

## ABSTRAK

### **Bunga Mahda Rosa, 1630310020, Dzikir Istighfar Dalam Upaya Mengatasi Burnout Terapis Anak Berkebutuhan Khusus di Yayasan Lentera Hati Boarding School.**

Burnout adalah suatu kelelahan emosional yang disebabkan oleh tingginya tuntutan pekerjaan, yang sering dialami individu yang bekerja pada situasi diman ia harus melayani kebutuhan orang banyak. Burnout biasanya terjadi pada pekerja sosial yang mana pekerja merasakan usaha maksimal tapi dengan hasil yang minimal, burnout dapat diatasi dengan dzikir keagamaan yaitu dengan dzikir istighfar sebagaimana diterapkan oleh terapis di Yayasan Lentera Hati school Kudus.

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran yang jelas mengenai penanganan burnout dengan menggunakan dzikir istighfar. Penelitian ini merumuskan masalah sebagai berikut. 1) Bagaimana kondisi psikologis terapis anak berkebutuhan khusus di Yayasan Lentera hati Boarding School Kudus?, 2) Bagaimana upaya mengatasi burnout pada terapis anak berkebutuhan khusus melalui dzikir iatighfar?. Sedangkan penelitian ini menggunakan metode penelitian dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Adapun pengumpulan data yang dilakukan dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Serta subyek yang diambil dalam penelitian ini ada 3 Terapis ABK. Sedangkan objek yang diamati adalah penerapan dzikir istighfar dalam mengatasi burnout.

Melalui wawancara dan observasi diketahui bahwa penerapan istighfar dalam mengatasi burnout pada terapis anak berkebutuhan khusus memang sangat berpengaruh. Dengan istighfar hati seorang terapis menjadi tenang sehingga dapat meregulasi emosi yang ditimbulkan dari burnout tersebut, maka dari itu pelaksanaan terapi yang dilakukan oleh terapis dengan hati yang tenang dan gembira menjadi penyebab utama dari keberhasilan terapi, sehingga proses pembentukan perkembangan tumbuh kembang anak berkebutuhan khusus menjadi dapat terwujud dengan baik.

**Kata Kunci:** *Dzikir, Istighfar, Terapis, Burnout, Anak Berkebutuhan Khusus.*