1. Siapkan 5 kalimat reflektif yang maknanya tentang

* -Keimanan keyakinan kepada Allah
* -Keinsyafan atau pertaubatan
* -Kesyukuran
* -Istiqomah
* -Sabar
* -Doa dll
* -Kalimat boleh kata-kata mutiara atau puisi reflektif
1. Meyakinkan diri bahwa Allah adalah maha dari segala maha, harus meyakini bahwa Allah selalu memperhatikan kita
2. Dalam segala situasi kita harus yakin bahwa Allah maha benar dan yakin bahwaa Allah sepenuhnya tempat kembali
3. Selalu berfikir positif atau khusnuzhin disetiap momen sehari-hari hal tersebut akan membuat hati kita tenang dan sejuk
4. Dalam setiap momen kita harus emncoba berpegang teguh pendirian contohnya dalam hal pekerjaan, kita harus istiqomah dan bertanggung jawab dengan pekerjaan yang kita emban
5. Sabar itu memang harus dipelajari, karena dari sabar itulah kita bisa mendapatkan sesuatu yang kita harapkan atau situasi yang lebih baik

2. Susunlah rencana untuk memperbaiki diri, apa saja yang akan di lakukan?

 Setiap hari saya harap selalu ada momen untuk memperbaiki diri, ada beberapa poin rencana saya untuk mempebaiki diri diantaranya dalam segi sholat, terkadang dari 5 waktu sholat ada 1 atau 2 sholat yang tidak terlaksana atau sholat tidak tepat waktu. Oleh karena itu saya sedang belajar ketika adzan berkumandang saya langsung bergegas untuk sholat. Dalam segi sikap saya juga sangat ingin diperbaiki seperti saya mudah stress, emosi, cepat merasa tersinggung dan terlalu khawatir akan sesuatu hal, saya pikir rasa cemas berlebihan yang saya alami karena saya jauh dari Allah SWT, ketika rasa cemas itu datang saya langsung berwudhu dan menenagkan diri serta mawas diri akan perilaku saya pada hari itu. Saya selalu berharap dan berdoa agar Allah selalu mengingatkan saya disetiap hal dengan cara apapun agar saya tidak pergi semakin jauh.

3. Buatlah daftar mimpi yang ingin dicapai dan bagaimana cara mencapainya, termasuk bagaimana cara mendekatkan diri pada Allah agar mimpi tercapai..

 Mimpi yang saya ingin capai sekarang adalah saya ingin menjadi diri saya sendiri seperti dulu, walau mungkin itu tidak akan bisa kembali sama seperti semula, saya harap kedepannya saya menjadi manusia yang lebih baik, yang selalu takut dan ingat Allah dari.apapun yang saya lakukan, saya bermimpi juga mengenai cita-cita saya untuk membanggakan orang tua. insyaAllah saya berusaha semaksimal mungkin untuk mewujudkan hal tersebut dengan cara saya rajin belajar, membaca informasi penting dan selalu meminta doa restu orang tua disetiap kegiatan yang saya lakukan. Cara saya mendekatkan diri kepada Allah yaitu selalu ingat didalam hati, diyakini didalam hati bahwa Allah selalu melihat kita disetiap perilaku kita, jadi seharusnya kita bisa mengontrol perilaku yang kita lakukan, agar selalu ingat kepada Nya kita bisa berwudhl, sholat dan memohon ampun dengan tulus kepada Allah.

4.Peserta melaksanakan sola tlail pada pukul 03.00