

ABSTRAK

Skripsi dengan judul “Hubungan Antara Spiritualitas Dengan Burnout Pada Mahasiswa Psikologi Islam Yang Sedang Menempuh Tugas Akhir Di UIN SATU” ini ditulis oleh Dariyah Juliyani Karmilatifah, NIM 126308212127, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah, dengan pembimbing Prof. Elfi Muawanah, S.Ag., M.Pd.

Kata kunci : *Spiritualitas, Burnout*

Mahasiswa yang sedang menempuh tugas akhir sering mengalami burnout, yang ditandai dengan kelelahan fisik, emosional, dan penurunan motivasi. Hal ini dapat mempengaruhi kualitas hasil akademik dan kesejahteraan mental. Spiritualitas, yang mencakup nilai-nilai, keyakinan, dan praktik yang memberi makna pada kehidupan, dapat berfungsi sebagai sumber dukungan emosional dan psikologis. Meskipun ada penelitian yang menunjukkan bahwa spiritualitas dapat berkontribusi pada pengelolaan stress, masih sedikit data yang menggali bagaimana spiritualitas mempengaruhi burnout, terutama dalam konteks mahasiswa yang menghadapi tekanan akademik yang tinggi. Tujuan penelitian untuk mengetahui adanya hubungan antara spiritualitas dengan burnout pada mahasiswa psikologi islam yang sedang menempuh tugas akhir di UIN SATU.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Salah satu jenis metode penelitian kuantitatif yang akan digunakan adalah studi korelasional. Penelitian ini mendapatkan $r = -0,366$, temuan penelitian ini menunjukkan hubungan korelasi yang rendah dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) yang mengarah pada kesimpulan H_a diterima dan H_o ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi spiritualitas maka semakin rendah burnout. Hal tersebut dapat disimpulkan terdapat hubungan antara spiritualitas dengan burnout pada mahasiswa psikologi islam yang sedang menempuh tugas akhir di UIN SATU. Untuk peneliti selanjutnya harus mempertimbangkan, mengembangkan, dan menambahkan sejumlah faktor tambahan yang berhubungan dengan spiritualitas.

ABSTRACT

The thesis entitled “The Relationship Between Spirituality and Burnout in Islamic Psychology Students Who Are Pursuing Final Projects at UIN SATU” was written by Dariyah Juliyani Karmilatifah, NIM 126308212127, Islamic Psychology Study Program, Faculty of Ushuluddin, Adab and Da'wah, with the supervisor Prof. Elfi Muawanah, S.Ag., M.Pd.

Keywords : *Spirituality, Burnout*

Students pursuing their final project often experience burnout, which is characterized by physical and emotional exhaustion and decreased motivation. This can affect the quality of academic outcomes and mental well-being. Spirituality, which includes values, beliefs and practices that give meaning to life, can serve as a source of emotional and psychological support. Although there are studies showing that spirituality can contribute to stress management, there is little data exploring how spirituality affects burnout, especially in the context of university students facing high academic pressure. The purpose of the study was to determine the relationship between spirituality and burnout in Islamic psychology students who are pursuing their final project at UIN SATU.

This study uses a type of quantitative research. One type of quantitative research method to be used is a correlational study. This study obtained $r = -0.366$, the findings of this study indicate a low correlation relationship with a significance of 0.000 ($p < 0.05$) which leads to the conclusion that H_a is accepted and H_o is rejected. This shows that the higher the spirituality, the lower the burnout. It can be concluded that there is a relationship between spirituality and burnout in Islamic psychology students who are taking their final project at UIN SATU. Future researchers should consider, develop, and add a number of additional factors related to spirituality.

الملخص

هذه الرسالة بعنوان "العلاقة بين الروحانية والاحترق النفسي لدى طلاب علم النفس الإسلامي الذين أعدتها دارية جولاني كرمي لطيفة، رقم الطالب : "UIN SATU يكتبون مشروع التخرج في جامعة من قسم علم النفس الإسلامي، كلية أصول الدين والأدب والدعوة، بإشراف الأستاذة ،126308212127، S.Ag., M.Pd.، إلفي معاونة

الكلمات المفتاحية: الروحانية، الاحترق النفسي

الطلاب الذين يكتبون مشروع التخرج غالبًا ما يشعرون بالتعب النفسي والجسدي، ونقص في الحماس. هذا يؤثر على جودة الدراسة وصحة الطالب النفسية. الروحانية، وهي القيم والمعتقدات والممارسات التي تعطي معنى للحياة، يمكن أن تساعد الطالب في التغلب على الضغوط النفسية. بعض الدراسات تشير إلى أن الروحانية تساعد في تقليل التوتر، ولكن لا توجد دراسات كثيرة تشرح تأثير الروحانية على الاحترق النفسي، خاصة عند الطلاب الذين يعانون من ضغط الدراسة.

هدف هذا البحث هو معرفة هل توجد علاقة بين الروحانية والاحترق النفسي عند طلاب علم النفس الإسلامي في مرحلة كتابة التخرج

- r البحث استخدم الطريقة الكمية، وبالضبط طريقة دراسة العلاقة. النتيجة أظهرت أن قيمة العلاقة هي ومعنوية 0.000 (أقل من 0.05)، وهذا يعني أن الفرضية البديلة صحيحة والفرضية الصفرية 0.366، مرفوضة. هذا يعني: كلما زادت الروحانية، قل ال الاحترق النفسي.

في النهاية، توجد علاقة بين الروحانية والاحترق النفسي عند طلاب علم النفس الإسلامي الذين يكتبون وللباحثين في المستقبل، يُنصح بدراسة عوامل أخرى مرتبطة UIN SATU مشروع التخرج في جامعة بالروحانية