

## BAB V PENUTUP

### A. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah penulis lakukan, khususnya pada terapis anak berkebutuhan khusus yang mengalami burnout di Yayasan Lentera Hati School Kudus, penulis menyimpulkan sebagai berikut:

#### 1. Kondisi Psikologis Terapis Anak Berkebutuhan khusus

Burnout terjadi karena kondisi tubuh seorang terapis yang mengalami kelelahan akibat kurangnya karyawan dengan murid jumlah anak yang lebih banyak, serta terapis juga harus melayani klien dari luar yang datang untuk terapi di setiap harinya. Keadaan burnout ini menyebabkan keadaan psikologis terapis menurun, jadi sering mengalami emosi yang timbul tseketika, perasaan murung, tidak bersemangat, hal ini sangat berpengaruh terhadap kelancaran terapi, kondisi terapis yang seperti ini membuat semangat bekerja seorang terapis menurun, maka proses terapi tidak berjalan dengan baik. Ini dikarenakan mood yang dibawa terapis akan tervibrasikan ke anak akibatnya anak juga akan mengalami hal yang sama seperti apa yang dirasakan oleh terapis, sehingga anak tidak mau mengikuti jalannya terapi atau kadang minta untuk meninggalkan ruang terapi.

#### 2. Upaya Penanganan Burnout dengan Istighfar

Istighfar berarti memohonkan ampun kepada Allah SWT. Dengan kata lain, istighfar bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Dengan beristighfar Allah senantiasa menghadirkan ketenangan dalam diri kita, dengan rasa tenang tersebut kondisi psikologis yang memburuk akan menjadi baik kembali. Supaya dalam terapis dapat melakukan pekerjaannya dengan hati yang tenang, gembira. Hal tersebut akan tervibrasikan kepada anak, sehingga proses terapi yang akan berjalan dengan lancar, dan semua kegiatan atau materi yang disampaikan kepada anak akan lebih mudah diterima.

## B. Saran

Berdasarkan simpulan diatas maka penulis mendapatkan beberapa saran yang sekiranya dapat memberikan manfaat bagi pihak Yayasan:

1. Supaya lembaga bisa menerapkan jam kerja yang efisien bagi terapis/karyawan
2. Menambah terapis agar tenaga kerja dan klien balance, begitu juga dengan usaha dan hasil yang di peroleh
3. Bagi pihak lembaga dapat memperhatikan kesejahteraan karyawannya.
4. Untuk terapis selalu tanamkan akhlaq yang baik, bersikap penyabar, penyayang karena seorang terapis memang pada hakikatnya berkecimpung dengan anak anak
5. Untuk Terapis yang terkadang merasakan gejala burnout dapat diupayakan dengan aspek keagamaan dan mendekatkan diri pada Allah SWT, dalam memperoleh ketenangan jiwa.

## C. Penutup

Demikian yang dapat penulis sajikan yang sudah tentu banyak kekurangan baik dari segi materi ataupun penyampaian yang penulis paparkan. Maka dari itu penulis mohon akan kritik dan saran dari pihak yang bersangkutan. Semoga skripsi yang penulis susun dapat memberikan manfaat bagi banyak kalangan, baik untuk diri sendiri, pembaca, lembaga yang bersangkutan, serta masyarakat secara umum. Amin

