

**DZIKIR ISTIGHFAR DALAM UPAYA MENGATASI
BURNOUT PADA TERAPIS ANAK BERKEBUTUHAN
KHUSUS
(Studi Analisis di Yayasan Lentera Hati Boarding School
Ploso Kudus)**



SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
Dalam Bidang Tasawuf dan Psikoterapi (TP)**

Oleh:

BUNGA MAHDA ROSA
NIM. 1630310020

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS USHULUDDIN
PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAAPI
TAHUN 2023**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS USHULUDDIN

Jl. Conge Ngembalrejo Kotak Pos 51 Kudus 59322 Telepon (0291)
438818 Faksimile 441613

Email : ushuluddin@iainkudus.ac.id ; Website : www.iainkudus.ac.id

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa Skripsi saudara/i:

Nama : **Bunga Mahda Rosa**
NIM : **1630310020**
Fakultas : **Ushuluddin**
Program Studi : **Tasawuf dan Psikoterapi**
Judul skripsi : **Dzikir Istighfar Dalam Upaya Mengatasi Burnout Pada Terapis Anak Berkebutuhan Khusus (Studi Analisis di Yayasan Lentera Hati Boarding School Ploso Kudus)**

Benar-benar telah melalui proses pembimbingan dengan pembimbing sejak **6 April 2023** sampai dengan **16 Juli 2023** dan disetujui untuk dapat dilanjutkan ke proses munaqosyah.

Kudus, 18 Juli 2023

Pembimbing,

Salmah Fa'atin, M.Ag

NIP.198001082015032002



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
 FAKULTAS USHULUDDIN**

Jalan Conge Ngembalrejo Kotak Pos 51 Telepon (0291) 432677, 438818
 Faksimile 441613 Kode Pos 59322 Kudus

Email: ushuluddin@iain.kudus.ac.id; website : www.iainkudus.ac.id

PENGESAHAN MUNAQOSYAH

Yang bertandatangan di bawah ini menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama/ NIM : Bunga Mahda Rosa / 1630310020
Fakultas : Ushuluddin
Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi (TP)
Judul : Dzikir Istighfar dalam Upaya Mengatasi Burnout pada Terapis Anak Berkebutuhan Khusus (Studi Analisis di Yayasan Lentera Hati Boarding School Ploso Kudus)

telah diujikan pada, **18 Juli 2023** dan dinyatakan **LULUS** dalam Ujian Majelis Munaqosyah Skripsi, sehingga dapat dilakukan Yudisium Sarjana.

NAMA	TANGGAL	TANDA TANGAN
<u>Dr. Abdul Karim, S.S., M.A.</u> NIP. 197601282011011001 Penguji I/Ketua Sidang	18-7-2023	
<u>Ulfah Rahmawati, M.Pd.I.</u> NIP. 198509272015032002 Penguji II/Utama	19-7-2023	
<u>Aziizatul Khusniyah, M.Hum.</u> NIP. 199205222022032003 Penguji III/Sekretaris Sidang		
<u>Salmah Fa'atin, M.Ag.</u> NIP. 198001082015032002 Dosen Pembimbing		
<u>Dr. H. Ahmad Atabik, Lc., M.S.I.</u> NIP. 197802252009121001 Dekan Fakultas Ushuluddin		



PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan Penuh kejujuran dan tanggung jawab, saya Bunga Mahda Rosa dengan Nomor Induk Mahasiswa 1630310020 menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini:

1. Seluruh nya merupakan karya saya sendiri dan belum pernah diterbitkan dalam bentuk dan untuk keperluan apapun; dan
2. Tidak berisi material yang pernah ditulis orang lain kecuali informasi yang terdapat dalam referensi yang di jadikan rujukan dalam penulisan skripsi ini.

Saya bersedia menerima sanksi apabila di kemudian hari ditemukan ketidakbenaran pernyataan saya ini, yang dikarenakan faktor kesengajaan dan bukan atas ketidaktahuan saya

Kudus, 20 Juli 2023

Yang Menyatakan,

Penulis,



Bunga Mahda Rosa

NIM. 1630310020

MOTTO

*“Hidup ini indah jangan kau hilangkan keindahannya
dengan ketidakmampuanmu mensyukurinya.”*

-Ustadzah Halimah Alaydrus

*“Tidak ada kesuksesan tanpa kerja keras, tidak ada
keberhasilan tanpa kebersamaan, tidak ada kemudahan
tanpa doa.”*

-Ridwal Kamil



PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, dengan selalu mengharap hidayah Allah SWT, hanya kepada-Nyalah kami memohon pertolongan. Tidak akan usai skripsi ini tanpa adanya pertolongan dari dzat Yang Maha Menolong bagi siapapun yang memohon pertolongan. Sebuah karya kecil ini penulis persembahkan untuk:

1. Untuk Allah SWT yang telah memberikan pertolongan dan kemudahan bagi penulis dalam upaya penyusunan skripsi ini.
2. Untuk Nabi Muhammad SAW sebagai panutan umat, semoga kelak kita diberikan syafaatnya
3. Kedua orang tua penulis, yaitu ibu dan bapak yang selama di dalam hidup saya selalu merasa bersyukur dalam memiliki keduanya. Mereka selalu menerima saya dalam keadaan apapun, dan yang selalu memberikan kehangatan di rumah.
4. Kepada Seluruh keluarga tasawuf dan psikoterapi, terutama pada angkatan 2016, yang selalu memberikan semangat untuk saya, dan selalu memberikan warna. Banyak cita-cita yang harus di capai, banyak harapan yang harus diwujudkan, meski sudah tidak bersama lagi, semoga kalian selalu diberikan kesehatan dan keselamatan di keadaan apapun.
5. Terimakasih saya persembahkan saudara-saudara yang selalu mendoakan supaya cepat lulus, dan dapat menumbuhkan semangat bagi saya dalam proses penyusunan skripsi. terimakasih untuk se,mua doa kalian semoga selalu diberikan keberkahan dari Allah.
6. Dan untuk pihak-pihak yang ikut serta membantu saya dalam kesulitan saya menyelesaikan tulisan ini. Semoga kebaikan kalian dibalas sama Allah SWT

Terakhir saya mengucapkan terimakasih, semoga tulisan ini dapat menjadikan manfaat bagi pembaca, dan dapat menjadi banding akan kajian ilmu sesuai tema yang penulis angkat.

PEDOMAN TRANSLITERASI

Berdasarkan SKB Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan
Kebudayaan RI

Nomor 0543 b/U/1987 tertanggal 22 Januari 1988

A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	-	Tidak dilambangkan
ب	Ba'	b	-
ت	Ta'	t	-
ث	Sa	s	S dengan titik di atas
ج	Jim	Ja	-
ح	Ha'	h	h dengan titik di bawah
خ	Kha'	kh	-
د	Dal	d	-
ذ	Zal	z	z dengan titik di atas
ر	Ra'	r	-
ز	Za'	z	-
س	Sin	s	-
ش	Syin	sy	-
ص	Sad	s	s dengan titik di bawah
ض	Dad	d	d dengan titik di bawah
ط	T	t	t dengan titik di bawah

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ظ	Za'	z	z dengan titik di bawah
ع	'Ain	'	Koma terbalik (apostrof tunggal)
غ	Gain	g	-
ف	Fa'	f	-
ق	Qof	q	-
ك	Kaf	k	-
ل	Lam	l	-
م	Mim	m	-
ن	Nun	n	-
و	Waw	w	-
ه	Ha'	h	-
ء	Hamzah	,	Apostrof lurus miring (tidak untuk awal kata)
ي	Ya'	y	-
ة	Ta' Marbutah	h	Dibaca <i>ah</i> ketika mawquf
...ة	Ta' Marbutah	t/h	Dibaca <i>ah/at</i> ketika mauquf

B. Vokal Pendek

Arab	Latin	Keterangan	Contoh
-	A	Bunyi fathah pendek	اقل

Arab	Latin	Keterangan	Contoh
-	I	Bunyi kasrah pendek	سلم
-	U	Bunyi dammah pendek	احد

C. Vokal Panjang

Arab	Latin	Keterangan	Contoh
ا	Â	Bunyi fathah panjang	كان
ي / ي	Î	Bunyi kasrah panjang	بني
و	Û	Bunyi dammah panjang	كونو

D. Diftong

Arab	Latin	Keterangan	Contoh
و	Aw	Bunyi fathah diikuti waw	موز
ي	Ai	Bunyi fathah diikuti ya	كيد

E. Pembauran kata sandang tertentu

Arab	Latin	Keterangan	Contoh
الق	al-Qa	Bunyi <i>al</i> <i>Qomariyyah</i>	القمر
الش	Sy-Sya	Bunyi <i>al</i> <i>syamsiyyah</i> dengan / (el) diganti huruf berikutnya	الشمسية

Arab	Latin	Keterangan	Contoh
والم / والت	Wal - Mu / wat-Ta	Bunyi <i>al-</i> <i>Qomariyyah</i> / al syamsiyyah diawali huruf hidup, maka tidak terbaca mandiri	والمعاملة والتربية



KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Segala puji bagi Allah SWT yang Maha menguasai seluruh alam atas segala limpahan rahmat, taufiq, inayah dan hidayah-Nya. Shalawat serta salam semoga tercurahkan kepada Rasulullah SAW sebagai suri tauladan yang baik sehingga pada kesempatan ini penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “ (Dzikir Istighfar Dalam Upaya Mengatasi Burnout pada Terapis Anak Berkebutuhan Khusus Studi Analisis di Yayasan Lentera Hati Boarding School Ploso Kudus)”. Skripsi ini disusun guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana strata 1 di IAIN Kudus. Semoga karya ini bermanfaat bagi peneliti dan para pembaca lainnya.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, dukungan dan saran dari berbagai pihak, sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof.Dr.H. Abdurrohman Kasdi, Lc., M.Si selaku Rektor IAIN Kudus yang telah merestui pembahasan skripsi ini.
2. Bapak Dr. H. Ahmad Atabik, Lc., M.S.I., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin IAIN Kudus.
3. Salmah Fa'atin.M.Ag, selaku Ketua Program Studi Tasawuf Psikoterapi, dan sebagai dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan fikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Para Dosen dan seluruh staf pengajar di lingkungan IAIN Kudus yang telah memberikan motivasi belajar dalam penyelesaian studi.
5. Untuk Ibu Mieke Yostania selaku kepala Yayasan Lentera Hati Kudus yang sudah mengizinkan penulis melakukan penelitian dan dijadikan salah satu narasumber dalam menyelesaikan skripsi ini.

Dalam hal ini, penulis sangat menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca guna perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini. Diharapkan tulisan ini dapat menjadi manfaat untuk semua pihak.

Kudus, 18 Juli 2023

Penulis,



Bunga Mahda Rosa

NIM. 1630310020

