

ABSTRAK

Skripsi dengan judul: “praktik *Ẓikir* sebagai strategi *coping* emosional pekerja *shelter* dalam menangani klien (studi kasus di dinas sosial P3A kabupaten Trenggalek)” ini di tulis oleh Aulia Rahmi, NIM. 1860303222032, dengan pembimbing Dr. Achmad Sauqi, M.Pd.I

Kata Kunci: *Ẓikir*, Coping Emosional, Pekerja *Shelter*, ODGJ, Tasawuf Psikoterapi, Mujahadah

Pekerja rumah *shelter* yang menangani Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) menghadapi tekanan kerja yang tinggi, baik secara emosional maupun psikologis. Interaksi intensif dengan klien yang menunjukkan perilaku agresif, tidak kooperatif, serta kondisi kerja yang terbatas berpotensi meningkatkan stres kerja dan risiko *burnout*. Dalam konteks tersebut, diperlukan strategi *coping* emosional yang efektif dan berkelanjutan. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis praktik *Ẓikir* sebagai strategi *coping* emosional yang digunakan oleh pekerja rumah *shelter* di Dinas Sosial P3A Kabupaten Trenggalek dalam menghadapi klien ODGJ. Fokus penelitian ini mencakup dua aspek utama, yaitu peran *Ẓikir* sebagai strategi pengendalian emosi, serta kontribusinya terhadap ketahanan psikologis (*resiliensi*) pekerja *shelter*.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi terhadap pekerja rumah *shelter* yang secara langsung menangani klien ODGJ. Analisis data dilakukan secara deskriptif-analitis dengan menggunakan perspektif tasawuf psikoterapi dan teori *coping* emosional.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pekerja *shelter* secara spontan dan konsisten mempraktikkan *Ẓikir*, baik dalam bentuk *Ẓikir* lisan maupun *Ẓikir* batin, terutama ketika menghadapi situasi kerja yang memicu emosi negatif seperti marah, takut, dan kelelahan emosional. *Ẓikir* terbukti berfungsi efektif sebagai strategi *emotion-focused coping* yang membantu pekerja menenangkan diri, mengendalikan emosi, serta menjaga sikap profesional dalam berinteraksi dengan klien ODGJ. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa dari perspektif tasawuf psikoterapi, *Ẓikir* dimaknai sebagai bentuk *mujahadah* yang berperan penting dalam menjaga ketenangan batin (*tuma'nīnah*), memperkuat *resiliensi* psikologis, serta menurunkan risiko *burnout*, khususnya pada dimensi kelelahan emosional dan depersonalisasi pekerja.

ABSTRACT

The thesis entitled “The Practice of Dhikr as an Emotional Coping Strategy for Shelter Workers in Handling Clients with Mental Disorders (ODGJ): A Case Study at the Social Service of Women’s Empowerment and Child Protection (Dinas Sosial P3A) of Trenggalek Regency” was written by Aulia Rahmi, Student ID Number 1860303222032, under the supervision of Achmad Sauqi, M.Pd.I.

Keywords: *Žikir, Emotional Coping, Shelter Workers, People with Mental Disorders (ODGJ), Sufi Psychotherapy, Mujahadah*

Shelter workers who handle People with Mental Disorders (ODGJ) are exposed to high levels of emotional and psychological stress. Intensive interactions with clients displaying aggressive and uncooperative behavior, combined with limited working conditions, increase the risk of work-related stress and burnout. Therefore, effective and sustainable emotional coping strategies are essential. This study aims to describe and analyze the practice of Žikir as an emotional coping strategy used by shelter workers at the Social Service of Women’s Empowerment and Child Protection (Dinas Sosial P3A) of Trenggalek Regency in dealing with ODGJ clients.

This research employed a qualitative approach using a case study method. Data were collected through in-depth interviews, participatory observation, and documentation involving shelter workers who directly handle ODGJ clients. Data analysis was conducted descriptively and analytically based on the perspective of Sufi psychotherapy and emotional coping theory.

The findings reveal that shelter workers spontaneously and consistently practice Žikir, both verbally (jahr) and silently (khofi), particularly when facing work situations that trigger negative emotions such as anger, fear, and emotional exhaustion. Žikir functions as an emotion-focused coping strategy that helps workers regulate emotions, maintain inner calm, and preserve professionalism in their interactions with ODGJ clients. From the perspective of Sufi psychotherapy, Žikir is understood as a form of mujahadah that contributes to inner tranquility (ṭuma’nīnah), strengthens psychological resilience, and reduces the risk of burnout, especially emotional exhaustion and depersonalization.

ملخص

الأطروحة التي تحمل عنوان: "ممارسة الذكر كاستراتيجية للتكيف العاطفي للعاملين في الملاجئ في التعامل مع العملاء (دراسة حالة في خدمة الاجتماعية في منطقة ترينغاليك)" كتبها أوليا رحيمي، ١٨٦٠٣٠٣٢٢٢٠٣٢ المستقلة، مع المشرف الدكتور أحمد سوقي، ماجستير في الدفاع الهندي

الكلمات المفتاحية: الذكر، التكيف العاطفي، عامل المأوى، العلاج النفسي التصوفي، المجاهدة

العاملون في الملاجئ الذين يتعاملون مع الأشخاص المصابين بالاضطرابات النفسية يواجهون ضغوطا عملية عالية، عاطفيا ونفسيا. التفاعلات المكثفة مع العملاء الذين يظهرون ظروف عمل عدوانية وغير متعاونة ومحدودة قد تزيد من ضغط العمل وخطر الإرهاق. في هذا السياق، هناك حاجة إلى استراتيجية فعالة ومستدامة للتكيف العاطفي. تهدف هذه الدراسة إلى وصف وتحليل ممارسة الذكر كاستراتيجية للتكيف العاطفي التي يستخدمها العاملون في الملاجئ في خدمة الاجتماعية التابعة لمقاطعة ترينجاليك في التعامل مع عملاء. يركز هذا البحث على جانبين رئيسيين، وهما دور الذكر كاستراتيجية للتحكم في المشاعر، ومساهمته في المرونة النفسية للعاملين في الملاجئ.

تستخدم هذه الدراسة نهجا نوعيا مع طريقة دراسة حالة. تم إجراء تقنيات جمع البيانات من خلال مقابلات معمقة، وملاحظات تفاعلية، وتوثيق عمال الملاجئ الذين تعاملوا مباشرة مع عملاء. تم إجراء تحليل البيانات بطريقة وصفية-تحليلية باستخدام منظور العلاج النفسي، والتصوف، ونظرية التكيف العاطفي.

أظهرت نتائج الدراسة أن العاملين في الملاجئ مارسوا الذكر بشكل عفوي ومستمر، سواء في شكل الذكر اللفظي أو الذكر الداخلي، خاصة عند مواجهة مواقف عمل تثير مشاعر سلبية مثل الغضب والخوف والإرهاق العاطفي. لقد ثبت أن فعالة كاستراتيجية تأقلم تركز على المشاعر تساعد العاملين على الهدوء، والسيطرة على تظهر استنتاج هذه الدراسة أنه من منظور. مشاعرهم، والحفاظ على موقف مهني عند التعامل مع عملاء العلاج النفسي للتصوف، يفسر الذكر كشكل من أشكال المجاهدة التي تلعب دورا مهما في الحفاظ على السلام الداخلي (العناء)، وتعزيز الصمود النفسي، وتقليل خطر الاحتراق، خاصة في بعد الإرهاق العاطفي. وفقدان الشخصية للعامل.