

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Dzikir

a. Pengertian Dzikir

Secara etimologi, Dzikir berasal dari kata “dzakara”, yang berarti menyebut, mensucikan, menggabungkan, menjaga, mengerti, mempelajari, memberi, dan nasehat. Oleh karena itu dzikir berarti mensucikan dan mengagungkan, juga dapat diartikan menyebut dan mengucapkan nama Allah atau menjaga dalam ingatan (mengingat).¹ Mengingat dalam kehidupan manusia, kata ingat ini sangat penting karena salah satu fungsi pikiran yang jernih berdasarkan ilmu pengetahuan.² Sedangkan menurut terminologis dzikir merupakan suatu usaha manusia dalam mendekatkan diri kepada Allah dengan cara mengingat Allah dan mengingat ke-Agungan-Nya. Adapun wujud dalam upaya mengingat Allah dengan cara memuji-Nya, membaca firman-Nya, menuntut ilmu-Nya dan memohon kepada-Nya.³

Menurut Ibnu Attailah Assakandari, Dzikir adalah menjauhkan diri dari kelalaian dengan senantiasa menghadirkan hati bersama dengan Allah. Seiring dengan itu, ‘Abd al-Mu’nim Hifni melihat dzikir sebagai upaya keluar dari kondisi “lalai” menunjukkan keadaan Musyahadah, disertai perasaan takut kepada-Nya (khauf) dan cinta yang mendalam dengan ungkapan-ungkapan yang dilakukan secara berulang-ulang. Hasan Syarqawi mendefinisikan dzikir sebagai upaya

¹ Umar Latif, “Dzikir dan Upaya Pemenuhan Mental-Spiritual Dalam Perspektif Al-Qur’an,” *Bimbingan dan Konseling Islam*, 5, No.1 (Juni 2022): 31.

² M. Afif Anshori, *Dzikir Demi Kedamaian Jiwa* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), 16.

³ Al-Islam, *Muamalah dan Akhlak* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1987), 187.

menghadirkan Allah ke dalam hati atau qalbu yang disertai dengan perenungan.⁴

Sedangkan, menurut Ibn Katsir dzikir adalah mengingat dengan perbuatan baik dan selalu bersyukur atas nikmat yang Allah berikan, yang dimana Allah akan menambah selalu rahmat dan nikmat-Nya kepada makhluknya. Di dalam tafsir al-Qurtuby juga menerangkan dzikir itu sebagai pengingat kepada Allah dengan melaksanakan apa yang diperintahkan dan menjauhi apa yang dilarang, maka dari itu segala perintah ketaatan kepada Allah juga termasuk dzikir.⁵

Bastaman juga menjelaskan bahwa dzikir merupakan suatu amalan dalam mengingat Allah dan keagungan-Nya, yang meliputi hampir segala bentuk ibadah dan amalan tersebut seperti *tasbih*, *tahmid*, shalat, membaca al-qur'an, berdoa, dan melakukan perbuatan baik dan menghindarkan diri dari kejelekan.⁶

Dzikir juga merupakan upaya mengembalikan kesadaran seseorang yang hilang, sebab adanya aspek aspek dalam dzikir yang dapat mendorong seseorang untuk mengingat dan menyebut kembali hal-hal yang tersembunyi dalam dirinya. Disaat seseorang melakukan dzikir juga dapat mengingatkan bahwasanya di dunia ini segala sesuatu telah diatur oleh Allah dan tidak ada kekuatan di dunia ini kecuali kekuatan dari Allah. Orang-orang yang melakukan dzikir dengan ikhlas semata-mata karena Allah dapat memberikan ketenangan bagi jiwanya dan juga dapat menjalani kehidupan yang baik.⁷

⁴ Abu Bakar Atjeh, *Pengantar Ilmu Tarekat: Uraian Tentang Mistik* (Solo: Ramadhani, 1996), 276.

⁵ Muhammad Anas Ma'arif dan Muhammad Husnur Rofiq, "Dzikir dan Fikir Sebagai Konsep Pendidikan Karakter: Telaah Pemikiran K.H Munawwar Kholil Al-Jawi'," *Jurnal Tadrib : Institut Pesantren K.H Abdul Chalim Mojokerto*, 5. No.1 (2019): 7.

⁶ Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi Dengan Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), 158.

⁷ Emilia Mustary, "Terapi Relaksasi Dzikir Untuk Mengurangi Depresi," *Indonesian Journal of Islamic Counseling*, 3 No.1 (2021): 4.

Berdzikir dapat memberikan ketenangan bagi jiwa, dijelaskan sebagaimana dalam firman Allah QS. Al-Ra'd ayat 28:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ

الْقُلُوبُ

Artinya: Orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenang dengan mengingat Allah, ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenang.⁸

Dari pengertian dzikir yang telah dipaparkan diatas, peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa dzikir yang dimaksud dalam penelitian ini adalah usaha mengingat dan mendekatkan diri kepada Allah, memujinya dengan ungkapan-ungkapan yang diucapkan secara berulang-ulang dengan perenungan dan melakukan segala bentuk ibadah dan amalan dalam upaya memperoleh kesadaran diri, dan ketentraman jiwa.

b. Bentuk-bentuk dzikir

Dzikir yang dimaksud disini adalah mengagungkan Allah, mensucikan-Nya, menyebut asma-Nya, dan lain sebagainya. Adapun disini bentuk bentuk melakukan dzikir adalah sebagai berikut:

1) Dzikru bil lisan

Dzikru bil lisan adalah sebuah bentuk dzikir yang realisasi pelaksanaannya dilakukan dengan cara melafadzkan kalimat-kalimat tauhid, seperti tahlil, tahmid, tasbih dan lain-lain. Dzikir dengan lisan berarti menyebut Allah dengan berhuruf dan bersuara. Dzikir dengan pola ini dapat dilakukan di saat-saat tertentu dan tempat tertentu. Imam Fakhrurozi mengatakan bahwa yang dimaksudkan dalam dzikir lisan adalah mengucapkan kalimat suci dengan lidah seperti

⁸ Latif, "Dzikir dan Upaya Pemenuhan Mental-Spiritual Dalam Perspektif Al-Qur'an," 36.

mengucap tasbih Subhanallah, alhamdulillah, la ilaha illallah, Allahuakbar.⁹

Bentuk-bentuk dzikir bil lisan yaitu, dzikir tahlil (*La ilaha illallah*), dzikir tasbih (*Subhanallah, wal hamdulillah, wala ilaha illallah wallahu akbar*), dzikir sholawat, dzikir dalam bentuk do'a, dzikir dalam kalimat hauqolah (*La quwwata illa billaah*), dzikir dengan kalimat basmallah, dzikir dalam bentuk istighfar, dzikir dengan kalimat takbir, dzikir dengan bacaan tahmid atau hamdalah, dzikir dalam bentuk kalimat hasbalah (*Hasbunallahu wani'malwakil*), dzikir dengan ismul a'zom atau mendzikirkan asmaul husna.¹⁰

2) Dzikru bil Qolb

Dzikru bil qolb adalah bentuk dzikir yang dilaksanakan dengan media bertafakkur, merenungkan tanda-tanda kebesaran Allah dan rahasia-rahasia Allah yang tersirat melalui ciptaan-Nya, dzikir ini berarti mengingat atau menyebut Allah dalam hati, tidak berhuruf dan tidak bersuara, seperti tafakkur mengingat Allah, merenungi rahasia ciptaanNya secara mendalam serta merenungi sifat dan zat Allah Yang Maha Mulia.¹¹

Sedangkan bentuk dzikir bi qolbi ini yaitu, dzikir hati dengan taubat, roja' atau menggantungkan harapan hanya kepada Allah, insyaf atau sadar akan kelemahan dan kekurangan diri sendiri, dan khauf yaitu selalu merasa takut akan siksa atau adzab sebagai sanksi yang diberikan kepada orang-orang yang melanggar perintah-Nya.¹²

⁹ Muniruddin, "Bentuk Dzikir dan Fungsinya Dalam Kehidupan Seorang Muslim," *Jurnal Pengembangan Masyarakat*, V, No.5 (2018): 2.

¹⁰ Muniruddin, 3-15.

¹¹ Muniruddin, 2.

¹² Muniruddin, 15.

3) Dzikru bil Jawarih

Dzikru bil Jawarih adalah bentuk dzikir yang dilakukan dengan cara mengerahkan segala kekuatan dan kemampuan yang terdapat dalam jasmani sebagai manifestasi dari bentuk menaati seluruh perintah dari Allah dan berusaha dalam menjauhi larangan-Nya.¹³

Bentuk dzikir dengan jawarih ialah merealisasikan anggota tubuh dengan aktivitas yang mengandung produktifitas, yaitu tertera dalam ketaatan tujuh anggota jawarih, yaitu dzikir mata dengan dengan menangis, dzikir telinga dengan mendengarkan yang baik-baik, dzikir lidah dengan melantunkan pujian-pujian kepada Allah, dzikir tangan dengan bersedekah, dzikir badan dengan cara menunaikan kewajiban dari Allah, dzikir hati dengan adanya rasa takut dan berharap kepada Allah, dzikir roh dengan penyerahan diri kepada Allah dan rela.¹⁴

c. Manfaat dzikir

Dalam upaya meningkatkan diri kepada Allah, dzikir mempunyai peranan yang sangat penting, karena dzikir mengandung banyak manfaat dalam kehidupan manusia. Maka dari itu, seorang yang dzikirnya kuat kepada Allah maka akan merasakan manfaatnya. Menurut Ibnu Attha'illah As-Sakandari dalam karyanya *Miftah Al-Falah wa Misbah Al-Arwah*, menuturkan manfaat dzikir yaitu, Dzikir memberikan kebahagiaan dan ketenangan jiwa, Dzikir dapat mengusir, menangkal, dan meremukkan setan, Dzikir mendapatkan ridha Ar-Rahman (Allah), Dzikir dapat menghilangkan kerisauan dan kegelisahan yang juga memberikan kegembiraan dan kesenangan, Dzikir dapat mengusir segala keburukan, Dzikir membuat kuat jiwa dan raga, Dzikir membetulkan hal yang tersembunyi dan yang kelihatan, Dzikir menjadikan hati dan wajah bersinar, Dzikir memudahkan datangnya rezeki, Dzikir

¹³ Muniruddin, 2.

¹⁴ Muniruddin, 15–16.

memunculkan sikap muraqabah (merasa diawasi Allah) sehingga dapat memberikan pada kondisi ikhsan, Dzikir menambah penghormatan dan sikap rasa takut kepada Allah, Dzikir menjadikan penerang pikiran dan datangnya petunjuk dari Allah, Dzikir dapat menghapus dosa dan kesalahan seorang hamba.¹⁵

2. Istighfar

a. Pengertian Istighfar

Istighfar sebagai permohonan ampun kepada Allah. Ibnu Taimiyah, menjelaskan istighfar artinya perlindungan dari Allah atas segala kesalahan dan dosa.¹⁶

Secara etimologi (bahasa) istighfar berasal dari bahasa Arab *ghafara-yaghfiru-ghufrān* yang berarti *malibus yasunahu ani al-danasi* (pakaian yang bersih dari kotoran). Adapun kata yang semakna dengan *ghufrān* adalah *maghfirah* yang artinya penutupan atau pengampunan dari Allah terhadap kejahatan yang dilakukan oleh manusia. Kata *ghafara* jika ditambahkan tiga huruf *alif, sin, dan ta'* menjadi *istaghfara-yastaghfiru-istighfaran*. Penambahan tersebut mengandung makna *talabu al-maghfirah* yang artinya meminta ampunan.¹⁷

Sedangkan secara terminologi (istilah) istighfar artinya memohon ampun. Menurut Al-Raghib Al-Asfahani, kata istighfar adalah meminta ampunan dengan ucapan dan perbuatan, karena apabila istighfar hanya sekedar ucapan tanpa diiringi dengan perbuatan yang baik maka termasuk pekerjaan pendusta.¹⁸

Dengan begitu, istighfar merupakan suatu perkataan istimewa yang dianugerahkan oleh Allah kepada hambanya supaya berada dijalan yang benar dan

¹⁵ Mohammad Amin Syukur, *Sufi Healing: Terapi Dengan Metode Tasawuf* (Semarang: Erlangga, 2012), 75.

¹⁶ Roisatunnisa dan Devia Purwaningrum, "Pengaruh Terapi Sayyidul Istighfar Terhadap Ketenangan Jiwa," 43.

¹⁷ AL-Raghib al-Asfahani, *Mufradat Alfaz al-Qur'an* (Beirut: Dar al-Fikr, 2002), 374.

¹⁸ AL-Raghib al-Asfahani, 470.

kembali kepada-Nya. Istighfar juga dapat mendatangkan kebaikan dan menghindari kejahatan di dunia maupun di akhirat.¹⁹ Memohonkan ampunan kepada Allah sangatlah penting bagi manusia, karena telah diperintahkan dalam Al-Qur'an agar senantiasa manusia meminta ampunan, diterangkan dalam QS. Az-Zumar ayat 53:

﴿ قُلْ يَٰعِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ ۝

اللَّهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا ۚ إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ ﴿٥٣﴾

Artinya: “Katakanlah : “Hai hamba-hambaKu yang melampui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah SWT. Sesungguhnya Allah SWT mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya dialah Yang Maha Pengampun, lagi Maha Penyayang”. (QS. Az-Zumar : 53)²⁰

Dengan mengucapkan kalimat istighfar “*Astagfirullah*” berarti memohon kepada Allah untuk membuang catatan amal yang tidak baik dan memohon digantikan dengan lembaran baru yang putih. Pengertian istighfar ini, para ulama menasihatkan agar kita tidak merasa diri lebih baik dibandingkan orang lain. Bahkan orang yang berbuat dosa pun kita dilarang, siapa tau dia bertaubat dan allah menerima taubatnya sehingga seperti orang yang tidak pernah punya kesalahan karena telah dibuang catatan kesalahannya serta dibuka lembaran baru.²¹

¹⁹ Abdul Hadi, *Keutamaan istighfar dalam kitab al-Azkar al-Nawawiyah*, t.t., 15–16.

²⁰ Universitas Islam Indonesia, *Al-Qur'an Dan Tafsirnya*, Jilid VIII, t.t., 490.

²¹ M. Syahar Ma'arif, “Keutamaan Istighfar: Kandungan Makna Istighfar Terhadap Hadist Riwayat Ibnu Majah,” *Jurnal Al-Adabiya*, 14, No.2 (2019): 254.

Dengan demikian, istighfar bisa disimpulkan sebagai ungkapan mengakui segala kesalahan yang telah dilakukan kepada Allah, karena menyesal akan hal tersebut, dan keinginan untuk tidak mengulanginya, serta mengiringi dengan perbuatan yang baik dan tetap yakin akan luasnya ampunan Allah Yang Maha Pengampun.

b. Syarat-syarat Istighfar

Istighfar yang diterima oleh Allah adalah istighfar yang ikhlas dan memenuhi syarat-syaratnya, Menurut Yusuf al-Qardawi, syarat-syaratnya adalah sebagai berikut, antara lain:

- 1) Niat yang benar dan ikhlas semata ditunjukkan kepada Allah SWT. Karena Allah tidak menerima amalan dari hamba-Nya kecuali jika dilakukan dengan ikhlas.
- 2) Hati dan lidah yang secara bersamaan melakukan istighfar. Sehingga tidak hanya diucapkan di lidah “aku beristighfar kepada Allah SWT, sementara hatinya ingin terus melakukan maksiat. Ibnu Abbas r.a mengatakan, “Orang-orang yang beristighfar kepada Allah dari suatu dosa sementara ia masih terus menjalankan dosa itu maka ia seperti orang yang sedang mengejek Rabbnya”.²²
- 3) Dalam keadaan suci lahir dan batin, karena ini merupakan kondisi yang paling baik. Maksud suci secara lahir adalah mensucikan dari hal yang dapat dilihat oleh mata seperti air kencing, nanah, dan sejenisnya. Mensucikannya dapat dilakukan dengan mandi, wudhu, dan tayamum. Sedangkan suci secara batin ialah mensucikan dari hal-hal yang tidak tampak oleh mata melainkan dengan mata batin, seperti dosa, maksiat, was-was, suudzan, dan sebagainya. Cara mensucikannya tidak cukup

²² Yusuf al-Qardawi, *Taubat, (al-Taubah ila Allah), terj. Abdul Hayyie al Kattani*, Cet. 1 (Kairo: Maktabah Wahbah, 1998).

dengan air, melainkan harus dengan istighfar (memohon ampunan kepada Allah).²³

- 4) Takut dan berharap (al-Khauf wa al-Raja') kepada Allah. Takut dan harapan merupakan salah satu kunci yang harus dihadirkan ketika ingin melakuakn istighfar. Sifat al-khauf harus ditanamkan dalam hati, sehingga orang akan merasa takut akan adzab-Nya. Rasa takut yang ada dalam diri manusia akan membentuk motivasi yang kuat sehingga mereka takut untuk melanggar ketetapan Allah. Adapun rasa takut dibedakan menjadi tiga, yaitu rasa takut yang disebabkan ketakutan akan murka Allah, rasa takut yang disebabkan keyakinan akan perjumpaan dengan Allah, dan rasa takut yang disebabkan karena keimanan kepada Allah SWT.²⁴
- 5) Beristighfar pada waktu yang utama. Waktu yang utama sepertiga malam, karena di waktu tersebut terdapat kemuliaan berupa allah menurunkan ampunan ke langit dunia sehingga, allah akan menerima dan mengampuninya.

c. Bentuk-bentuk istighfar

Dalam beristighfar kita perlu mengetahui beberapa bentuk istighfar, yaitu sebagai berikut

- 1) "*Astaghfirullah*" berarti "aku memohon ampun kepada Allah"
- 2) "*Astaghfirullahaladzim*" berarti "aku memohon ampun pada Allah yang Maha Agung"
- 3) "*Astaghfirullahaladzim wa atubu ilaih*" berarti "aku memohon ampun pada Allah Yang Maha Agung dan bertaubat kepada-Nya"
- 4) "*Astaghfirullahaladzim min kuli danbin wa atubu ilaih*" berarti "aku memohon ampun kepada Allah

²³ Rahmad Ramadhan, *Strategi Melupakan Iblis* (Yogyakarta: Diva Press, 2016), 340–41.

²⁴ Muhammad Afif Bahar, *Akhlaq Tasawuf*, Cet.1 (Serang: A-Empat, 2015), 137.

Yang Maha Agung dari segala dosa dan bertaubat kepada-Nya”.

- 5) “*Astagfirullahilladzi la ilaha illa huwal hayyul qaiyyumu wa atubu ilaih*” berarti “aku memohon ampun kepada Allah yang Maha Agung yang tiada tuhan selain Dia Yang Maha Hidup dan Maha Berdiri Sendiri dan aku bertaubat kepada-Nya.
- 6) “*Rabbighfiri watub alaiyya innaka antattawwaburrahim*” berarti “ya Allah ampunilah aku dan terimalah taubatku, sesungguhnya engkau tuhan Yang Maha Penerima Taubat lagi Maha Penyayang”.

Ali Amrin al-Qurawy berkata bahwa dari adanya bentuk-bentuk istighfar tersebut, seorang hamba dapat memilih salah satunya untuk dibaca atau diamalkan dalam kehidupan sehari-hari sebagai bentuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Dengan memohonkan ampun atas segala dosa yang telah dilakukan, istighfar bisa dibaca ketika selesai sholat ataupun diluar sholat, seperti ketika sedang beraktivitas. Semakin banyak istighfar dilantunkan, maka Allah semakin mencintai hamba-hamba-Nya.²⁵

d. Manfaat Istighfar

Beristighfar dengan meminta pengampunan dari Allah, mempunyai manfaat yang sangat banyak dalam proses kehidupan. Ibnu Al-Qayyim mengatakan bahwa memohon ampun memiliki pengaruh yang luar biasa untuk menghilangkan penderitaan, ketakutan, kesedihan, kesulitan, dan penyakit hati.²⁶

Istighfar diucapkan dengan ikhlas untuk bertaubat dan memohon ampunan kepada Allah SWT. Rasulullah SAW menganjurkan kepada umatnya untuk membaca istighfar setiap saat, agar selalu di dekatkan kepada Allah, karena Allah senantiasa akan selalu mengampuni dosa-dosa hamba-Nya betapapun besar

²⁵ Ali Amrin a-Qurawy, *Koleksi Hafalan Penting Dari Lahir Sampai Mati*, Cet.1 (Yogyakarta: Saula, 2016), 231–33.

²⁶ Su’ aib H. Muhammad, *5 Peran Al-Qur’an*, Jilid II, t.t., 236.

dan banyaknya. Rasulullah menjelaskan manfaat atau fadhilah membaca istighfar, yaitu:

- 1) Mendapatkan pengampunan dari Allah dan rezeki yang tidak terduga.
- 2) Menenangkan diri ketika marah.
- 3) Mendapatkan jalan keluar dari kesusahan dan kesempitan.
- 4) Istighfar menjadi tempat berlindung kaum mukminin saat munculnya tanda-tanda ancaman Allah yang diciptakan-Nya untuk menakut-nakuti hamba-Nya, seperti munculnya gerhana.
- 5) Istighfar juga merupakan obat kekeringan, kemandulan, dan kemiskinan.
- 6) Istighfar merupakan sifat kaum mukminin yang mendapat sanjungan Allah.
- 7) Dengan beristighfar akan mendapatkan keturunan yang baik
- 8) Istighfar termasuk dari hal yang dapat membinasakan setan
- 9) Dengan membaca istighfar seorang hamba akan menjadi sebaik-baiknya manusia.
- 10) Allah akan menghamparkan tangan-Nya untuk orang yang beristighfar
- 11) Istighfar dari seorang anak akan mengangkat kedudukan orang tua.
- 12) Istighfar akan menghapuskan kenistaan-kenistaan lisan dan menyelamatkan dari sifat riya'
- 13) Istighfar akan membantu dalam proses hafalan al-Qur'an.²⁷

3. Terapis Anak Berkebutuhan Khusus

a. Pengertian Anak Berkebutuhan Khusus

Anak Berkebutuhan Khusus dapat diartikan sebagai anak yang memerlukan layanan khusus untuk dapat menjalani aktivitas sehari-hari dengan baik. Hal tersebut mencakup anak-anak yang mengalami permasalahan maupun yang memiliki kelebihan terkait

²⁷ Ismail Al-Muqaddam, *Fikih Istighfar* (jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2016), 21–33.

tumbuh kembang yang kaitannya dengan intelegensi, inderawi dan anggota gerak. Seperti yang diungkapkan oleh Effendi (2006), bahwa anak berkebutuhan khusus merupakan suatu kondisi yang berbeda dari rata-rata anak pada umumnya. Perbedaan dapat berupa kelebihan maupun kekurangan. Dari adanya perbedaan ini, akan menimbulkan berbagai akibat dari penyandanginya. Heward menyatakan bahwa anak berkebutuhan khusus merupakan anak dengan karakteristik khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya tanpa selalu menunjukkan pada ketidakmampuan mental, emosi, atau fisik.²⁸

Pengertian lainnya bersinggungan dengan istilah tumbuh-kembang normal dan abnormal, pada anak berkebutuhan khusus bersifat abnormal, yaitu terdapat penundaan tumbuh kembang yang biasanya tampak di usia balita seperti baru bisa berjalan di usia 3 tahun. Hal lain yang menjadi dasar anak tergolong berkebutuhan khusus yaitu ciri-ciri tumbuh-kembang anak yang tidak muncul (absent) sesuai usia perkembangannya seperti belum mampu mengucapkan satu katapun di usia 3 tahun, atau terdapat penyimpangan tumbuh-kembang seperti perilaku echolalia atau membeo pada anak autis. Pemahaman anak berkebutuhan khusus terhadap konteks, ada yang bersifat biologis, psikologis, sosio-kultural. Dasar biologis anak berkebutuhan khusus bisa dikaitkan dengan kelainan genetik dan menjelaskan secara biologis penggolongan anak berkebutuhan khusus, seperti brain injury yang bisa mengakibatkan kecacatan tunaganda. Dalam konteks psikologis, anak berkebutuhan khusus lebih mudah dikenali dari sikap dan perilaku, seperti gangguan pada kemampuan belajar pada anak slow learner, gangguan kemampuan emosional dan berinteraksi pada anak autis, gangguan kemampuan berbicara pada anak autis dan ADHD.

²⁸ Khairun Nisa, Sambira Mambela, dan Lutfi Isnı Badiah, "Karakteristik dan Kebutuhan Anak Berkebutuhan Khusus," *ABADIMAS ADI BUANA*, 2, No.1 (2018): 34.

Konsep sosio-kultural mengenal anak berkebutuhan khusus sebagai anak dengan kemampuan dan perilaku yang tidak pada umumnya, sehingga memerlukan penanganan khusus.²⁹

Kementrian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia 2013, menjelaskan bahwa anak berkebutuhan khusus adalah: “Anak yang mengalami keterbatasan atau keluarbiasaan, baik fisik, mental-intelektual, sosial, maupun emosional, yang berpengaruh secara signifikan dalam proses pertumbuhan atau perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain yang seusia dengannya”.

Secara umum dapat disimpulkan bahwa anak berkebutuhan khusus (Heward, 2002) adalah anak dengan karakteristik khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya tanpa selalu menunjukkan pada ketidakmampuan mental, emosi atau fisik. Istilah lain bagi anak berkebutuhan khusus adalah anak luar biasa dan anak cacat. Anak dengan kebutuhan khusus (special needs children) dapat diartikan secara simpel sebagai anak yang lambat (slow) atau mengalami gangguan (retarded) yang sangat sukar untuk berhasil di sekolah sebagaimana anak-anak pada umumnya. Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang secara pendidikan memerlukan layanan yang spesifik yang berbeda dengan anak-anak pada umumnya.³⁰

1) Autis

Autisme sendiri merupakan gangguan yang meliputi area kognitif, emosi, perilaku, sosial, termasuk juga ketidakmampuan untuk berinteraksi dengan orang-orang di sekelilingnya. Anak yang autis akan tumbuh dan berkembang dengan cara yang berbeda dibandingkan dengan anak-anak normal lainnya. Hal tersebut disebabkan oleh

²⁹ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi ABK*, 2.

³⁰ Dinie Ratri Desiningrum, 3.

terjadinya penurunan kemampuan kognisi secara bertahap.³¹

Karakteristik gangguan perilaku pada Autisme, perilaku anak dengan ASD juga mengalami gangguan, yaitu dalam bentuk:

- a) Repetitif (pengulangan), misalnya: tingkah laku motorik ritual seperti berputar-putar dengan cepat (twirling), memutar-mutar objek, mengepak-ngepakkan tangan (flapping), bergerak maju mundur atau kiri kanan (rocking).
 - b) Asyik sendiri atau preokupasi dengan objek dan memiliki rentang minat yang terbatas, misalnya berjam-jam bermain dengan satu objek saja.
 - c) Sering memaksa orang tua untuk mengulang satu kata atau potongan kata.
 - d) Mungkin sulit dipisahkan dari suatu benda yang tidak lazim dan menolak meninggalkan rumah tanpa benda tersebut, misalnya seorang anak laki-laki yang selalu membawa penghisap debu kemanapun.
 - e) Tidak suka dengan perubahan yang ada di lingkungan atau perubahan rutinitas. Seperti tidak mau melalui jalan yang tidak biasa dilaluinya, tidak mau memakai baju baru atau tidak mau makanmakanan yang tidak biasa dimakannya.³²
- 2) ADHD

Menurut Baihaqi dan Sugiarmun (2006) ADHD adalah attention deficit hyperactivity disorder (Attention = perhatian, Deficit = berkurang, Hiperactivity = hiperaktif, dan Disorder = gangguan) jika diartikan dalam Bahasa Indonesia berarti gangguan pemusatan perhatian disertai hiperaktif.

³¹ Dinie Ratri Desiningrum, 27.

³² Dinie Ratri Desiningrum, 31.

ADHD = kurang pemusatan perhatian + impulsivitas + hiperaktivitas. Seseorang dapat memenuhi salah satu kriteria ADHD yaitu kurang perhatian (Inattention) atau hiperaktifitas & impulsif, atau keduanya. Kondisi ini terjadi selama periode paling tidak enam bulan, yang mengakibatkan pertumbuhan seseorang tersebut menjadi tidak sesuai dengan tingkat pertumbuhan usia normal (Widhata, 2008). Berdasarkan pemaparan di atas, maka ADHD merupakan hambatan seorang individu dalam pemusatan perhatian yang disertai perilaku hiperaktivitas.³³

Karakteristik gangguan perilaku pada ADHD, menurut Tanner (2007) ada tiga tanda utama anak yang menderita ADHD, yaitu:

- a) Tidak ada perhatian. Ketidakmampuan memusatkan perhatian pada beberapa hal seperti membaca, menyimak pelajaran, atau melakukan permainan. Seseorang yang menderita ADHD akan mudah sekali teralih perhatiannya karena bunyi-bunyian, gerakan, bau-bauan atau pikiran, tetapi dapat memusatkan perhatian dengan baik jika ada yang menarik minatnya.
 - b) Hiperaktif. Mempunyai terlalu banyak energi. Misalnya berbicara terus menerus, tidak mampu duduk diam, selalu bergerak, dan sulit tidur.
 - c) Impulsif. Bertindak tanpa dipikir, misalnya mengejar bola yang lari ke jalanraya, menabrak pot bunga pada waktu berlari di ruangan, atau berbicara tanpa dipikirkan terlebih dahulu akibatnya.³⁴
- 3) CP (*Cerebral Palsy*)

Cerebral palsy menurut asal katanya berasal dari dua kata, yaitu *cerebral* atau *cerebrum* yang berarti otak, dan *palsy* yang berarti kekakuan.

³³ Dinie Ratri Desiningrum, 47.

³⁴ Dinie Ratri Desiningrum, 50.

Menurut arti kata, *cerebral palsy* berarti kekakuan yang disebabkan oleh adanya kerusakan yang terletak di dalam otak.

Dapat disimpulkan bahwa *cerebral palsy* merupakan bagian dari tunadaksa, yaitu adanya kelainan gerak, sikap, ataupun bentuk tubuh, gangguan koordinasi dan bisa disertai gangguan psikologis dan sensoris, yang disebabkan oleh adanya kerusakan atau kecacatan pada masa perkembangan otak.

Karakteristik anak *cerebral palsy* mengalami kerusakan pada *pyramidal tract* dan *extrapyramidal*. Kedua sistem tersebut berfungsi mengatur sistem motorik manusia. Oleh karena itu, anak mengalami gangguan fungsi motoriknya. Gangguan tersebut berupa kekakuan, kelumpuhan, gerakan-gerakan yang tidak dapat dikendalikan, gerakan ritmis, dan gangguan keseimbangan. Selain gangguan motorik, anak tunadaksa juga ada yang mengalami gangguan pada fungsi sensoris. Gangguan itu berupa penglihatan, pendengaran, perabaan, dan kemampuan kesan gerak dan raba (*tactilekinesthetic*).

Tingkat kecerdasan anak *cerebral palsy* pun berentang, mulai dari tingkat yang paling dasar, yaitu *idiocy* sampai *gifted*. Pengungkapan kemampuan tingkat kecerdasan anak *cerebral palsy* banyak mengalami kesukaran dan hambatan. Hambatan itu terjadi karena anak *cerebral palsy* mengalami gangguan bicara sehingga sukar mengemukakan jawaban saat menjalani tes, selain itu perangkat tes juga bisa memberikan hasil yang tidak valid.³⁵

b. Pengertian Terapis

Menurut Handojo (2003), terapis anak berkebutuhan khusus adalah seorang yang bertugas memberikan terapi dan menangani anak berkebutuhan khusus dengan berbagai tingkat kesulitan yang dimiliki oleh anak untuk mempercepat proses perkembangannya. Terapis merupakan pekerjaan di bidang sosial yang

³⁵ Dinie Ratri Desiningrum, 98.

membutuhkan energi yang besar untuk selalu bersikap sabar dalam memahami orang lain terutama untuk kliennya yaitu anak berkebutuhan khusus.³⁶

Sikap seorang terapis dituntut unruk dapat menerima klien dalam arti utuh, tidak menganggap klien sebagai orang yang bermasalah, tidak membedakan golongan, status ekonomi, pendidikan, dan lain-lain. Seorang terapis juga dituntut untuk menghargai kliennya sehingga dengan demikian dapat terjadi hubungan yang baik dan mempunyai kepercayaan yang baik gterhadap dirinya sendiri maupun kliennya.³⁷

c. Syarat-syarat dan bekal Seorang Terapis Anak Berkebutuhan Khusus

Menurut Handojo, untuk menjadi seorang terapis anak berkebutuhan khusus harus memiliki sifat-sifat, sebagai berikut:

- 1) Seorang terapis harus dapat berperan aktif dan tanggap dalam proses perkembangan anak
- 2) Seorang terapis harus memiliki sifat penyabar
- 3) Bisa mengembangkan aspek sosial, kognitif, dan intelektualnya sehingga mempunyai kematangan dalam menghadapi klien
- 4) Dapat bersikap konsisten
- 5) Seorang terapis harus bisa memahami kondisi anak dan menyukai dunia anak-anak
- 6) Seorang terapis anak berkebutuhan khusus harus bisa meregulasi emosi, baik dalam dirinya sendiri maupun kepada anak yang dihadapinya.³⁸

Selain adanya syarat-syarat yang perlu diperhatikan, seorang terapis anak berkebutuhan khusus juga perlu memiliki bekal mental, yang mana telah diungkapkan oleh Handojo (2002), yang mana bekal tersebut antara lain:

³⁶ Koresta Kurniawan, "Kepuasan Kerja Pada Terapis Dalam Menangani Anak Berkebutuhan Khusus," *Psikoborneo*, 4 No. 3 (2016): 415.

³⁷ Koresta Kurniawan, 415.

³⁸ Koresta Kurniawan, 415.

1) Kasih Sayang

Kasih sayang yang tumbuh dan tulus akan memberikan ketabahan dan ketahanan yang tinggi, serta meminimalkan terjadinya stress pada diri terapis.

2) Profesional

Seorang terapis harus memiliki pengetahuan tentang kelainan perilaku anak dan metode yang akan dipakai dalam proses terapi. Selain pengetahuan dia juga harus memiliki keterampilan yang memadai dalam menerapkan metode yang digunakan.

3) Displin

Terapi harus dilakukan secara tertib dan tepat. Waktu yang dipakai untuk terapi harus ditepati sesuai dengan metode yang dipakai.

4) Etika

Setiap terapis seharusnya memiliki kesadaran dan bertanggung jawab terhadap aturan, tata-krama dan norma yang berlaku umum.³⁹

d. Sikap yang harus ditimbulkan oleh seorang terapis

Menurut Handojo, sikap seorang terapis anak berkebutuhan khusus dituntut untuk dapat bersikap:

1) Menerima

Sikap menerima ini penting bagi klien. Menerima klien dalam arti utuh, tidak menganggap klien sebagai orang yang bermasalah.

2) Menghargai

Sikap seorang terapis dituntut untuk menghargai kliennya sehingga dengan demikian dapat menjadikan hubungan yang baik.

3) Percaya

Terapis harus mempunyai kepercayaan, baik terhadap dirinya maupun terhadap kliennya. Terapis harus percaya bahwa kliennya dapat diarahkan untuk dapat berperilaku yang wajar.

³⁹ Samsuddin, "Burnout Pada Terapis Anak Berkebutuhan Khusus," 112.

Terapis dengan bekal ilmu dan pengalaman harus percaya juga bahwa dirinya mampu.⁴⁰

4. *Burnout*

a. Sejarah *Burnout*

Istilah burnout pertama kali diperkenalkan oleh Freudenberger pada tahun 1973. Beliau adalah seorang ahli psikologis klinis pada lembaga pelayanan sosial di New York yang menangani remaja bermasalah. Ia mengamati perubahan perilaku pada sukarelawan setelah bertahun-tahun kerja. Menurutnya para relawan tersebut mengalami kelelahan mental, kehilangan komitmen, dan adanya penurunan motivasi seiring dengan berjalannya waktu. Kemudian Freudenberger memberikan ilustrasi tentang apa yang dirasakan seseorang yang mengalami sindrom tersebut seperti gedung yang terbakar habis (*burned-out*). Suatu gedung yang awalnya berdiri kokoh dengan berbagai aktivitas di dalamnya, dan setelah terbakar yang tampak hanyalah kerangka luarnya saja. Demikian pula seseorang yang terkena burnout, dari luar segalanya masih utuh, namun dalamnya kosong dan penuh masalah, seperti gedung yang terbakar tadi.⁴¹

b. Pengertian Burnout

Burnout merupakan gejala kelelahan emosional yang disebabkan oleh tingginya tuntutan pekerjaan, yang sering dialami individu yang bekerja pada situasi di mana ia harus melayani kebutuhan orang banyak.⁴²

Maslach (1998) mendefinisikan burnout adalah sebuah sindrom hebat yang dibangun sebagai konsekuensi dari stress yang panjang terhadap situasi

⁴⁰ Samsuddin, 112.

⁴¹ Mutiasari, "Strategi Mengatasi Burnout di Tempat Kerja," Pro Bisnis, 3, No. 1 (2010): 41.

⁴² Mutiasari, 41.

di tempat kerja. Manifestasinya sebagai suatu sindrom yang dijelaskan melalui tiga dimensi yaitu kelelahan emosional, penarikan diri, dan rendahnya hasrat pencapaian prestasi diri. Burnout adalah kondisi kelelahan fisik, mental, dan emosional yang muncul sebagai konsekuensi dari ketidaksesuaian antara kondisi karyawan dengan pekerjaan.⁴³

Menurut Trawaka dan Sudiajeng (2004) burnout adalah suatu mekanisme perlindungan tubuh yang dirasakan secara subyektif yang terjadi akibat kerja fisik atau mental secara berulang sehingga menyebabkan ketidaknyamanan, hilangnya efisiensi dan penurunan kapasitas kerja serta ketahanan tubuh yang ditandai oleh adanya pelemahan kegiatan, pelemahan motivasi, dan kelelahan fisik.⁴⁴

Sedangkan menurut Bernadin, menggambarkan burnout sebagai suatu keadaan yang mencerminkan reaksi emosional pada orang yang bekerja pada bidang pelayanan kemanusiaan (*human Service*) dan bekerja erat dengan masyarakat. Cook menyebutkan bahwa burnout cenderung dialami oleh perawat dan pekerja sosial lainnya seperti konselor, guru, dan polisi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Maslach dan Jackson pada pekerja-pekerja yang memberikan bantuan kesehatan yang dibedakan antara perawat-perawat dan dokter-dokter menunjukkan bahwa pekerja kesehatan ini beresiko mengalami *emotional exhaustion* (kelelahan emosi). Rating tertinggi dari burnout ditemukan pada perawat-perawat yang bekerja di dalam lingkungan kerja yang penuh dengan stress, yaitu perawat yang bekerja pada ICU, UGD, dan terminal care.⁴⁵

Dari pemahaman penelitian dari teori-teori yang dijelaskan oleh para ahli di atas dapat

⁴³ Samsuddin, "Burnout Pada Terapis Anak Berkebutuhan Khusus," 110.

⁴⁴ Samsuddin, 110.

⁴⁵ Mutiasari, "Strategi Mengatasi Burnout di Tempat Kerja," 42.

disimpulkan bahwa burnout adalah keadaan stress yang dialami individu dalam jangka waktu yang lama, yang ditandai dengan kelelahan fisik, mental, dan emosional serta rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri.

c. Faktor penyebab Burnout

Faktor penyebab terjadinya burnout, menurut Maslach dan Leiter, faktor diantaranya adalah :

1) Karakteristik Individu

Sumber dari dalam diri individu merupakan salah satu penyebab timbulnya burnout, sumber tersebut berasal dari:

- a) Faktor demografi, mengacu pada perbedaan jenis kelamin antara wanita dan pria. Pria rentan terhadap stress dan burnout jika dibandingkan dengan wanita.
- b) Faktor perfeksionis, yaitu individu yang selalu berusaha melakukan pekerjaan sampai sangat sempurna sehingga akan sangat mudah merasakan frustrasi bila kebutuhan untuk tampil sempurna tidak tercapai.

2) Lingkungan kerja

Lingkungan kerja dapat memungkinkan munculnya burnout seperti beban kerja, konflik peran, jumlah individu yang harus dilayani, tanggung jawab yang harus dipikul, dukungan sosial dan rekan kerja yang tidak memadai, control yang rendah terhadap pekerjaan dan kurangnya stimulasi dalam pekerjaan.

3) Keterlibatan emosional

Bekerja di bidang pelayanan membutuhkan banyak energi karena harus bersikap sabar dan memahami orang lain dalam keadaan krisis, frustrasi, ketakutan dan kesakitan. Pekerjaan di bidang pelayanan turut membentuk dan mengarahkan terjadinya hubungan yang melibatkan emosional

karena keterlibatan tersebut memberikan penguatan positif atau kepuasan bagi kedua belah pihak, atau sebaliknya.⁴⁶

d. Karakteristik penderita Burnout

Menurut Freudenberger dan Richelson, menyebutkan ada sebelas karakteristik penderita burnout, yaitu:

- 1) Kelelahan yang merupakan proses kehilangan energi disertai keletihan.
- 2) Lari dari kenyataan
- 3) Kebosanan dan sinisme
- 4) Tidak sabaran dan mudah tersinggung
- 5) Merasa hanya dirinya yang dapat menyelesaikan semua permasalahan
- 6) Merasa tidak dihargai
- 7) Mengalami disorientasi
- 8) Keluhan Psikosomatis
- 9) Curiga tanpa alasan
- 10) Depresi
- 11) Penyangkalan.⁴⁷

e. Dampak Burnout

Dari karakteristik-karakteristik tersebut, maka dapat , menimbulkan dampak negatif, dampak dampak yang dapat ditimbulkan adalah:

- 1) Dampak pada individu tampak secara fisik, yaitu seperti penurunan kekebalan tubuh individu sehingga rentan terkena penyakit. Sedangkan dampak secara psikis menyebabkan individu menilai dirinya rendah dan apabila berkelanjutan dapat menyebabkan depresi.
- 2) Dampak burnout pada orang lain dirasakan oleh penerima pelayanan. Yaitu ditunjukkan dengan adanya perubahan sikap.

⁴⁶ Samsuddin, "Burnout Pada Terapis Anak Berkebutuhan Khusus," 111.

⁴⁷ Mutiasari, "Strategi Mengatasi Burnout di Tempat Kerja," 44-45.

- 3) Dampak burnout mempengaruhi efektifitas dan efisiensi orang yang mengalami burnout, misalnya ketidakhadiran individu yang terlampau sering sehingga menghambat penerapan program pelayanan, yang pada akhirnya terjadi pemborosan finansial.⁴⁸

B. Penelitian Terdahulu

Penelitian yang dilakukan oleh penulis ini bukan merupakan penelitian yang pertama kali, ada beberapa penelitian terdahulu yang telah penulis temukan yang satu tema dengan penelitian ini. Di dalam penelitian terdahulu, penulis akan mencoba memberikan pemaparan mengenai beberapa teori yang diungkapkan oleh peneliti terdahulu yang berkaitan dengan dzikir sebagai penanganan burnout pada karyawan. Sehingga penulis dapat menemukan relevansi penulisan yang nantinya berguna sebagai penunjang pustaka kajian teoritik dalam penelitian ini.

1. Skripsi yang berjudul “Gambaran Burnout Pada Guru Pendamping Anak Autis di Sekolah Dasar Negeri 04 Pagi Jakarta Timur (SD Penyelenggara Pendidikan Inklusi)”. Yang ditulis oleh Aditya Sulaksono, Mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, pada tahun 2007. Dalam penelitian ini sama-sama membahas tentang burnout. Sedangkan perbedaannya terletak pada subyek penelitian, yang mana dalam penelitian yang dilakukan oleh aditya sulaksono ini berfokus pada subyek penelitian yaitu guru pendamping, sedangkan dalam penelitian ini, fokus subyeknya terletak pada terapis. Dan dalam penelitian yang dilakukan oleh Aditya ini Cuma memaparkan tentang gambaran burnout, dan tidak ada penjelasan tentang cara untuk mengatasinya, sedangkan penelitian ini dipaparkan juga tentang penanganan dari burnout dengan metode dzikir yaitu, dengan menggunakan dzikir istighfar.⁴⁹

⁴⁸ Samsuddin, “Burnout Pada Terapis Anak Berkebutuhan Khusus,” 111.

⁴⁹ Aditya Sulaksono, “Gambaran Burnout Pada Guru Pendamping Anak Autis di Sekolah Dasar Negeri 04 Pagi Jakarta Timur (SD Penyelenggara Pendidikan Inklusi),” Skripsi (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2007).

2. Skripsi yang berjudul “Implementasi Dzikir Istighfar pada Perwiridan Ibu-Ibu di Desa Selemak Kecamatan Hampan Perak Kabupaten Deli Serdang”. Yang ditulis oleh Khairunnisa Harahap, Mahasiswa Fakultas dakwah dan Komunikasi Bimbingan Penyuluhan Islam, di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara medan, pada Tahun 2021. Dalam penelitian yang di tulis oleh Khairunnisa menerangkan tentang konsepsi istighfar dalam perwiridan ibu-ibu dalam memperoleh ketenangan jiwa, walaupun sama tujuannya dalam penelitian yang sedang penulis buat, akan tetapi perbedaannya fokus penelitian pada subyek, penelitian yang penulis buat adalah berfokus pada ketenangan jiwa pada pekerja yang mengalami burnout, sedangkan penelitian yang ditulis oleh khairunnisa berfokus terhadap perwiridan ibu-ibu.⁵⁰
3. Skripsi yang berjudul “Pengaruh Pengalaman Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa di Majelisul Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek” yang ditulis oleh Ayu Efita Sari, Jurusan Tasawuf psikoterapi di IAIN Tulungagung, penelitian ini sama-sama menggunakan metode dzikir dalam penanganan atau dalam tujuannya memperoleh ketenangan jiwa, akan tetapi ada perbedaan dari keduanya, penelitian yang penulis tulis ini memfokuskan pada metode dzikir dengan kalimat istighfar, sedangkan di penelitian yang dituliskan oleh Ayu memfokuskan pad ametode dikir ssecara umum bukan spesifikasi pada satu kalimat dzikir. Perbedaan yang lain juga terdapat pada subyek yang diamati, pada penelitian yang diamati ooleh penulis, memfokuskan pada pekerja pelayanan sosial yaitu terapis yang mengalami adanya kelelahan dalam bekerja, sedangkan penelitian yang di kemukakan oleh Ayu memfokuskan pada objek orang dalam suatu Majelis, yang mana dalam problemnya sangat berbeda.⁵¹

⁵⁰ Khairunnisa Harahap, “Implementasi Dzikir Istighfar Pada Perwiridan Ibu-Ibu di Desa Selemak Kecamatan Hampan Perak Kabupaten Deli Serdang,” Skripsi (Medan: UIN Sumatera Utara, 2021).

⁵¹ Ayu Efita Sari, “Pengaruh Pengamalan Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa di Majelisul Dzakirin Kamulan Durenan Trenggalek,” Skripsi (Tulungagung: IAIN Tulungagung, 2015).

4. Skripsi yang berjudul “Faktor Yang berhubungan Dengan Beban Psikososial Pada Karyawan PT. Eastern Pearl Flour Mills” yang ditulis oleh Veny Yuliani, Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, dalam skripsi yang ditulis oleh Veny sama sama memiliki fokus penelitian terhadap karyawan yang bekerja, tujuannya juga sama-sama memperoleh ketenangan jiwa, akan tetapi dalam penanganan yang dipaparkan penulis berbeda dengan skripsi yang ditulis oleh Venny, yang mana metode dalam mencapai ketennagan jiwa yang di tulis Veny menggunakan manajemen stress, bukan menggunakan metode dzikir secara islami.⁵²

C. Kerangka Berfikir

Berdasarkan dalam kerangka teoritik dan penelitian-penelitian terdahulu yang relevan, peneliti akan menjabarkan dalam gambar mengenai hubungan dzikir istigfar sebagai penanganan burnout terhadap terapis anak berkebutuhan Khusus di Yayasan Lentera Hati School Kudus. Berikiut peneliti melukiskan melalui skema gambar agar jelas dalam penjabarannya dan mudah untuk di mengerti:

⁵² Veny Yuliani, “Faktor Yang Berhungan Dengan Beban Psikososial Pada Karyawan PT. Eastern Pearl Flour Mills,” Skripsi (Makassar: UIN Alauddin, 2017).

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

