinaan tetap berlangsung dengan melibatkan peserta yang berada di Sapporo. Berdasarkan keseluruhan data kegiatan, temuan utama program menunjukkan adanya keterkaitan antara hasil *need assessment*, pelaksanaan pendampingan kajian Islam, dan hasil evaluasi peserta yang menggambarkan tercapainya tujuan program sesuai dengan rancangan kegiatan.

Ucapan Terima Kasih

Tim pengabdian sekolah Pascasarjana UIKA Bogor mengucapkan terima kasih kepada komunitas diaspora Indonesia khususnya di Sapporo, Jepang. Terima kasih secara khususnya juga kepada Pimpinan Ranting Istimewa Muhammadiyah (PRIM) Hokkaido yang telah berkenan bekerja sama dan memayungi kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Daftar Pustaka

- Abbas, N., Rochmawan, A. E., & Astoko, D. B. (2024). The Role of Classical Islamic Educational Institutions before the Emergence of Madrasah. *JUSPI (Jurnal Sejarah Peradaban Islam)*, 8(1), 134. <https://doi.org/10.30829/juspi.v8i1.19895>
- Aghardien, N. (2022). Computers and care? How can ICT integration help to build supportive PLC in ITE? *Innovations In Online Teaching And Learning: Case Studies of Teacher Educators from South Africa during the COVID-19 Era*, 29–42. <https://doi.org/10.4102/aosis.2022.BK376.02>
- Al-Thani, H. (2025). Religion and spiritual well-being: a qualitative exploration of perspectives of higher education faculty in Qatar and its challenge to western well-being paradigms. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1549863>
- Arora, A. (2025). Spirituality, neurodiversity, and mental health: understanding unique spiritual expressions among neurodivergent populations. *Journal of Spirituality in Mental Health*. <https://doi.org/10.1080/19349637.2025.2548539>
- Carvour, H. M., Radke, A. K., & French, N. S. (2025). A review of the neuroscience of religion: an overview of the field, its limitations, and future interventions. *Frontiers in Neuroscience*,

19. <https://doi.org/10.3389/fnins.2025.1587794>
- Cucchi, A., & Qoronfleh, M. W. (2025). Cultural perspective on religion, spirituality and mental health. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1568861>
- Gherman, O., Turcu, C. E., & Turcu, C. O. (2021). An Approach To Adaptive Microlearning in Higher Education. *INTED2021 Proceedings*, 1, 7049–7056. <https://doi.org/10.21125/inted.2021.1405>
- Graça, L., & Brandão, T. (2024). Religious/Spiritual Coping, Emotion Regulation, Psychological Well-Being, and Life Satisfaction among University Students. *Journal of Psychology and Theology*, 52(3), 342–358. <https://doi.org/10.1177/00916471231223920>
- Heng, P. H., Hutabarat, F., & Lathiifah, S. (2021). Relationship Between Spiritual Well-Being and Quality of Life Among Students in Southeast-Asia Countries. *Proceedings of the International Conference on Economics, Business, Social, and Humanities (ICEBSH 2021)*, 570. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210805.172>
- Herda, J. (2023). the Neurocognitive Foundations of Prayer: a Critical Analysis. *Roczniki Filozoficzne*, 71(4), 25–42. <https://doi.org/10.18290/rf23714.2>
- Jamil, M. R. M., Hashim, A. T. M., Othman, M. S., Ahmad, A. M., Noh, N. M., & Kamal, M. F. M. (2023). Digital Pedagogy Policy in Technical and Vocational Education and Training (TVET) in Malaysia: Fuzzy Delphi Approach. *Journal of Technical Education and Training*, 15(2), 1–10. <https://doi.org/10.30880/jtet.2023.15.02.001>
- Jones, R. H. (2022). Secular Mysticism. *Religions*, 13(7). <https://doi.org/10.3390/rel13070650>
- Kabir, M., Kabir, M. R., & Islam, R. (2025). Islamic Lifestyle Applications: Meeting the Spiritual Needs of Modern Muslims. *International Journal of Human-Computer Interaction*. <https://doi.org/10.1080/10447318.2025.2595545>
- Lucchetti, G., Koenig, H. G., & Lucchetti, A. L. G. (2021). Spirituality, religiousness, and mental health: A review of the current scientific evidence. *World Journal of Clinical Cases*, 9(26), 7620–7631. <https://doi.org/10.12998/wjcc.v9.i26.7620>
- Maral, S., Bilmez, H., & Satıcı, S. A. (2024). Positive Childhood Experiences and Spiritual Well-Being: Psychological Flexibility and Meaning-Based Coping as Mediators in Turkish Sample. *Journal of Religion and Health*, 63(4), 2709–2726. <https://doi.org/10.1007/s10943-024-02079-4>
- Mardani, D., Maulani, H., Saleh, N., & Dabwan, M. N. (2025). The Relevance Of Islamic Education Theory In The 2nd Century Hijriyah In The Development Of Contemporary Education. *International Journal of Educational Resources*, 5(5).
- Martorella, T., & Bucchiarone, A. (2023). *Adaptive and Gamified Learning Paths with Polyglot and .NET Interactive*.
- Moslimany, R., Otaibi, A., & Shaikh, F. (2024). Designing a holistic curriculum: Challenges and opportunities in islamic education. *Journal on Islamic Studies*, 1(1), 52–73. <https://doi.org/10.35335/beztg009>
- Narayan, H. L., & V. T., S. (2021). Literature Review on Benefits, Opportunities, Challenges,

Prospects of Online Teaching in Higher Education. *International Journal of Applied Engineering and Management Letters*, 232–245.
<https://doi.org/10.47992/ijaeml.2581.7000.0115>

Trivedi, H. P. (2025). A Comparative Model of Mysticism: Cognitive Neuroscience, Phenomenal Experiences, and Noetic Accounts. *Archive for the Psychology of Religion*, 47(2), 133–156. <https://doi.org/10.1177/00846724241265870>