

HUBUNGAN *BURN OUT* TERHADAP *SPIRITUAL WELL BEING* PADA PEGAWAI DUMAI ISLAMIC CENTER (DIC)

Diajukan untuk melengkapi salah satu syarat guna memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi) pada Program Studi Psikologi Islam



SKRIPSI

Oleh:

OZI DEFRIN
NIRM: 1216.20.2943

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS DAKWAH
INSTITUTE AGAMA ISLAM DINIYAH PEKANBARU
RIAU
1446 H / 2024**



INSTITUT AGAMA ISLAM DINIYAH PEKANBARU
FAKULTAS DAKWAH
كلية الدعوة
FACULTY OF DAKWAH

Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 100 / Jl. Kuau No. 1 HP. 0811-7069-222 | Website : www.diniyyah.ac.id | email : admin@diniyyah.ac.id

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor: 041/B-01/PTA/FD-IAIDP/09/2024

Tugas Akhir dengan judul : HUBUNGAN *BURNOUT* TERHADAP *SPRITUAL WELLBEING* PADA
PEGAWAI DUMAI *ISLAMIC CENTER* (DIC)

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : OZI DEFRIN
Nomor Induk Registrasi Mahasiswa : 1216.20.2943
Telah diujikan pada : Kamis, 12 September 2024
Nilai ujian Tugas Akhir : A

Dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang

Dr. Mukhyar, M.A
NIDN. 2110117002

Sekretaris Sidang

Renny Rahmalia, M.Psi., Psikolog
NIDN. 2101039403

Penguji I

Willytiyo Kurniawan, M.Psi
NIDN. 2102069204

Penguji II

Eva Yuliza, M.Psi., Psikolog
NIDN. 2130048402



Pekanbaru, 3 Oktober 2024
Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru
Dekan Fakultas Dakwah

Dr. Hervrizal, MA
NIDN. 2117067502

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada Yang Terhormat,
Dekan Fakultas Dakwah
Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru
Di-
Pekanbaru

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, meneliti dan memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Ozi Defrin
NIRM : 1216.20.2943
Judul skripsi : Hubungan *Burnout* terhadap *Spiritual Wellbeing* pegawai Dumai *Islamic Center* (DIC)

Sudah dapat diajukan kepada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang sosial.

Dengan ini kami berharap agar skripsi saudara tersebut diatas dapat segera dimunaqasyakan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

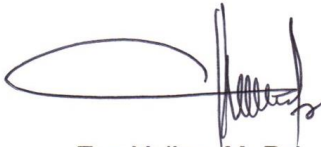
Wassalamu'alaikum, Wr, Wb.

Pekanbaru, 24 Agustus 2024

Mengetahui,

Pembimbing II

Pembimbing I



Eva Yuliza, M. Psi., Psikolog
NIDN. 2130048402



Willytiyo Kurniawan, M. Psi
NIDN. 2102069204

Ketua Prodi Psikologi Islam



Willytiyo Kurniawan, M. Psi
NIDN. 2102069204

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ozi Defrin
NIRM : 1216.20.2943
Program Studi : Psikologi Islam
Fakultas : Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul: **Hubungan *Burnout* terhadap *Spiritual Wellbeing* pada Pegawai Dumai *Islamic Center* (DIC)** adalah hasil karya pribadi dan tidak mengandung plagiarisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggungjawab penyusun.

Pekanbaru, 13 September 2024
Yang Menyatakan,



Ozi Defrin
NIRM. 1216.20.2943

Hubungan *Burnout* terhadap *Spiritual Wellbeing* pada pegawai Dumai Islamic Center (DIC)

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat Hubungan *Burnout* Terhadap *Spiritual Wellbeing* pada Pegawai Dumai *Islamic center* (DIC). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan melibatkan pegawai Dumai *Islamic Center* (DIC). Sebanyak 37 orang yang menjadi sampel penelitian. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini *Non probability sampling* dengan jenis sampling jenuh. Hasil penelitian menunjukkan *Burnout* (X) dengan *Spiritual Wellbeing* (Y) adalah sebesar $0,000 < 0,05$, yang berarti terdapat korelasi yang signifikan antara variabel *Burnout* dengan variabel *spiritual wellbeing*. Berdasarkan Nilai r hitung diketahui nilai r hitung untuk hubungan *Burnout* (X) dengan *spiritual wellbeing* (Y) adalah sebesar $- 0,794 > r$ tabel 0.325 , maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif yang kuat antara variabel *Burnout* dengan variabel *spiritual wellbeing*.

Kata Kunci: *Spiritual Wellbeing*, *Burnout*, Pegawai

The Relationship Between Burnout and Spiritual Wellbeing Among Employees of the Dumai Islamic Center (DIC)

Abstract

Spiritual Wellbeing as an affirmation of life in establishing relationships with oneself, others, the environment, and God. This study aimed to determine whether there is a relationship between Burnout and Spiritual Wellbeing among employees of the Dumai Islamic Center (DIC). This research used a quantitative method involving employees of the Dumai Islamic Center (DIC). A total of 37 people were the sample of the study. The sampling technique used in this study was non-probability sampling with saturated sampling. The results showed that Burnout (X) and Spiritual Wellbeing (Y) had a significant correlation of $0.000 < 0.05$, indicating a significant correlation between the Burnout variable and the spiritual wellbeing variable. Based on the calculated r value, the calculated r value for the relationship between Burnout (X) and spiritual wellbeing (Y) was $-0.794 > r \text{ table } 0.325$, indicating a strong negative relationship between the Burnout variable and the spiritual wellbeing variable.

Keywords: *Spiritual Wellbeing, Burnout, Employees*

“Motto”

“Jadikan dakwah maksud hidup, hidup untuk dakwah, dakwah sampai mati, mati mampu ucapkan kalimah lailaha illallah”

(Defrin, 2024)

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum wa rahmatullahi wa barakatu

Alhamdulillahirobb al'alamiin. Segala puji bagi ALLAH SWT, karena dengan rahmat dan hidayah-NYA tak terhingga sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat beriring salam selalu tercurah kepada Junjungan Alam Semesta Baginda Rasulullah Nabi Muhammad SAW. Sehingga diakhir kelak kita termasuk pada golongan umat beliau dan mendapatkan syafaat al'uzhmah,

Berbagai macam kesulitan, cobaan dan rintangan yang penulis hadapi selama proses penyusunan skripsi ini. Dalam menulis skripsi, penulis membutuhkan kesabaran, keiklasan dan keyakinan dalam mengumpulkan data-data, ketelatenan dalam mengolah data tersebut menjadi wacana yang utuh, dan kejernihan pikiran ketika menuangkannya kedalam tulisan. Sehingga pada akhirnya laporan tugas akhir ini dapat diselesaikan.

Laporan tugas akhir ini disusun untuk melengkapi salah satu syarat yang harus dipenuhi bagi mahasiswa yang telah menyelesaikan studinya di Institut Agama Islam (IAI) Diniyyah Pekanbaru untuk program s1 psikologi Islam.

Untuk melangkah sampai disini, penulis tidaklah berjalan sendiri melainkan dengan dukungan dan bantuan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, penulis menyampaikan rasa hormat dan ucapan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Ibu Dr. Novi Yanti, MM Selaku Rektor Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru
2. Bapak Dr. Mursal, M.Pd.I, Ibu Refika M.Pd.I, Bapak Irwan Tutrisno M.E, Selaku Wakil Rektor I, II, dan III Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru
3. Bapak Dr. Hervrizal, MA, Selaku Dekan Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru
4. Bapak Willytiyo Kurniawan, M.Psi, Selaku Ketua Jurusan Psikologi Islam sekaligus Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan kepada penulis dalam menyelesaikan tugas akhir penyusunan skripsi serta telah memberikan ilmu pengetahuan dan wawasan yang bermanfaat bagi penulis kedepannya.
5. Ibu Eva Yuliza, M.Psi., Psikolog selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan kepada penulis dalam menyelesaikan tugas akhir penyusunan skripsi serta telah memberikan ilmu pengetahuan dan wawasan yang bermanfaat bagi penulis kedepannya.
6. Seluruh Dosen Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru yang telah mengajar dan mendidik penulis baik secara teoritis maupun secara praktik.
7. Seluruh *Staff* dan Pegawai di Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan surat menyurat dan seluruh administrasi selama perkuliahan berlangsung
8. Kedua Orangtua dan Istri tercinta yang telah mendukung sampai pada tahap ini.
9. Seluruh Pegawai Islamic Dumai Center yang telah membantu penulis dalam urusan data penelitian untuk menyelesaikan penelitian ini
10. Teman-teman Psikologi Islam Angkatan 2020 yang telah memberikan dukungan kepada penulis selama proses perkuliahan berlangsung dan sampai pada proses pengerjaan skripsi ini.
11. Mahasiswa Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru yang sama-sama berjuang selama proses perkuliahan berlangsung.

Terima kasih penulis ucapkan kepada semua pihak yang telah membantu selama menjalani proses perkuliahan di Fakultas Dakwah Prodi Psikologi Islam Institut Agama Islam Diniyyah Pekanbaru. Semoga skripsi ini memberikan manfaat khususnya bagi penulis dan pembaca dan semoga dengan adanya dukungan dorongan, bantuan yang telah diberikan kepada penulis selama ini, mendapat balasan yang setimpal dari Allah SWT. Penulis juga mohon maaf atas segala kesalahan dan kekurangan yang penulis lakukan selama perkuliahan berlangsung, baik yang disengaja maupun tidak disengaja. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan dimasa yang akan datang.

Wassalammua'alaikum Warahmatullahi Wabarrakatuh

Pekanbaru, 24 Agustus 2024

Penulis,



OZI DEFRIN

DAFTAR ISI

Abstrak	i
Abstract	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi	vi
Daftar Tabel	vii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	10
1. Tujuan Penelitian	10
2. Manfaat Penelitian	10
a. Secara Teoritis	10
b. Secara Praktis	10
D. Penelitian Terdahulu	11

BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR

A. <i>Spiritual Well Being</i>	16
1. Pengertian <i>Spiritual Well Being</i>	16
2. Aspek-aspek <i>Spiritual Well Being</i>	18
3. Faktor-faktor <i>Spiritual Well Being</i>	21
4. <i>Spiritual Well Being</i> dalam perspektif islam.....	22
B. <i>Burnout</i>	32
1. Pengertian <i>Burnout</i>	32
2. Aspek-aspek <i>Burnout</i>	34
3. Gejala <i>Burnout</i>	35
4. Dampak <i>Burnout</i>	36
5. Faktor-faktor yang menyebabkan <i>Burnout</i>	37
6. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Burnout</i>	38
7. Mencegah <i>Burnout</i>	39
C. Kerangka Berpikir	39
D. Hipotesis Penelitian.....	43

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	44
B. Definisi Operasional Variabel	44
C. Waktu dan Tempat penelitian.....	46
D. Variabel	46
E. Populasi dan Sampel	47
1. Populasi	47
2. Sampel	47

F. Metode Pengumpulan data	48
G. Teknik Analisis Data	53
H. Validitas dan Reliabilitas	53
1. Validitas	53
2. Reliabilitas	54
I. Teknik Analisis Data	56
1. Uji Asumsi Dasar / Uji Prasyarat	56
a. Uji Normalitas	56
b. Uji Linearitas	56
c. Uji Hipotesis	56

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian	57
1. Gambaran Lokasi Penelitian	57
2. Waktu dan Tempat Penelitian	57
B. Hasil Penelitian	58
1. Deskriptif dan Kategorisasi	58
2. Hasil Uji Normalitas	61
3. Hasil Uji Linearitas	62
4. Hasil Uji Hipotesis	63
C. Pembahasan	64

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	68
B. Saran	69

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skala <i>Likert</i>	45
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala <i>Burnout</i>	46
Tabel 3.3 Uji Reliabilitas <i>Burnout</i>	48
Tabel 3.4 <i>Blue Print</i> skala <i>Spiritual Well-being</i>	48
Tabel 3.5 Uji Reliabilitas <i>Spiritual Well-Being</i>	50
Tabel 4.1 <i>Descriptive Statistics</i>	56
Tabel 4.2 Norma Kategorisasi	57
Tabel 4.3 kategorisasi <i>Spiritual Well-being</i>	58
Tabel 4.4 Kategorisasi <i>Burnout</i>	59
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas	59
Tabel 4.6 Hasil Uji Linieritas	60
Tabel 4.7 <i>Correlations</i>	61

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kota Dumai merupakan salah satu Kota di Propinsi Riau, dengan nama ibu kota yaitu Dumai. Kota Dumai berada di pesisir pantai pulau Sumatera sebelah timur. Memiliki luas wilayah 1.727.385 Km² dengan mayoritas beragama Islam. Berdasarkan hasil penelitian yang pernah dilakukan bahwa hasil analisa swot menunjukkan kota Dumai sebagai sebuah kota yang dapat dikembangkan dengan fasilitas berskala nasional dan internasional, mudah dijangkau dari pusat keramaian, dapat dikembangkan sebagai fungsi *mixed used*, kota Dumai sebagai kawasan orientasi publik yang ada di pusat kota dan landmark kota (masrul, 2017). Menariknya, mulai tahun 2021 di kota Dumai terdapat tempat kegiatan keagamaan bernama Dumai *Islamic center* (DIC) yakni sebuah Masjid dengan bangunan megah dan mewah seperti layaknya masjid Nabawi yang menjadi ikon dan daya tarik tersendiri bagi semua kalangan termasuk artis dan ulama nasional.

Liputan oleh Tribunpekanbarutravel.com. pada Rabu (15/3/2023) "Pembangunan Dumai *Islamic center* dimulai tahun 2021, Wali Kota Dumai yakni Bapak Paisal mempunyai sebuah visi kedepan bagaimana Kota Dumai memiliki Pusat Dakwah, pembelajaran Agama Islam, pendalaman Al-Quran serta sebuah *icon* untuk diingat oleh wisatawan maupun jadi kebanggaan terkhususnya bagi masyarakat

Kota Dumai. Dan visi tersebut diwujudkan dengan kehadiran Dumai *Islamic center*. Besar harapan ke depannya, dengan adanya Dumai *Islamic center* ini akan memberikan banyak keuntungan kepada masyarakat Kota Dumai mulai dari segi ilmu pengetahuan, ilmu agama, perekonomian masyarakat, serta pusat ibadah bagi masyarakat Kota Dumai yang beragama muslim.”

Islamic center sebagai wadah fisik berperan sebagai wadah dengan berbagai kegiatan yang begitu luas dalam suatu area. *Islamic center* Secara umum, Menurut Rahmat, A (2018) yakni sebagai pusat kegiatan keislaman, semua kegiatan pembinaan dan pengembangan manusia atas dasar ajaran agama Islam berlangsung berdasarkan inti atau dasar ajaran yang meliputi; ibadah, muamalah, taqwa, dan dakwah. Maka keberadaan Dumai *Islamic center* (DIC) seharusnya mampu memberikan dampak positif dalam meningkatkan spiritualitas bagi masyarakat setempat, pengunjung atau tamu dan terutama bagi pegawai yang aktivitas keseharian diarea Dumai *Islamic center* (DIC). Elemen spiritual merupakan hal yang sangat penting yang harus dimiliki oleh individu, *spirituality* sebagai kepercayaan umum dari suatu pengalaman diluar kesadaran manusia atau kepercayaan pada kekuatan spesifik yang jauh lebih tinggi dari manusia (Jhonson, 2019).

Menurut ajaran para sufi, manusia bukan hanya sekedar makhluk fisik, akan tetapi juga sebagai makhluk spiritual. Dengan menyadari hal tersebut, maka dibutuhkan tindakan yang lebih bijak dan seimbang

dalam memperlakukan diri, salah satunya dengan memperhatikan kesejahteraan spiritual. Fisher (2009) mendefinisikan Kesejahteraan spiritual, atau spiritual well-being, berfungsi sebagai dasar hidup yang harmonis dalam berhubungan dengan Tuhan, diri sendiri, orang lain, dan lingkungan secara menyeluruh. Kesejahteraan ini tercermin melalui cinta, kasih sayang, sikap positif, kepedulian, serta ketaatan dalam menjalankan ibadah. *Spiritual well-being* merupakan sebuah kesejahteraan, kebahagiaan atau perasaan positif yang diperoleh seseorang disaat menjalankan usaha dan sikap dari nilai-nilai religius atau spiritualitasnya (Kharama,Z.,dkk,2014). Namun yang menjadi permasalahan adalah ketika pegawai DIC belum memiliki kualitas yang cukup dalam hal kesejahteraan secara spiritual sedangkan keberadaan aktivitas keseharian di pusat kegiatan keagamaan.

Wawancara yang dilakukan pada 5 maret 2024 kepada salah seorang pegawai yang bekerja di DIC, berinisial MS yang bertugas sebagai sekretariat bidang kepegawaian, ia mengungkapkan bahwa pegawai DIC tidak mampu secara maksimal dalam mengikuti kegiatan keagamaan, mulai dari kegiatan keseharian sampai event besar seperti sebelumnya mengundang banyak artis religi dan pendakwah ibukota seperti ustadzah Oki Setiana Dewi, Mama Dedeh, Buya Yahya, Ustadz Deri Sulaiman. Keberadaan pegawai di DIC tidak mampu seperti jamaah lain yang berantusias datang dan mengikuti kajian keagamaan dengan duduk diam mendengarkan, sejauh ini pegawai DIC hanya

sibuk dengan aktivitas mereka sendiri. DIC dengan berbagai kegiatan keagamaannya, tidak mampu menjadikan pegawai memaknai dari setiap rangkaian kegiatan dikarenakan kesibukan dalam mengurus acara, pegawai yang keberadaannya di DIC hanya sebatas bekerja menjalankan tugas memastikan acara berjalan lancar, sehingga dampak yang bisa dilihat adalah pegawai DIC yang aktivitas dalam keseharian pun tidak menjalankan ibadah wajib dan tidak mampu mengikuti kegiatan keagamaan yang bisa membangun diri ke arah positif secara maksimal. Posisi pegawai DIC hanya menjalankan peran sebagai tuntutan kerja bagaimana acara segera selesai tanpa ada kesalahan teknik, seperti bagaimana acara mampu berjalan dengan lancar mulai dari membersihkan tempat, penyediaan perlengkapan seperti mikrofon dan lainnya serta keamanan barang-barang dilokasi menjadi tuntutan tersendiri bagi pegawai. Tuntutan dalam menjalankan pekerjaan berakibat pada minimnya pemaknaan nilai-nilai keagamaan bagi pegawai sehingga berpengaruh pada kepribadian individu pegawai tersebut. Berbagai permasalahan seperti diantaranya konflik-konflik yang terjadi antara sesama pegawai, terjadinya pertengkaran, tidak bisa saling menyelesaikan masalah dengan baik, tidak mampu bekerjasama dalam menjalankan tugas seperti halnya permasalahan menghadapi pegawai yang sudah dari awal bekerja bukan berlandaskan seleksi dan rekrutmen melainkan sebagai orang titipan sehingga tidak melakukan kinerja sebagaimana mestinya, sehingga MS

sebagai sekretariat bidang pegawai menyatakan lelah dan tertekan menghadapi permasalahan yang terjadi, ia tidak mampu mengarahkan anggota-anggota pegawai yang bermasalah tersebut karena akan berkaitan dan berurusan dengan bagian pemerintahan yang lebih tinggi dari jabatannya. MS sebagai sekretariat bidang pegawai juga mengungkapkan kelelahan dalam menghadapi beberapa karyawan yang tidak mampu diajak untuk kerjasama dengan baik.

Rendahnya tingkat *Spiritual Well-being* pada pegawai tersebut, merupakan bagian dari permasalahan yang harus diperhatikan karena akan berpengaruh pada icon DIC secara umum. Koeing (2001) menyebutkan bahwa "*Spiritual well-being includes a psychosocial and also a religious element*". Elemen religius atau yang juga disebut sebagai dimensi *Religious Well-Being (RWB)*, merupakan elemen yang mengindikasikan suatu hubungan dengan kekuatan yang lebih tinggi (misalnya, Tuhan). Elemen psikososial, atau yang juga disebut sebagai dimensi *Existential Well-Being (EWB)*, merupakan elemen yang mengindikasikan perasaan seseorang mengenai siapa dirinya, apa yang ia lakukan, mengapa dan siapa yang 'memilikinya' (Hesmati, 2010). Individu yang memiliki kondisi kesejahteraan spiritual yang kurang baik, dapat memunculkan masalah secara psikologis seperti halnya perasaan stres dan tertekan yang merupakan bagian dari gejala *Burnout*.

Peran *islamic centre* sebagai pusat kegiatan secara tidak langsung menuntut pegawai untuk bekerja lebih ekstra dan harus selalu siap dengan berbagai kinerja lapangan dikarenakan bersifat sosial. Apabila pegawai dalam sosial tidak mampu mengimbangi tuntutan pekerjaan dengan kesejahteraan spiritual atau *spirituall well being*, maka terjadilah berbagai konflik antara sesama pegawai yang semakin meningkat, pegawai yang tidak mampu menjalankan sesuai tugasnya menyebabkan tidak adanya kekompakan dan kerjasama dalam menjalankan tugas, sehingga menuntut pegawai lain untuk maksimal melaksanakan yang bukan tugasnya sehingga muncul kelelahan fisik dan emosional. Konflik-konflik yang terjadi diakibatkan oleh *spirituall well being* yang rendah sehingga hal ini pulalah yang menimbulkan *Burnout* pada pegawai. Seseorang yang terkena *Burnout*, dari luar segalanya masih nampak utuh, namun di dalamnya kosong dan penuh masalah (Koeing,2012).

Istilah *Burnout* pertama kali diutarakan dan diperkenalkan kepada masyarakat oleh Herbert Freudenberger pada tahun 1973. Freudenberger adalah seorang ahli psikologis klinis pada lembaga pelayanan sosial di New York yang menangani remaja bermasalah. Ia mengamati perubahan perilaku para sukarelawan setelah bertahun-tahun bekerja. Hasil pengamatannya, ia laporkan dalam sebuah jurnal psikologi profesional pada tahun 1973 yang disebut sebagai sindrom *Burnout* (Farber, 1991).

Maslach, Schaufeli, & Leiter (2014) mendefinisikan *Burnout* sebagai suatu kondisi dimana individu mengalami penurunan emosional, kehilangan motivasi dan komitmen yang disebabkan oleh stres secara emosional, sehingga cepat merasa lelah secara fisik maupun mental dan sinis terhadap orang lain. *Burnout* memiliki tiga dimensi, pertama *exhaustion* atau kelelahan yaitu keadaan seseorang kehilangan kontrol akan emosinya. Kedua *cynicism* atau sinisme terjadi ketika seseorang membatasi diri dengan lingkungan sekitar, sehingga ketika berinteraksi sikap yang ditunjukkan cenderung negatif agar dirinya terhindar dari kekecewaan. Ketiga *inefficacy* atau ketidak efektifan yaitu mengacu pada perasaan tidak kompeten dan kurangnya pencapaian produktivitas dalam pekerjaan.

Burnout adalah sindrom kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian pribadi yang dapat terjadi pada individu yang melakukan pekerjaan dari beberapa jenis. Ini adalah respon terhadap ketegangan emosional kronis yang berurusan secara ekstensif dengan manusia lain, terutama ketika mereka bermasalah atau mengalami masalah (Maslach, 2003). *Burnout* adalah suatu proses psikologis yang dibawa oleh stres pekerjaan yang tidak terlepas, menghasilkan kelelahan emosi, perubahan kepribadian, dan perasaan penurunan pencapaian (Ivancevich dkk., 2005).

Dalam pelaksanaan kerja sebagai pelayanan publik oleh pegawai, pasti tidak lepas dari berbagai permasalahan yang mengakibatkan

Burnout pada pegawai yang merupakan bagian dari akibat rendahnya *Spiritual Well-being*. Begitu banyak permasalahan *Burnout* pada pegawai dikarenakan rendahnya kualitas ibadah, meninggalkan kewajiban kepada tuhan yang merupakan aspek penting dalam kehidupan dalam hal hubungan dengan tuhan atau disebut *transedental*. Sebagaimana pernyataan oleh OD pada 19 februari 2024, yang bertugas sebagai Kepala Sekretariat Dumai *Islamic center* , ia menyatakan bahwa pusat kegiatan keislaman seharusnya mampu membuat pegawai yang bekerja menjadi lebih mendekatkan diri dalam hal ibadah, karena aktivitas keseharian selalu berdampingan dengan rumah ibadah. Namun, hal tersebut tidak berperan sebagai mestinya dimana pegawai *Islamic center* dalam keseharian kerjanya hanya menjadikan tempat kerja sebagai tempat melaksanakan kerja bukan sambil melaksanakan ibadah dan bagi pegawai tertentu hanya sebagai orang titipan dan tidak mampu bekerja dengan baik, sehingga terlihat aktivitas harian tidak mampu menjadi *DIC* sebagai tempat untuk berbenah diri ke arah lebih baik dengan terlihat masih banyak nya pegawai yang lalai dalam melakukan ibadah wajib dan pemaknaan kegiatan keagamaan lainnya. Ini bermakna individu tidak mampu memaknai dan belum mencapai pemahaman yang lebih sehingga terjadi permasalahan-permasalahan baik dengan diri sendiri maupun dengan sesama pegawai.

Seperti harapan pada wawancara sebelumnya yang diungkapkan oleh MS, seharusnya DIC mampu menjadi wadah untuk berbenah diri, pegawai mampu kerjasama dan saling keterbukaan dalam mendengarkan keluhan antar sesama pegawai sehingga tidak memendam masalah yang bisa mengakibatkan stress, kuncinya adalah dengan menjadikan tugas sebagai pegawai di Dumai *Islamic center* dengan landasan atau niat untuk beribadah sebagai kesejahteraan diri terhadap Tuhan dan kesejahteraan diri terhadap sesama bukan hanya sebagai tempat menjalankan tuntutan tugas keseharian sebagai pegawai.

Berkaitan dengan permasalahan yang dihadapi oleh Pegawai dumai *Islamic center* ini, konflik serta permasalahan yang kian berlarut dan memanas tentunya sangat memerlukan sebuah solusi yang tepat agar mampu meningkatkan *Spiritual Well-being* sehingga *Burnout* pada pegawai tidak semakin memburuk. Dari fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan kajian lebih lanjut yang mengulas penelitian mengenai Hubungan *Burnout* terhadap *Spiritual Well-being* pada Pegawai Dumai *Islamic center* (DIC).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat dirumuskan pertanyaan penelitian yakni apakah terdapat Hubungan *Burnout* Terhadap *Spiritual Well-being* pada Pegawai Dumai *Islamic center* (DIC)?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat Hubungan *Burnout* Terhadap *Spiritual Well-being* pada Pegawai Dumai *Islamic center* (DIC).

2. Manfaat Penelitian

a. Secara Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan yang bermanfaat bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya psikologi islam dan industri serta sosial, terkait dengan *Burnot* dan *Spiritual Well-being* pada pegawai. Mengingat rendahnya *Spiritual Well-being* dapat membawa dampak negatif bagi diri sendiri, orang lain, maupun pekerjaanya.

Secara khusus, penelitian ini memberikan kontribusi pada dunia sosial dan industri berupa pengetahuan mengenai *Burnout* dan *Spiritual Well-being* pada pegawai.

b. Secara Praktis

- a) Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi kepada pegawai, terkait manfaat yang dapat diperoleh dengan menekan *Burnout* yang dialaminya.
- b) Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi kepada pegawai, mengenai pentingnya memperkuat *Spiritual Well-*

being untuk menekan terjadinya *Burnout* yang dialami oleh pegawai.

- c) Diharapkan manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini juga untuk menambah wawasan bagi para pegawai maupun calon pegawai tentang spiritual well being guna menanggulangi atau meminimalisir terjadinya *Burnout*, Sehingga langkah yang digunakan ini dapat diikuti oleh para pegawai lain maupun calon pegawai, khususnya di Dumai *Islamic center* .

3. Penelitian Terdahulu

Untuk menunjukkan keaslian penelitian ini, maka peneliti mengambil beberapa penelitian terdahulu yang sudah pernah dilakukan, antara lain sebagai berikut.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Rida Eka Apriningrum dan Lufiana Harnany Utami, Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Sunan Ampel Surabaya (2021), dengan judul, "*Pengaruh Spiritual Well-Being dan Self-Efficacy terhadap Burnout pada Guru TK*". Penelitian ini dilakukan untuk menguji tentang pengaruh Spiritual Well-being dan *selfefficacy* terhadap *Burnout* pada guru TK. penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. quota sampling adalah Teknik sampling yang digunakan. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu skala MBI, skala SWBQ, dan skala *self-effiicacy*. Dan teknik analisis data yang digunakan yaitu regresi ganda. Hasil penelitian menunjukkan

bahwa *spiritual well-being* dan *self efficacy* berpengaruh terhadap terbentuknya *Burnout* pada guru TK.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Amalia Lathifah dan Thobagus Mohammad Nu'man, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia (2017), dengan judul, "*Hubungan Spiritual Well-Being dan Burnout pada Karyawan*". Penelitian ini menguji tentang hubungan *Spiritual Well-being* dan *Burnout* pada karyawan kantor pusat PLN di Jakarta Pusat. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan skala *spiritual well-being* yang dikembangkan oleh Ellison & Paloutzian, dan skala *Burnout* yang dikembangkan oleh Maslach & Jackson. Analisis data dilakukan menggunakan program statistik uji korelasi *rank Spearman's rho*. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *spiritual well-being* dan *Burnout* pada karyawan kantor pusat PLN.
3. Penelitian yang berjudul "*Kesejahteraan Spiritual dan Burnout pada Mahasiswa Pendidikan Dokter*" oleh Latifatul Laili & Miftahun Ni'mah Suseno (2016), Penelitian ini dilakukan untuk menguji pengaruh kesejahteraan *spiritual* terhadap *Burnout* pada mahasiswa Pendidikan Dokter. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Perolehan Sampel penelitian melalui metode *cluster random*. Skala yang digunakan adalah

modifikasi skala MBI-SS dan SWBQ Analisis data yang digunakan yaitu regresi ganda. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh keempat domain kesejahteraan *spiritual* terhadap masing-masing dimensi *Burnout*. Sedangkan dari keempat domain kesejahteraan *spiritual* yang berpengaruh secara *signifikan* terhadap setiap dimensi *Burnout* adalah domain *transedental*.

4. Dita Ayu Puspitasari dan Muryantinah Mulyo Handayani (2014) melakukan penelitian yang berjudul "*Hubungan Tingkat Self-Efficacy Guru dengan Tingkat Burnout pada Guru Sekolah Inklusif di Surabaya*". Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan variabel bebas self-efficacy dan variabel terikatnya *Burnout*. responden dalam penelitian ini berjumlah 74 guru kelas dan guru mata pelajaran yang mengajar di sekolah reguler yang menjadi sekolah inklusif maksimal selama 4 tahun di wilayah Surabaya. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa hipotesis diterima yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat self efficacy guru dengan tingkat *Burnout* pada guru di sekolah inklusif.
5. Adapun penelitian yang berjudul "*Hubungan antara Self-Efficacy dengan Burnout Terhadap Perawat Rumah Sakit Jiwa*" oleh Dyas Novinka Puspita Pamungkas (2018), penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan variabel bebas self-efficacy dan

variabel terkaitnya *Burnout*. responden penelitian ini adalah perawat rumah sakit jiwa yang berjumlah 100 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah: skala self efficacy dan skala *Burnout*. Analisis data digunakan dengan non parametrik Spearman Rho's. Berdasarkan hasil analisis data, untuk hipotesis $r = -0.544, sig. = 0.000$ $p < 0,01$, artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara self-efficacy dengan *Burnout* terhadap perawat rumah sakit jiwa. Sumbangan efektif self-efficacy terhadap *Burnout* 29,5 yang berarti 70,5 dipengaruhi oleh faktor lain.

6. Penelitian yang dilakukan oleh Novita Dian Iva Prestiana dan Dewanti Purbandini (2012) yang berjudul "*Hubungan antara Efikasi Diri (Self-Efficacy) dan Stress Kerja dengan Kejenuhan Kerja (Burnout) pada Perawat IGD dan ICU RSUD Kota Bekasi*". Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan variabel bebas kejenuhan kerja (*Burnout*) dan variabel terkaitnya efikasi diri (self-efficacy) dan stress kerja. responden penelitian ini adalah perawat rumah sakit yang berjumlah 37 orang. Hasil koefisien korelasi menunjukkan hubungan antara self-efficacy dengan *Burnout* sebesar $r = -0.470$ dan tingkat signifikansi 0.003 ($p < 0.05$), dengan demikian semakin tinggi tingkat self-efficacy perawat maka semakin rendah *Burnout*nya. Hubungan antara stres kerja dengan *Burnout* menunjukkan hasil koefisien korelasi

sebesar $r=0.596$ dan tingkat signifikansi 0.000 ($p<0.05$) artinya semakin tinggi tingkat stres kerja seseorang maka semakin tinggi pula *Burnout*nya.

Berdasarkan uraian penelitian yang telah disebutkan dapat disimpulkan bahwa penelitian yang dilakukan oleh peneliti memiliki perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya baik dari responden penelitian, maupun variabel penelitian. Artinya bahwa penelitian ini dapat dipertanggung jawabkan keasliannya. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengungkapkan Hubungan *Burnout Terhadap Spiritual Well-being Pada Pegawai Dumai Islamic center (DIC)*.

BAB II

KAJIAN TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR

A. *Spiritual Well-being*

1. Pengertian *Spiritual Well-Being*

Spiritual Well-Being atau kesejahteraan spiritual berasal dari dua kata, yaitu kesejahteraan (*well-being*) dan spiritual. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), sejahtera ialah suatu kondisi Makmur, aman sentosa, serta selamat (terlepas dari berbagai macam gangguan). *American Psychological Association (APA)* mendefinisikan *well-being* sebagai suatu keadaan pada individu yang digambarkan dengan adanya rasa bahagia, kepuasan, tingkat stres yang rendah, sehat secara fisik dan mental, dan kualitas hidup yang baik. Kesejahteraan secara umum merupakan istilah yang dipakai untuk menggambarkan keadaan individu ataupun kelompok dengan mengacu pada keadaan sosial, ekonomi, psikologis, spiritual atau medis. Tingkat kesejahteraan yang tinggi berkaitan dengan pengalaman positif, sedangkan tingkat kesejahteraan yang rendah berkaitan dengan pengalaman negatif dari individu atau kelompok.

Kesejahteraan dapat diartikan sebagai cara hidup individu yang berorientasi pada kehidupan optimal antara tubuh, pikiran, dan spiritual yang diintegrasikan untuk hidup lebih harmoni dengan sesama manusia dan alam. Keadaan tersebut idealnya merupakan keadaan optimal dari kesehatan dan kesejahteraan yang mampu

dicapai oleh setiap individu Spiritual berasal dari kata spirit yang diambil dari bahasa Latin spiritus yang memiliki arti nafas kehidupan.

Spiritual pada mulanya hanya terkait dengan agama, akan tetapi beberapa dekade terakhir ini makna spiritual telah dimasukkan beberapa konsep tambahan, seperti tujuan dan makna hidup, hubungan dengan orang lain (kualitas dukungan sosial), kedamaian, harmoni dan kesejahteraan. Hooker dan Koenig (2014) menegaskan bahwa makna spiritual merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam kehidupan manusia yang multidimensi. Salah satu konstruk yang berkaitan dengan spiritual adalah *spiritual well-being*.

The National Interfaith Coalition on Aging (NICA) mendefinisikan *Spiritual Well-being* atau kesejahteraan spiritual sebagai penegasan hidup dalam menjalin hubungan dengan diri sendiri (personal), orang lain (*communal*), lingkungan (*environment*), dan Tuhan (*transcendental*). Menurut Ellison (Ariyani S, 2022), *spiritual well-being* merupakan suatu keadaan yang mengindikasikan kepuasan hidup dalam aspek spiritual atau kesehatan spiritual individu, terdiri dari *religious well-being* (mengacu pada hubungan individu dengan Tuhan) dan *existential well-being* (mengacu pada persepsi individu mengenai tujuan serta kepuasan hidup, terlepas dari aspek keagamaan).

Smith (2020) yang merujuk pada *The National Interfaith Coalition on Aging (NICA)* menjelaskan *spiritual well-being* sebagai

afirmasi hidup dalam berelasi dengan diri sendiri, Tuhan, orang lain, dan lingkungan secara keseluruhan. Empat dimensi tersebut memiliki ikatan satu dengan yang lain dan kualitas hubungan pada masing-masing dimensi akan merefleksikan kesejahteraan spiritual pada individu.

Dengan begitu *spiritual well-being* merupakan suatu keadaan yang timbul dari kualitas hidup individu dalam menjalin hubungan yang harmoni baik secara horizontal maupun secara vertikal. Dengan penjelasan diatas, peneliti memutuskan untuk menggunakan teori *spiritual well-being* yang dikemukakan oleh Smith yang menyatakan bahwa *Spiritual Well-being* sebagai suatu keadaan yang merefleksikan perasaan, perilaku, dan pemikiran yang positif terkait hubungan dengan Tuhan, diri sendiri, orang lain, dan lingkungan.

2. Aspek-aspek *Spiritual Well-Being*

Fisher (2009) mengemukakan ada 4 (empat) aspek dari *spiritual well-being*, diantaranya yaitu *personal*, *communal*, *environmental*, dan *transcendental*. Penjelasan dari keempat aspek tersebut yaitu sebagai berikut:

a. *Personal* (diri sendiri)

Domain *personal* merujuk pada hubungan individu dengan dirinya sendiri yang berkaitan dengan tujuan, makna dan nilai-nilai dalam hidup. Hubungan ini yang akan menciptakan kesadaran

diri, yaitu kekuatan pendorong jiwa manusia untuk menemukan identitas diri sehingga mampu menghargai diri sendiri.

b. *Communal* (orang lain).

Domain *communal* merujuk pada kualitas dan kedalaman hubungan interpersonal antara diri sendiri dengan orang lain. Dimensi *communal* ini berhubungan dengan moralitas, budaya, dan agama. Hubungan ini akan melahirkan kasih sayang, cinta, kepedulian, pengampunan, kepercayaan, harapan, dan kemampuan mengaktualisasikan iman dengan sesama.

c. *Environmental* (lingkungan)

Domain *environmental* merujuk pada sikap yang lebih dari pemeliharaan biologis dan fisik, meluas ke arah kekaguman dan gagasan kesatuan dengan alam atau lingkungan.

d. *Transcendental* (Tuhan)

Domain *transcendental* merujuk pada hubungan dari diri sendiri dengan sesuatu yang melewati aspek manusia, melibatkan iman dan penyembahan terhadap realitas transenden, yaitu Tuhan.

Aspek-aspek yang dijelaskan di atas ini merupakan komponen yang sangat penting untuk dapat menilai kesejahteraan spiritual pada individu. Keempat aspek diatas merupakan satu kesatuan yang membangun *spiritual well-being* secara utuh, dimana kualitas hubungan pada masing-masing dimensi tersebut akan menentukan

Spiritual Well-being pada individu. Sehingga individu dapat dikatakan sudah dalam keadaan sejahtera secara spiritual apabila telah memenuhi keempat aspek tersebut.

Individu yang mempunyai hubungan personal dan *transcedental* baik tetapi tidak memperdulikan hubungan *communal* dan *environmental* bisa dikatakan mengalami gangguan atau penyakit *spiritual (spiritual disease)* karena terisolasi dari masyarakat. Penyakit spiritual dapat menyebabkan individu mengalami fragmentasi psikologis-spiritual yang menurut Zohar dan Marshall (2010) merupakan bentuk dari keterputusan diri, baik dari diri sendiri (*cut off from myself*), orang lain di sekelilingnya (*from others around me*), dan bahkan dari Tuhannya (*from God*).

Individu yang memiliki kesejahteraan spiritual kehidupannya akan lebih tertata karena memiliki tujuan hidup yang jelas. Kesehatan tubuhnya pun akan diperhatikan dengan baik karena menyadari bahwa kesehatan merupakan karunia dari Tuhan yang harus disyukuri dengan cara menjaga kesehatan. Individu yang sejahtera secara spiritual juga berusaha membina hubungan yang baik dengan keluarga, teman, tetangga, bahkan masyarakat luas sehingga memunculkan sikap tolong menolong dan peduli terhadap sesama.

Selain itu, kesejahteraan spiritual yang dimiliki individu akan mendorongnya untuk menjaga alam atau lingkungan karena adanya

rasa keterhubungan dan kekaguman dengan alam. Kemudian, individu yang sejahtera secara spiritual akan menyadari bahwa ada sesuatu yang lebih besar dari dirinya dalam kehidupan ini, yaitu Tuhan. Hal tersebut akan tercermin salah satunya dalam bentuk ketaatan beribadah.

3. Faktor-faktor *Spiritual Well-being*

Tumaggor (Dame, 2023), mengatakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi *spiritual well-being* antara lain:

a. Tahapan Perkembangan

Persepsi anak-anak tentang Tuhan sangat dinamis dan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, gender, latar belakang agama, dan karakter individu. Pada tahap dewasa madya, pemahaman spiritual individu semakin matang, ditandai dengan kemampuan membedakan yang benar dan salah serta pencarian makna hidup. Secara umum, wanita cenderung memiliki tingkat religiusitas yang lebih tinggi dibandingkan pria.

b. Keluarga

Keluarga, sebagai unit sosial terkecil, memiliki peran krusial dalam menanamkan nilai-nilai spiritual pada anak sejak dini. Melalui interaksi sehari-hari dengan anggota keluarga, anak-anak memperoleh pemahaman awal tentang makna hidup, moralitas, dan hubungan dengan yang Maha Kuasa

c. Latar belakang etnik dan budaya

Perbedaan etnis, sosial, dan budaya menciptakan variasi dalam sistem kepercayaan dan praktik keagamaan di antara berbagai kelompok masyarakat.

d. Pengalaman hidup sebelumnya

Pengalaman hidup, baik suka maupun duka, berperan penting dalam membentuk spiritualitas seseorang. Cara kita menafsirkan peristiwa hidup secara mental akan memengaruhi cara kita mencari makna dan tujuan hidup.

e. Krisis dan Perubahan

Krisis seperti penyakit serius atau kehilangan orang terkasih dapat menjadi katalisator pertumbuhan spiritual seseorang.

f. Terpisah dari ikatan spiritual

Penyakit kronis dapat membatasi aktivitas sosial dan mengurangi dukungan sosial yang diterima oleh penderita.

4. *Spiritual Well-Being* dalam Perspektif Islam

Spiritual atau spiritualitas dalam perspektif Islam berhubungan dengan dimensi batin atau ruhaniyah. Allama Mirsa Ali Al-Qadhi menyatakan bahwa spiritualitas ialah tahapan perjalanan batin seorang manusia untuk mencari dunia yang lebih tinggi dengan bantuan riyadhah dan berbagai amalan pengekangan diri sehingga perhatiannya tidak berpaling dari Allah SWT, semata-mata untuk mencapai puncak kebahagiaan abadi. Menurut Ibn 'Arabi,

spiritualitas ialah pengerahan segenap potensi ruhaniyah dalam diri manusia yang harus tunduk pada ketentuan syar'i dalam melihat segala macam bentuk realitas, baik dalam dunia empiris maupun dalam dunia batin manusia.

Spiritualitas sering kali dikaitkan dengan religiusitas. Meskipun keduanya berbeda, namun dua hal tersebut saling memengaruhi kehidupan manusia sebagai bentuk pengabdian kepada Allah SWT. Canda & Furman mengungkapkan bahwa adakalanya terdapat keterkaitan antara agama (religi) dengan spiritualitas. Agama didefinisikan sebagai suatu pola nilai, simbol, perilaku, pengalaman yang terinstitusi, dan keyakinan yang merujuk pada spiritualitas, diketahui bersama dalam masyarakat, dan diturunkan melalui tradisi. Adapun spiritualitas didefinisikan sebagai suatu proses pencarian makna, tujuan, moralitas, kesejahteraan dalam hubungan dengan diri sendiri, orang lain, dan realitas yang hakiki (*ultimate reality*).

Dengan demikian, pandangan tersebut memungkinkan individu mengekspresikan spiritualitasnya dalam lingkup religius (dalam hubungannya dengan *ultimate reality*), ataupun non-religius (dalam hubungannya dengan diri sendiri, orang lain, dan alam semesta). Spiritual dalam penelitian ini dikaitkan dengan kesejahteraan (*well-being*). Kesejahteraan dalam Islam berkaitan erat dengan kebahagiaan atau dalam bahasa Arab disebut as-sa'adah. Kata

sa'adah di dalam al-Quran terdapat pada Q.S. Hud ayat 105 dan 108
Firman Allah SWT dalam Q.S. Hud ayat 105:

يَوْمَ يَأْتِ لَا تَكَلِّمُ نَفْسٌ إِلَّا بِإِذْنِهِ ۖ فَمِنْهُمْ شَقِيٌّ وَسَعِيدٌ

Atinya: “Ketika hari itu datang, tidak seorang pun yang berbicara, kecuali dengan izin-Nya; maka di antara mereka ada yang sengsara dan ada yang berbahagia.” (Q.S. Hud : 105)

Ayat di atas menjelaskan tentang kehidupan akhirat dimana pada hari kiamat kelak ada dua golongan manusia, yaitu golongan yang sengsara dan golongan yang bahagia. Golongan manusia yang sengsara akan mendapat azab yang pedih sebagaimana yang telah diancamkan kepada orang-orang kafir, dan golongan manusia yang berbahagia akan mendapat pahala dan kesenangan sepanjang masa sesuai dengan yang telah dijanjikan Allah SWT kepada orang-orang yang bertakwa. Kemudian dalam Q.S. Hud ayat 108 Allah SWT berfirman:

وَأَمَّا الَّذِينَ سُئِدُوا فَفِي الْجَنَّةِ خَالِدِينَ فِيهَا مَا دَامَتِ السَّمَوَاتُ وَالْأَرْضُ إِلَّا مَا شَاءَ رَبُّكَ ۗ عَطَاءٌ غَيْرَ مَجْدُوذٍ

Artinya: “Dan adapun orang-orang yang berbahagia, maka (tempatny) di dalam surga; mereka kekal di dalamnya selama ada langit dan bumi, kecuali jika Tuhanmu menghendaki (yang lain); sebagai karunia yang tidak ada putus-putusnya.” (Q.S. Hud : 108)

Pada ayat di atas, Allah SWT menerangkan bahwa orang-orang yang berbahagia dikarenakan ketika mereka berada di dunia selalu berhati-hati dan menghindari perbuatan yang bertentangan dengan perintah Allah SWT serta menjauhi godaan-godaan yang akan menjerumuskannya ke dalam lembah kemaksiatan. Mereka akan ditempatkan di surga yang penuh dengan kenikmatan dan kekal di dalamnya selamanya, kecuali Allah SWT menghendaki yang lain. Balasan dan nikmat yang dianugerahkan kepada orang-orang yang berbahagia adalah semata-mata karena karunia dari Allah SWT yang terus menerus tiada terputus.

Spiritual well-being dalam Islam dapat dicapai dengan memperhatikan tiga komponen, yaitu: Iman, Islam, dan Ihsan. Konsepsi mengenai Iman, Islam, dan Ihsan dijelaskan sebagai berikut:

a. Iman

Kata Iman berasal dari Bahasa Arab yaitu bentuk masdar dari kata kerja *ايمانا - يؤمن - امن* yang mengandung arti percaya, tunduk, tenteram, dan tenang. Rasulullah SAW bersabda yang artinya: "Iman itu dipercaya dalam hati, diucapkan dengan lisan, dan diamalkan dengan perbuatan." (H.R. Ibnu Majah). Rukun Iman terdiri dari Iman kepada Allah, Iman kepada malaikat, Iman kepada kitab-kitab Allah, Iman kepada Rasul, Iman kepada hari akhir, serta Iman kepada qada dan qadar.

Rahman (2015) membagi enam prinsip yang berlandaskan pada rukun Iman, diantaranya yaitu:

a) *Star Principle* (Prinsip Bintang)

Prinsip ini berorientasi pada rukun Iman yang pertama, yaitu Iman kepada Allah. *Star principle* dapat dilakukan dengan beberapa langkah. Pertama, selalu bekerja karena Allah. Kedua, selalu berprinsip kepada Allah. Ketiga, melakukan segala sesuatu dengan sungguh-sungguh dan sebaik-baiknya karena Allah. Keempat, selalu berpedoman kepada sifat-sifat Allah. Kelima, membangun kepercayaan diri dengan iman. Keenam, membangun motivasi diri. Setelah memahami hal tersebut, individu akan memiliki landasan tauhid sebagai kepemilikan rasa aman intrinsik, kepercayaan diri yang sangat tinggi, integritas yang sangat kuat, sikap bijaksana, dan memiliki tingkat motivasi yang sangat tinggi. Semua itu dilandasi dan dibangun karena iman dan berprinsip hanya kepada Allah serta memuliakan dan menjaga sifat Allah.

b) *Angel Principle* (Prinsip Malaikat)

Prinsip ini berorientasi pada Iman kepada malaikat sebagai prinsip kepercayaan. Malaikat adalah makhluk yang mulia. Mereka sangat dipercaya oleh Allah untuk menjalankan segala perintah-Nya. Malaikat adalah contoh bagi manusia mengenai integritas sesungguhnya, yaitu integritas total yang

menghasilkan suatu kepercayaan tingkat tinggi. Pada prinsip ini individu akan berusaha menjadi orang yang dapat dipercaya melalui sifat kejujuran dan integritas. *Angel principle* dapat dilakukan dengan beberapa langkah. Pertama, selalu mengerjakan sesuatu dengan tulus, ikhlas, dan jujur seperti malaikat. Kedua, selalu berkeyakinan bahwa apa yang dilakukannya adalah sebuah nilai ibadah. Ketiga, berprestasi dengan setinggi-tingginya di setiap pekerjaan dengan tidak meminta penghargaan dari orang lain melainkan semata-mata karena Allah.

c) *Leadership Principle* (Prinsip Kepemimpinan)

Prinsip ini berorientasi pada Iman kepada Nabi dan Rasul sebagai prinsip kepemimpinan. Setiap manusia harus menanamkan bahwa ia adalah seorang pemimpin. Tidak hanya pemimpin bagi orang lain, tetapi juga pemimpin bagi dirinya sendiri. Dengan prinsip ini, individu akan menyadari pentingnya kepemimpinan yang dicapai melalui pengaruh yang positif dan memahami bahwa kepemimpinan bukan sekedar pencapaian jabatan. Individu pun pada akhirnya memiliki teladan ideal, yakni para Nabi dan Rasul Allah.

d) *Learning Principle* (Prinsip Pembelajaran)

Prinsip ini berorientasi pada Iman kepada kitab Allah sebagai prinsip pembelajaran. Individu yang telah memiliki

prinsip pembelajaran yang berlandaskan al-Qur'an akan memiliki kebiasaan membaca buku dan membaca situasi dengan cermat, selalu berpikir kritis dan mendalam, selalu mengevaluasi pemikirannya kembali, bersikap terbuka untuk mengadakan penyempurnaan, memiliki pedoman yang kuat dalam belajar, yaitu berpegang pada al-Qur'an.

e) *Vision Principle* (Prinsip Masa Depan)

Prinsip ini berorientasi pada Iman kepada hari kemudian sebagai prinsip masa depan. Keyakinan pada hari kemudian merupakan suatu prinsip yang memunculkan prinsip yang berorientasi ke masa depan dan selalu berorientasi kepada tujuan akhir terhadap setiap langkah yang dibuat. Sehingga setiap langkah akan dilakukan secara optimal dan bersungguhsungguh, memiliki kendali diri dan sosial karena telah memiliki kesadaran akan adanya "hari kemudian", memiliki kepastian akan masa depan, dan memiliki ketenangan batiniah yang tercipta karena sebuah keyakinan akan adanya "hari pembalasan".

f) *Well Organized Principle* (Prinsip Keteraturan)

Prinsip ini berorientasi pada rukun Iman keenam, yaitu Iman kepada qada dan qadar sebagai prinsip keteraturan. Dengan prinsip ini individu akan memiliki ketenangan dalam menerima semua hal karena pengetahuan akan ketentuan

Allah, hukum alam, dan hukum sosial. Memahami akan arti penting seluruh proses yang harus dilalui, berorientasi pada pembentukan sistem (sinergi), dan selalu berupaya menjaga sistem yang telah dibentuk. Enam prinsip berlandaskan rukun Iman yang telah dijelaskan di atas harus menjadi prinsip hidup bagi setiap individu, ketika individu telah memiliki prinsip hidup yang kokoh dan jelas akan membentuk ketangguhan dalam dirinya sehingga tidak mudah terpengaruh oleh lingkungan.

b. Islam

Kata Islam berasal dari Bahasa Arab yaitu bentuk masdar dari kata kerja *اسلما - يسلم - اسلم* yang secara etimologi mengandung makna sejahtera, tidak cacat, selamat. Islam dapat diartikan sebagai taat, patuh, dan berserah diri kepada Allah.

Pengertian Islam menurut istilah yaitu sikap penyerahan diri (kepasrahan, ketundukan, kepatuhan) seorang hamba kepada Tuhannya dengan senantiasa melaksanakan perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya, demi mencapai kedamaian dan keselamatan hidup di dunia maupun di akhirat. Islam sebagai agama tidak dapat terlepas dari adanya unsur-unsur pembentuknya yaitu berupa rukun Islam, terdiri dari syahadat, shalat, zakat, puasa, dan naik haji bagi yang mampu. Rasulullah SAW bersabda yang artinya: *"Islam adalah engkau menyembah Allah dan tidak menyekutukan-Nya dengan sesuatu, mendirikan*

salat, menunaikan zakat wajib, dan berpuasa Ramadan." (H.R. Bukhari dan Muslim).

Abdullah (2019) menjelaskan bahwa terdapat makna dan nilai dalam setiap rukun Islam, yaitu:

a) Syahadat sebagai penetapan misi (*mission statement*)

Dalam *mission statement*, syahadat merupakan suatu pembangunan kesadaran akan satu keyakinan. Syahadat akan menciptakan suatu daya dorong dalam upaya mencapai tujuan hidup dan membangkitkan keberanian serta optimisme sekaligus menciptakan ketenangan batin dalam menjalani misi hidup.

b) Shalat sebagai pembangunan karakter (*character building*)

Shalat merupakan suatu metode relaksasi untuk menjaga kesadaran diri agar tetap memiliki cara berpikir yang jernih. Manusia dalam aktivitasnya sering kali terhanyut dan terdesak untuk menyelesaikan suatu pekerjaan. Shalat memberikan ruang berpikir dan intuisi untuk menjaga kestabilan emosi.

c) Puasa sebagai pengendalian diri (*self control*)

Puasa merupakan suatu metode pelatihan untuk pengendalian diri yang bertujuan untuk meraih kemerdekaan sejati dan pembebasan dari belenggu yang tak terkendali. Tujuan puasa adalah memelihara fitrah, mengendalikan

suasana hati, dan meningkatkan kecakapan emosi secara fisiologis.

d) Zakat sebagai modal awal membentuk sinergi (*strategic collaboration*)

Zakat merupakan langkah nyata untuk mengeluarkan potensi spiritual (fitrah) menjadi sebuah langkah konkret guna membangun sebuah sinergi yang kuat, yaitu berlandaskan sikap empati, kepercayaan, sikap kooperatif, keterbukaan, serta kredibilitas.

e) Haji sebagai langkah total (*total action*)

Suatu langkah penyelarasan nyata antara alam pikiran yang ideal (fitrah) dengan praktik. Haji adalah suatu transformasi prinsip dan langkah secara total (tawaf), konsistensi dan persistensi perjuangan (sa'i), evaluasi dan visualisasi serta mengenal jati diri secara spiritual ketika wukuf. Haji juga merupakan suatu pelatihan sinergi dalam skala yang tertinggi dan persiapan fisik serta mental dalam menghadapi berbagai tantangan masa depan (lontar jumrah).

c. Ihsan

Kata ihsan berasal dari Bahasa Arab yaitu bentuk masdar dari kata kerja احسان - يحسن - احسن yang artinya perbuatan baik. Ihsan memiliki satu rukun, yaitu engkau beribadah kepada Allah SWT seakan-akan engkau melihat-Nya, jika engkau tidak melihat-

Nya, maka sesungguhnya Dia melihatmu. Rasulullah SAW bersabda yang artinya: *“Engkau beribadah kepada Allah seolah-olah engkau melihat-Nya, maka bila engkau tidak melihat-Nya, sesungguhnya Allah melihatmu.”* (H.R. Bukhari).

Individu yang memiliki kepribadian Ihsan akan senantiasa berperilaku baik karena merasa bahwa setiap perbuatannya selalu diawasi oleh Allah SWT. Kepribadian Ihsan merupakan kepribadian yang dapat memperbaiki dan mempercantik individu, baik dalam hubungannya dengan diri sendiri, sesama, alam semesta, maupun dalam hubungannya dengan Tuhan yang diniatkan hanya untuk mencari ridha-Nya.

Mustafa (2020) mengungkapkan bahwa hubungan individu dengan diri sendiri, sesama, alam, dan Tuhan akan merefleksikan *spiritual well-being*. Individu yang mampu memahami makna Iman, Islam, dan Ihsan secara keseluruhan dan mampu mengimplementasikan dalam kehidupan akan mendorong pada *spiritual well-being*.

B. Burnout

1. Pengertian *Burnout*

Burnout adalah sindrom kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian pribadi yang dapat terjadi pada individu yang melakukan pekerjaan dari beberapa jenis. Ini adalah respon terhadap ketegangan emosional kronis yang berurusan secara

ekstensif dengan manusia lain, terutama ketika mereka bermasalah atau mengalami masalah (Maslach, 2003). Sedangkan menurut Maslach (2016) *Burnout* didefinisikan sebagai gejala psikologis dari pekerjaan sebagai respon terhadap stres yang berlebihan atau ketidakpuasan. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Ivancevich dkk (2013) bahwa *Burnout* adalah proses psikologis yang dibawa oleh stres pekerjaan yang tidak terlepaskan, menghasilkan kelelahan emosi, perubahan kepribadian, dan perasaan penurunan pencapaian. *Burnout* bisa muncul ketika adanya ketidaksesuaian antara orang dengan pekerjaan. Biasanya diikuti dengan kelelahan emosional yang luar biasa, sinisme, dan perasaan tidak mampu mencapai tujuan (Papalia, 2008).

Burnout merupakan kelelahan yang berlebih yang terjadi pada individu diandai dengan kelelahan emosi, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian pribadi. Seseorang yang mengalami *Burnout*, biasanya memunculkan reaksi yang berlebihan ketika marah, perasaannya mudah tersinggung, suka menunda pekerjaan, mengabaikan kualitas hubungan dengan orang lain, hingga pada akhirnya individu tersebut mengalami penurunan pencapaian pribadi. *Burnout* ini biasanya muncul pada orang-orang yang bekerja di bidang pemberian layanan dan biasanya terjadi pada individu yang memiliki beban kerja yang tinggi.

Dari beberapa definisi *Burnout* diatas yang dikemukakan oleh beberapa ahli, peneliti menyimpulkan bahwa *Burnout* adalah sindrom yang berisikan gejala kelelahan yang terjadi pada individu yang ditandai dengan kelelahan emosi, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian pribadi akibat dari stres kerja yang berkepanjangan ketika dirinya berada pada situasi yang secara emosional mengalami terlalu banyak tekanan dan tuntutan dari lingkungannya.

2. Aspek-aspek *Burnout*

Terdapat tiga aspek *Burnout* menurut Maslach (2003), yaitu sebagai berikut:

a. Kelelahan Emosi

Kelelahan ini merupakan pusat dari sindrom *Burnout* dan hal ini merupakan respon seseorang terhadap stress. Ketika seseorang mengalami *Burnout*, dia akan cenderung merasakan lelah baik secara emosi maupun kognitif.

b. *Depersonalisasi*

Depersonalisasi merupakan aspek yang dapat tercermin dari perilaku seseorang yang menjaga jarak dengan lingkungan sosialnya, yang secara aktif mengabaikan kualitas hubungannya dengan orang lain. Depersonalisasi atau *cynicism* berhubungan dengan reaksi negative terhadap orang lain maupun pekerjaannya.

c. *Low Personal Accomplishment* (Penurunan Pencapaian Pribadi)

Penurunan pencapaian pribadi merupakan evaluasi negatif dari pencapaian dirinya sendiri. Penurunan pencapaian pribadi berhubungan kompleks dengan dua aspek lainnya (kelelahan emosi, *depersonalisas*). Penurunan pencapaian pribadi berhubungan dengan perasaan bahwa kemampuan yang dimiliki tidak cukup untuk mencapai suatu tujuan, hal ini akan menuntun seseorang pada suatu persepsi dan tindakan yang menjatuhkan diri sendiri kedalam kegagalan (menyerah atas suatu prestasi). Dalam beberapa kasus, pengurangan prestasi pribadi muncul dikarenakan tingkat dari kelelahan, depersonalisasi, ataupun kombinasi keduanya.

3. Gejala *Burnout*

Romadhoni, dkk (2015) menuliskan bahwa gejala *burnout* secara umum adalah :

a. Gejala Fisik

a) Merasa Lelah dan terkuras oleh waktu

b) Menurunnya kekebalan tubuh, sering sakit-sakitan seperti sakit kepala, nyeri punggung, nyeri otot, flu dan lain sebagainya.

c) Perubahan nafsu makan atau tidur

b. Gejala Emosional

a) Merasa gagal dan selalu ragu dengan kemampuan

- b) Merasa tidak berdaya dan kurang semangat
 - c) Kehilangan motivasi
 - d) Semakin sinis dan berfikir negative
 - e) Penurunan kepuasan kerja
- c. Perilaku
- a) Lari dari tanggung jawab
 - b) Menunda-nunda waktu lebih lama untuk menyelesaikan sesuatu
 - c) Menggunakan obat-obatan dan alcohol untuk mengatasinya
 - d) Frustrasi

4. Dampak *Burnout*

Adapun dampak dari burnout menurut Leiter & Maslach (2005) adalah:

a. *Burnout is Lost Energy*

Pekerja yang mengalami *burnout* akan merasa *stress, overwhelmed, dan exhausted*. Pekerja juga akan sulit untuk tidur, menjaga jarak dengan lingkungan. Hal ini akan mempengaruhi keinerja performa dari pekerja. Produktivitas dalam bekerja juga semakin menurun.

b. *Burnout is Lost Enthusiasm*

Keinginan dalam bekerja semakin menurun, semua hal yang berhubungan dengan pekerjaan menjadi tidak menyenangkan.

Kreatifitas, ketertarikan terhadap pekerjaan semakin berkurang sehingga hasil yang diberikan sangat minim.

c. *Burnout is Lost Confidence*

Tanpa adanya energi dan keterlibatan aktif pada pekerjaan akan membuat pekerja tidak maksimal dalam bekerja. Pekerja semakin tidak efektif dalam bekerja yang semakin lama membuat pekerja itu sendiri merasa ragu dengan kemampuannya. Hal ini akan memberikan dampak bagi pekerjaan itu sendiri.

5. Faktor-faktor yang Menyebabkan *Burnout*

Adapun faktor-faktor yang dapat menyebabkan terjadinya individu mengalami *Burnout* menurut Maslach (2003) antara lain:

a. Jenis Pekerjaan

Dalam suatu pekerjaan tertentu terkadang mempunyai tuntutan tersendiri, seperti beban emosional, sifat profesional, suasana hati yang harus positif, kegelisahan yang dikarenakan ketidakpuasan keluarga

b. Lingkungan Aktivitas

Lingkungan aktivitas seseorang yang memiliki karakter tekanan yang tinggi, kurangnya kewenangan seseorang dalam menentukan pilihan, ketegangan dengan temannya, persaingan, dukungan sosial yang kurang, beban yang berlebihan, permasalahan komunikasi dengan atasan dan rendahnya kepuasan yang dirasakan.

c. Karakteristik Individu

Seseorang dengan pendidikan dan kemampuan yang rendah, mempunyai harapan terlalu tinggi, penakut, ketidakmampuan berbicara dengan keluarga dan temannya, serta susah dalam meminta bantuan, meminta dukungan konseling, berbagi pikiran dan perasaan, berbagi permasalahan tugas dengan rekannya.

6. Faktor yang Mempengaruhi *Burnout*

Faktor yang mempengaruhi *burnout syndrome* menurut Nursalam (2016) adalah sebagai berikut :

- a. Faktor personal yang terdiri dari:
 - a) Kepribadian
 - b) Harapan
 - c) Demografi
 - d) Fokus control
 - e) Tingkat efisiensi
- b. Faktor lingkungan yang terdiri dari:
 - a) Beban kerja
 - b) Penghargaan
 - c) Control
 - d) Kepemilikan
 - e) Keadilan
 - f) Nilai

7. Mencegah *Burnout*

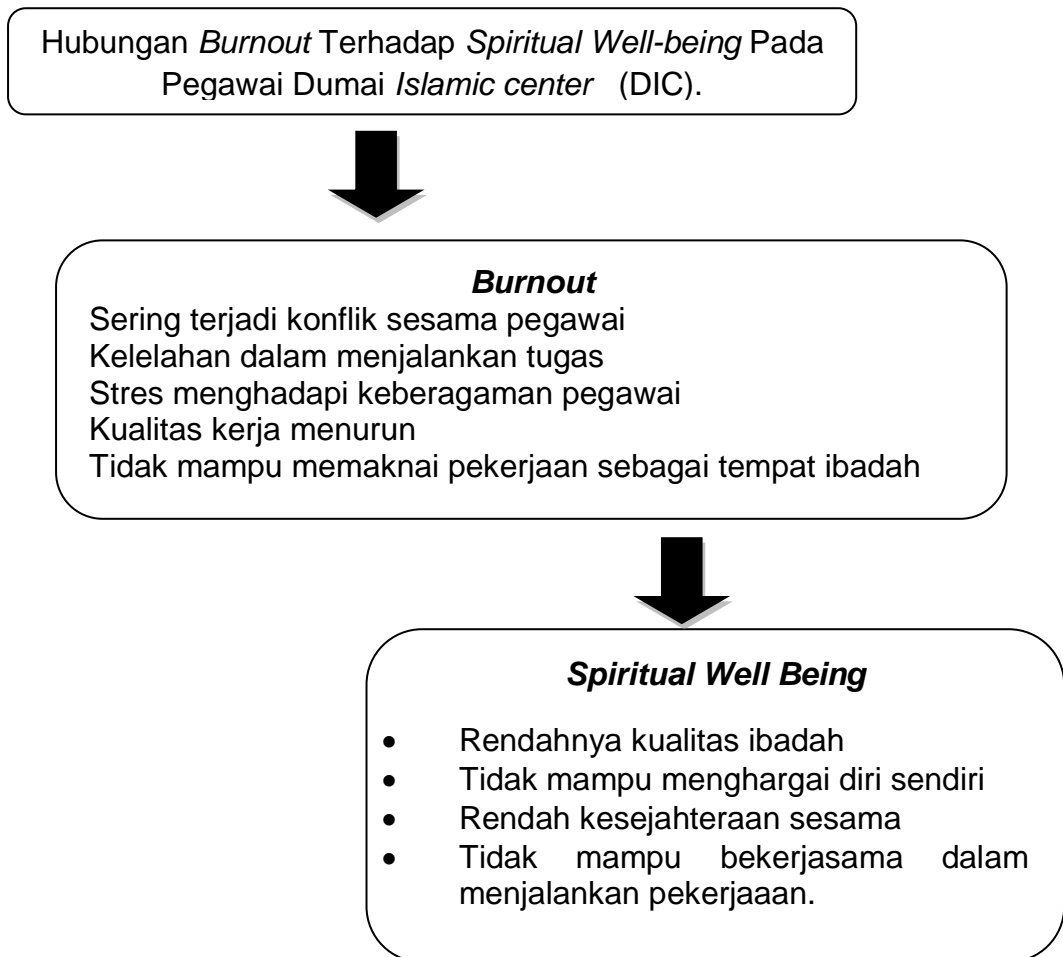
Yulianti (2017) menyatakan beberapa usaha yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengatasi *burnout* yaitu:

- a. Meningkatkan kesadaran diri
- b. Harapan yang realita
- c. Dukungan professional
- d. Dukungan social
- e. Menetapkan tujuan
- f. Manajemen waktu
- g. Berfikir positif
- h. Teknik relaksasi
- i. Menjaga keseimbangan
- j. Memperhatikan hal dasar
- k. Penghargaan terhadap diri sendiri
- l. Humor dan permainan
- m. Penerimaan dan adaptasi terhadap perubahan
- n. Berpartisipasi aktif dalam pelatihan dan melanjutkan pendidikan

C. Kerangka Berpikir

Berdasarkan latar belakang dan kajian teoritis mengenai Hubungan *Burnout* Terhadap *Spiritual Well-being* Pada Pegawai Dumai *Islamic center* (DIC)., maka dapat digambarkan dalam kerangka berfikir sebagai berikut:

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir



Sangat penting bagi seseorang yang bekerja memiliki rasa kesejahteraan spiritualitas, karena kesejahteraan spiritual memiliki peran penting dalam kehidupan dalam berbagai aspek. Diantaranya adalah kemampuan seseorang dalam memaknai adanya tuhan yang wajib untuk disembah, kesadaran akan melaksanakan tanggungjawab sebagai seorang hamba. Tempat bekerja seperti halnya *Islamic center* sebagai pusat kegiatan keagamaan, seharusnya mampu membuat individu terdorong untuk lebih rajin dalam melaksanakan ibadah bukan hanya sebatas tempat bekerja. Selain itu juga seharusnya mampu

memperbaiki diri dalam meningkatkan berbagai kemampuan yang bersifat positif terutama dalam melaksanakan tugas/ pekerjaan. Dalam waktu bersamaan, lingkungan *Islamic center* sebagai tempat bersosial dan berkumpulnya orang-orang dalam hal keagamaan maupun sekedar berkunjung, seharusnya mampu menjadi penyemangat pegawai dalam melaksanakan tugas atau pekerjaannya. Hubungan pertemanan sesama pegawai seharusnya mampu terbantu dengan lebih baik jika benar-benar memaknai konsep Spiritual Well-being dalam lingkungan *Islamic center* , sehingga tidak menjadi penyebab munculnya *Burnout* pada pegawai.

Semakin tinggi Spiritual Well-being individu dalam hal ini oleh pegawai, maka akan semakin rendah *Burnout* yang terjadi pada mereka. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gordon (2019) mengungkapkan bahwa spiritualitas merupakan koping yang efektif dalam meringankan *Burnout* baik yang bersifat fisik, kognitif, maupun emosional. Seperti salah satu pengembangan dalam kajian spiritual adalah spiritual well-being atau kesejahteraan spiritual. Spiritual well-being mengacu pada perasaan, perilaku, serta kognisi yang positif karena terpenuhinya hubungan dengan diri sendiri, orang lain, lingkungan, dan Tuhan. Spiritual well-being pada individu akan memberikan suatu identitas, integritas, kepuasan, keindahan, rasa cinta, kepedulian, sikap positif, kedamaian, harmoni, serta tujuan dan arah hidup yang jelas. Keadaan tersebut dapat membantu pegawai

dalam mengatasi situasi lingkungan kerja yang berpotensi menyebabkan *Burnout*. Pegawai dengan tingkat spiritual well-being tinggi memiliki kemungkinan kecil untuk mengalami *Burnout*.

Pegawai yang memiliki hubungan personal positif dapat memahami dirinya dengan baik, sehingga dapat terhindar dari sikap sinisme atau depersonalisasi. Selain itu, pegawai tersebut juga akan terhindar dari perasaan rendah diri yang merupakan salah satu faktor penyebab *Burnout*. Hubungan communal yang berkembang dengan baik memungkinkan pegawai memiliki kualitas hubungan interpersonal yang baik dengan orang lain (C. Maslach & Leiter, 2001).

Pegawai dengan hubungan environmental yang baik memiliki perasaan menyatu dengan lingkungan sehingga menumbuhkan kesadaran untuk menjaga lingkungan kerja tetap aman damai dan terjaga kebersihan serta kelestariannya. Lingkungan kerja yang baik akan memberikan dampak positif bagi semua pegawai, masyarakat terutama pengunjung serta berpengaruh baik dalam menjaga nama kota tersebut, terciptanya lingkungan yang aman damai serta menjadi figur pegawai yang baik dapat meningkatkan kualitas kinerja yang baik pula, terhindar dari stres yang dapat menyebabkan *Burnout*. Selain itu, hubungan transcendent yang baik juga dapat mencegah terjadinya *Burnout* pada pegawai. Proses terhubungnya seorang hamba dengan Tuhannya dilakukan dengan cara beribadah. Praktik ibadah dapat menjadi mekanisme coping ketika menghadapi situasi sulit, termasuk

bagi pegawai dalam menghadapi berbagai persoalan pekerjaan dan mampu menjadikan diri pegawai lebih memaknai keberadaan diri ditempat kerja.

Oleh karena itu, *Spiritual Well-being* atau kesejahteraan spiritual sangat memiliki peran penting dalam mengatasi *Burnout* yang terjadi pada pegawai. Dalam melaksanakan pekerjaan, individu sangat memerlukan kesadaran akan posisi sebagai pribadi, kerjasama dan relasi dengan sesama pegawai, mamaknai lingkungan tempat kerja dan terutama harus mampu menyadari akan dirinya sebagai hamba. Segala hal tersebut sangat berpengaruh terhadap kualitas dari suatu kerja yang ditekuni dan akan berdampak positif pada diri sendiri terutama dalam menghindari terjadinya *Burnout* atau kelelahan dalam melakukan suatu pekerjaan. Diri akan menjadi lebih tenang dan kualitas ibadah akan menjadi lebih baik serta hubungan dengan sesama akan menjadi lebih rukun.

D. Hipotesis Penelitian

Ada Hubungan *Burnout* Terhadap *Spiritual Well-being* Pada Pegawai Dumai *Islamic center* (DIC). Artinya, semakin tinggi *Burnout* pada pegawai, maka semakin rendah tingkat *Spiritual Well-being* . Sebaliknya, semakin rendah *Burnout* pada pegawai, maka semakin tinggi tingkat *Spiritual Well-being*.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang datanya berupa angka-angka (*numerik*) yang dianalisis dengan menggunakan metode statistika, digunakan untuk penelitian pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, dan analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menggali jawaban atas hipotesis yang telah diajukan. Penelitian ini dapat dikategorikan sebagai penelitian korelasional (*correlational studies*), yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya peran antara satu variabel dengan variabel lain. Dalam penelitian ini yang diteliti adalah Hubungan *Burnout* terhadap *Spiritual Well-being* pada Pegawai Dumai *Islamic center* (DIC).

B. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional merupakan suatu definisi yang didasarkan pada karakteristik yang dapat diobservasi dari apa yang sedang didefinisikan atau mengubah konsep yang berupa konstruk dengan kata-kata yang menggambarkan perilaku atau gejala yang dapat diamati. Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. *Spiritual Well-Being* dalam penelitian ini yaitu keadaan sejahtera secara spiritual yang dialami oleh pegawai, ditandai dengan adanya perasaan, perilaku, dan kognisi yang positif dalam berelasi dengan diri sendiri, orang lain, lingkungan, dan Tuhan. Dalam penelitian ini, teori yang digunakan sebagai landasan merujuk pada definisi *Spiritual Well-being* yang dikemukakan oleh Fisher yang meliputi empat aspek, yaitu aspek *personal, communal, environmental, dan transcendental*.

2. *Burnout* atau kejenuhan kerja merupakan kondisi stress berkepanjangan yang dialami oleh individu yang membuat kejenuhan dalam bekerja. Kejenuhan ini meliputi aspek-aspek yakni:

a. Kelelahan Emosional, suatu keadaan dalam diri individu yang tidak stabil, tidak lagi memiliki kemampuan dan daya tahan yang kuat dalam melakukan suatu tugas/pekerjaan yang bisa berakibat pada kesejahteraan lingkungan kerja serta kualitas dan produktivitas diri maupun pekerjaan yang ditekuni. Kelelahan emosional terjadi ketika individu merasa terkuras secara emosional karena banyaknya tuntutan pekerjaan. Pada aspek ini akan muncul perasaan frustrasi, putus asa, sedih, tidak berdaya, tertekan, apatis terhadap pekerjaan dan merasa terbelenggu oleh tugas-tugas dalam pekerjaan sehingga seseorang merasa tidak mampu memberikan pelayanan secara psikologis. Selain itu

mereka mudah tersinggung dan mudah marah tanpa alasan yang jelas.

- b. *Depersonalisasi*, kondisi ketika individu merasa jiwa dan raganya sudah tidak lagi bekerja secara normal, adanya sikap negatif, kasar, menjaga jarak dengan penerima layanan, menjauhnya seseorang dari lingkungan sosial, dan cenderung tidak peduli terhadap lingkungan serta orang-orang di sekitarnya.
- c. Penurunan Pencapaian Pribadi, ditandai dengan adanya perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, pekerjaan, dan bahkan kehidupan, perasaan bersalah serta merasa bahwa ia belum pernah melakukan sesuatu yang bermanfaat.

C. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni sampai bulan Agustus tahun 2024, adapun tempat penelitian yakni di Dumai *Islamic center*

D. Variabel

Penelitian Sugiyono mengemukakan bahwa variabel penelitian merupakan suatu atribut seseorang atau objek yang memiliki variasi tertentu antara satu orang dengan yang lain atau satu objek dengan objek yang lain, yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya. Terdapat dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Variabel Independen (Y)

Merupakan variabel yang memengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen (terikat). Adapun yang menjadi variabel independen dalam penelitian ini adalah *Spiritual Well-Being* (Y)

2. Variabel Dependen (X)

Merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel independen (bebas). Adapun yang menjadi variabel dependen dalam penelitian ini adalah *Burnout* (X).

E. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Pegawai Dumai *Islamic center* sebanyak 37 orang terdiri dari 30 laki-laki dan 7 perempuan.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel yang diambil dari populasi harus representatif atau mewakili. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Non-probability Sampling* dengan jenis yakni *Sampling* Jenuh. Teknik sampling jenuh adalah

teknik pengambilan sampel yang dilakukan apabila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Sampel dalam penelitian ini yaitu seluruh populasi dari Pegawai Dumai *Islamic center* sebanyak 37 orang terdiri dari 30 laki-laki dan 7 perempuan.

F. Metode Pengumpulan Data

Data Metode pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan skala. Skala yang digunakan yaitu *skala likert*. *Skala likert* adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi individu atau kelompok tentang fenomena sosial. Dalam penelitian, fenomena sosial ini telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti yang selanjutnya disebut sebagai variabel penelitian. Variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item pernyataan. Setiap pernyataan disediakan dengan empat alternatif jawaban, yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Tabel 3.1 : Skala *Likert*

Alternatif Jawaban	Skor <i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Pernyataan *favorable* merupakan pernyataan yang menyatakan hal-hal positif atau mendukung terhadap sikap objek, sedangkan

pernyataan *unfavorable* merupakan pernyataan yang menyatakan hal-hal negatif atau tidak mendukung terhadap sikap objek yang hendak diungkap. Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua macam skala, yaitu skala *Burnout* dan *spiritual well-being*.

Skala *Burnout* diadaptasi dan disusun oleh peneliti dengan mengacu pada skala *Burnout* milik Maslach yaitu *Maslach Burnout Inventory-Human Service Survey (MBI-HSS)* yang meliputi skala aspek kelelahan emosional, *depersonalisasi*, dan penurunan pencapaian pribadi. Item pernyataan dari skala ini berjumlah 20 item. Terdiri dari 11 *Favorabel* dan 9 *Unfavorabel*.

Tabel 3.2 Blue Print Skala *Burnout*

No	Aspek	Indikator	<i>Favorable</i> <i>Unfav</i>	Jumlah	
1	Kelelahan Emosional (<i>emosional exhaustion</i>)	<ul style="list-style-type: none"> Hilangnya perasaan dan perhatian Hilangnya kepercayaan Berkurangnya minat dan semangat Mudah lelah Sulit mengatasi tuntutan pekerjaan 	2, 6, 8, 12	4, 5, 17	7
2	Depersonalisasi (<i>Depersonalization</i>)	<ul style="list-style-type: none"> Merasa pekerjaan tidak berarti Bersikap sinis Tidak bisa bersikap perhatian dan berperasaan pada sesama Tidak peduli dengan apa yang terjadi 	3, 7, 13, 19	9, 14, 18	7

3	Penurunan Pencapaian Pribadi (<i>Low Personal Accomplishment</i>)	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak puas terhadap diri sendiri • Tidak puas dengan pekerjaan • Tidak puas dengan apa yang ada disekitar 	11, 16, 20	1, 10, 15	6
			11	9	20

Instrument ini diakui telah memiliki validitas dan reliabilitas yang tinggi. Dalam instrumen ini terdapat tiga sub skala yaitu *Emotional Exhaustion*, *Depersonalization* (Depersonalisasi), *Reduced Personal Accomplishment* (Pencapaian Personal). Instrument MBI-HSS terdiri dari 20 item yang nantinya akan dibagi menjadi tiga tema berkaitan dengan koefisiensi 0,82 Kejenuhan fisik, 0,06 kejenuhan emosional dan 0,80 untuk pencapaian personal.

Setelah dilakukan uji validitas menunjukkan bahwa item dinyatakan valid dengan nilai koefisien korelasi aitem total yang bergerak dari 0,335 sampai 0,918. Serta uji Reliabilitas skala *Burnout* dihasilkan dari nilai koefisien *alpha cronbach* sebesar 0,936. Hasil koefisien variabel ini dapat dinyatakan sangat reliabel.

Tabel 3. 3 : Uji Reliabilitas *Burnout*

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,936	20

Skala spiritual well-being dalam penelitian ini menggunakan *Spiritual Well-Being Questionnaire (SWBQ)* dari Fisher (2010). *Spiritual Well-Being Questionnaire (SWBQ)* mengukur spiritual well-being melalui empat aspek, yaitu: personal, communal, environmental, dan

transcendental. Item pernyataan dari skala ini berjumlah 20 dengan masing-masing 5 pernyataan dari setiap aspek, terdiri dari 11 *Favorabel* dan 9 *Unfavorabel*.

Tabel 3.4: Blue Print skala *Spiritual Well-being*

No	Aspek	Indikator	Item		Jml
			Favo	Unfavo	
1	<i>Personal</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Identitas diri • Kesadaran diri • Kebahagiaan dalam hidup • Kedamaian batin • Makna/arti dalam hidup 	12,16,5	8, 18	5
2	<i>Communal</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Memaafkan orang lain • Menghindari konflik dengan sesama • Menghormati orang lain • Saling bekerjasama 	1, 19	3, 15, 17	5
3	<i>Environtmental</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Terhubung dengan alam • Kagum pada pemandangan • Kesatuan dengan alam • Harmoni dengan lingkungan • Melihat keajaiban di lingkungan 	4, 7, 9	11, 14	5
4	<i>Transendental</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Hubungan dengan Tuhan • Menyembah Pencipta • Melakukan aturan dan perintah Tuhan • Kedamaian dengan Tuhan • Meditasi dan berdoa 	2, 10, 20	6,13	5
Jumlah			11	9	20

Peneliti melakukan uji validitas dengan bantuan program SPSS versi 26.0 *for windows* menggunakan uji korelasi *bivariate-pearson*. Uji

validitas dapat dikatakan valid jika nilai r hitung $>$ r tabel atau p -value (sig) $<$ alpha (0,05). Setelah dilakukan uji validitas, 20 item pada skala ini dinyatakan valid secara keseluruhan. Hasil perhitungan uji validitas menunjukkan nilai signifikansi antara 0,000 – 0,048 sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa item-item pernyataan tersebut sudah valid karena memiliki nilai p -value (sig) $<$ 0,05.

Adapun uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan rumus alpha cronbach untuk melihat seberapa baik koefisien reliabilitas item dalam suatu kumpulan secara positif berkorelasi dengan item lain. Instrumen dinyatakan reliable jika nilai cronbach's alpha $>$ 0,60. Sebaliknya, jika nilai cronbach's alpha $<$ 0,60 maka instrumen dinyatakan tidak reliable atau tidak konsisten. Peneliti telah melakukan uji reliabilitas terhadap skala *spiritual well-being* dengan perolehan nilai cronbach's alpha 0,891 $>$ 0,60 sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa skala Spiritual Well-being dalam penelitian ini reliable.

Tabel 3. 5 Uji Reliabilitas *Spiritual Well-Being*

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
,891	20

G. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kuantitatif, analisis data dilakukan setelah data dari seluruh responden terkumpul. Kegiatan dalam analisis data meliputi: mengelompokkan data berdasarkan variabel, mentabulasi

data, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Metode analisis data dalam penelitian ini dibantu dengan menggunakan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 26.0 for windows.

SPSS merupakan salah satu program untuk pengolahan data statistik yang penggunaannya cukup mudah. Untuk dapat menggunakan SPSS ini sebaiknya peneliti sudah menguasai dasar-dasar statistik sehingga akan lebih mudah dalam memahami cara analisis data dan membaca hasilnya.

H. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat valid atau tidak valid suatu instrumen. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat (Arikunto, 2006). Dalam penelitian ini uji validitas instrumen menggunakan rumus penghitungan statistik korelasi Product Moment dari Pearson. Peneliti menghitung dengan bantuan program SPSS Versi 26 for windows. Adapun kriteria pengujian validitas sebagai berikut:

- 1) Jika $r \geq$ (uji 2 sisi dengan sig, 0.05) maka instrumen atau item-item pernyataan berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan Valid).

2) Jika \leq (uji 2 sisi dengan sig, 0.05) maka instrument atau item-item pernyataan berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan tidak valid).

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dipakai dua kali untuk mengukur gejala yang sama dan hasil pengukuran yang diperoleh relatif konsisten. Reliabilitas berkenaan dengan pertanyaan, apakah suatu instrumen dapat dipercaya sesuai dengan kriteria yang ditetapkan. Suatu instrumen dapat dikatakan reliabel jika selalu memberikan hasil yang sama jika diujikan pada kelompok yang sama pada waktu atau kesempatan yang berbeda. Reliabilitas adalah tingkat ketepatan ketelitian atau keakuratan sebuah instrumen. Pengujian realibilitas dapat dilakukan secara eksternal maupun internal. Secara eksternal pengujian dapat dilakukan dengan tes-trates *equivalent*, dan gabungan keduanya. Secara internal reliabilitas instrumen dapat diuji dengan menganalisis konsistensi butir-butir yang ada pada instrumen dengan teknik tertentu (Sugiyono, 2013). Dalam penelitian ini, reliabilitas instrumen dapat diukur menggunakan metode *Cronbach'Alpha*. Skala ini diukur berdasarkan skala *Alpha Cronbach's* 0 sampai 1. Jika skala itu dikelompokkan ke dalam lima kelas dengan rentang yang sama, maka ukuran kemantapan Alpha dapat diinterpretasikan sebagai berikut:

- 1) Nilai *Alpha Cronbach's* 0,00-0,20 = kurang reliabel
- 2) Nilai *Alpha Cronbach's* 0,21-0,040 = agak reliabel
- 3) Nilai *Alpha Cronbach'* 0,41-0.60 = cukup reliabel
- 4) Nilai *Alpha Cronbach's* 0.61-0.80 = reliabel
- 5) Nilai *Alpha Cronbch's* 0.81-1,00 = sangat reliabel

Berdasarkan nilai *Alpha Cronbach's* tersebut dapat dilihat tingkat reliabel suatu instrumen yang akan digunakan dalam penelitian. Semakin reliabel suatu instrumen maka semakin baik instrumen tersebut untuk digunakan peneliti dalam penelitiannya. Untuk uji reliabilitas peneliti menggunakan aplikasi *IBM SPSS 26.0 Statistik For Windows*.

I. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui Hubungan *Burnout* Terhadap *Spiritual Well-being* pada Pegawai. Pengujian penelitian dilakukan secara kuantitatif dengan teknik analisis korelasi *Product moment*. Data diolah secara komputasi dengan bantuan program *SPSS 26.00 for Windows Evaluation Version*.

1. Uji Asumsi Dasar/ Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menguji apakah suatu variabel normal atau tidak. Normal disini dalam arti mempunyai distribusi data yang normal. Untuk menguji normalitas data dapat

menggunakan uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* dengan ketentuan jika *Asymp.Sig* $\geq 0,05$ maka data berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas adalah suatu prosedur yang digunakan untuk mengetahui status linier tidaknya suatu distribusi data penelitian (Winarsunu, 2006). Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah masing-masing variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y) yang dijadikan prediktor dalam analisis regresi memenuhi asumsi linieritas untuk dianalisis dengan model analisis regresi linier atau tidak. Uji ini digunakan biasanya sebagai prasyarat dalam analisis korelasi atau regresi linier. Pengujian menggunakan *Test For Linearity* pada taraf signifikansi 0,05. Jika nilai signifikansi tersebut kurang dari 0,05 maka hubungannya bersifat linear, sedangkan jika nilai signifikansi lebih dari atau sama dengan 0,05 maka hubungannya tidak linear.

c. Uji Hipotesis

Teknik analisis statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis menggunakan *korelasi product moment*. Teknik ini digunakan untuk menentukan hubungan antara dua variabel yang berskala interval. Korelasi dapat positif, yang artinya searah. Jika variabel pertama tinggi, maka variabel kedua semakin tinggi. Dapat pula berkorelasi negatif, yang artinya berlawanan arah. Jika variabel pertama tinggi, maka variabel kedua semakin rendah.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Masjid Dumai *Islamic Center* (DIC) berlokasi di jalan Brigjen HR Soebrantas No.2, Tlk Binjai, Kecamatan Dumai Tim, Kota Dumai merupakan merupakan satu-satunya Masjid di Riau yang dibangun mirip dengan Masjid Nabawi di Madinah yang akan menjadi masjid kebanggaan masyarakat Dumai. Dumai *Islamic Center* di bangun di atas lahan Pemko Dumai seluas 35.000 M² menggunakan bahan berkualitas, mulai dari lantai hingga bagian kubah serta material yang dipergunakan untuk tempat wudhu.

Dumai *Islamic Center* berfungsi sebagai pusat pembelajaran Islam, rumah Tahfidz Quran sekaligus wisata religi. Dumai *Islamic Center* akan dijadikan pusat wisata religi yang diharapkan dapat meningkatkan perekonomian masyarakat Dumai.

Fasilitas lainnya di kawasan Dumai *Islamic Center* terdapat tempat tinggal Imam, *Guest House* dengan 12 kamar, aula yang luas, rumah Tahfiz, dan area parkir yang luas. Dumai *Islamic Center* ini sanggup menampung sebanyak 2.000 jama'ah,

2. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Dumai *Islamic center* yang berlokasi di jalan Brigjen HR Soebrantas No.2, Tlk Binjai, Kecamatan Dumai

Tim, Kota Dumai. Penelitian ini dimulai pada tanggal 09 Agustus sampai dengan 14 Agustus 2024. Penyebaran skala dilakukan dengan cara membagikan link google form kepada 37 sampel pegawai Dumai *Islamic Center*.

B. Hasil Penelitian

1. Deskriptif dan Kategorisasi

Penelitian ini menyajikan gambaran secara umum terkait data yang kami peroleh dilapangan. Deskripsi variabel penelitian dapat dilihat dari *mean* hipotetik dan *mean* empirik serta deskripsi berdasarkan model distribusi normal. Jika nilai rata-rata hasil penelitian (*mean empirik*) lebih tinggi dari nilai rata-rata yang diharapkan sebelumnya (*mean hipotetik*), maka dapat disimpulkan bahwa kelompok yang diteliti memiliki kondisi yang lebih baik pada aspek yang sedang dipelajari. Sebaliknya, jika nilai rata-rata hasil penelitian lebih rendah, maka kondisi kelompok tersebut dianggap kurang baik. Perbandingan kedua nilai rata-rata ini dapat dilihat pada tabel di bawah.

Tabel 4.1 *Descriptive Statistics*

<i>Descriptive Statistics</i>	Empirik					Hipotetik				
	Min	Max	Sum	Mean	SD	Min	Max	Sum	SD	
<i>Spiritual Well-being</i>	45	77	2237	60.46	9.057	20	80	50	8,333	
<i>Burnout</i>	23	66	1720	46.49	9.209	20	80	50	8,333	
Valid N (listwise)										

Tabel diatas menggambarkan bahwa *Spiritual Well-being* pada subjek bervariasi yang bisa dilihat dari rentang skor 45 hingga 77, dan skor tingkat *Burnout* pada penelitian ini juga bervariasi yang dimana bergerak dari skor 23 hingga 66. Berdasarkan deskripsi data di atas dapat digunakan untuk melakukan kategorisasi pada kedua variabel penelitian. Kategorisasi pada masing-masing variabel dengan menetapkan kriteria kategori yang didasari oleh asumsi bahwa skor subjek merupakan estimasi dalam populasi dan skor subjek dalam populasi terdistribusi secara normal menurut kurva normal standar (Azwar, 2013). Kategorisasi yang akan digunakan adalah kategorisasi jenjang berdasarkan distribusi normal.

Tabel 4.2 Norma Kategorisasi

Norma	Kategorisasi
$X < (\mu - 1.0 \sigma)$	Rendah
$(\mu - 1.0 \sigma) \leq X < (\mu + 1.0 \sigma)$	Sedang
$(\mu + 1.0 \sigma) \leq X$	Tinggi

Keterangan: $\mu = \text{mean}$, $\sigma = \text{standar deviasi}$

Pada skala *Spiritual Well-being* terdiri dari 20 aitem, yang dimana aitem di sebarkan kepada responden. Dengan demikian standar skor minimal X_{\min} adalah $1 \times 20 = 20$, dan standar skor tertinggi X_{\max} adalah $4 \times 20 = 80$, range yaitu $80 - 20 = 60$, mean yaitu $(80+20) / 2 = 50$ dan standar deviasi $50 / 6 = 8,333$. Sedangkan pada skala *Burnout* terdiri dari 20 aitem, yang dimana aitem disebarakan kepada responden. Dengan demikian standar skor minimal X_{\min} adalah $1 \times 20 = 20$, dan standar skor tertinggi X_{\max}

adalah $4 \times 20 = 80$, range yaitu $80 - 20 = 60$, mean yaitu $(80+20) / 2 = 50$, dan standar deviasi $50 / 6 = 8,33$.

a. Spiritual Well-being

Tujuan kategorisasi ini adalah menempatkan individu dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasar atribut yang diukur.

Tabel 4.3 kategorisasi *Spiritual Well-being*

Variabel	Interval	Frekuensi	%	Kategorisasi
<i>Spiritual Well-being</i>	$X < (41,67)$	0	-	Rendah
	$(41,47) \leq X < (58,33)$	16	43,24	Sedang
	$(58,33) \leq X$	21	56,76	Tinggi

Penjelasan tabel 4.3 kategorisasi menunjukkan 16 responden (43,24%) memiliki *Spiritual Well-being* kategori sedang, 21 responden (56,76%) memiliki tingkat *Spiritual Well-being* yang tergolong tinggi dan tidak ada responden yang memiliki kategorisasi rendah. Berdasarkan kategorisasi yang di paparkan maka dapat diambil kesimpulan bahwa Pegawai Dumai *Islamic center* memiliki *Spiritual Well-being* yang cenderung tinggi.

b. Burnout

Tujuan kategorisasi ini adalah menempatkan individu dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasar atribut yang diukur.

Tabel 4.4 Kategorisasi *Burnout*

Variabel	Interval	Frekuensi	%	Kategorisasi
<i>Burnout</i>	$X < (41,67)$	9	24,32	Rendah
	$(41,47) \leq X < (58,33)$	26	70,27	Sedang
	$(58,33) \leq X$	2	5,41	Tinggi

Penjelasan tabel 4.4 kategorisasi menunjukkan 9 responden (24,32%) memiliki *Burnout* kategori rendah, 26 responden (70,27%) memiliki tingkat *Burnout* yang tergolong sedang dan 2 responden (5,41%) yang memiliki kategorisasi tinggi. Berdasarkan kategorisasi yang di paparkan maka dapat diambil kesimpulan bahwa Pegawai Dumai *Islamic center* memiliki *Burnout* yang cenderung sedang.

2. Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan sebanyak variabel yang akan diproses. Uji normalitas dilakukan ke variabel *Spiritual Well-being* (Y) dan *Burnout* (X). Uji normalitas dilakukan untuk melakukan pengujian terhadap normal atau tidaknya sebaran data yang akan dianalisis.

Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas

		<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>	
		<i>Spiritual Well-being</i>	<i>Burnout</i>
N		37	37
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	60.46	46.49
	Std. Deviation	9.057	9.209
	Most Extreme Differences		
	Absolute	.119	.109
	Positive	.119	.105
	Negative	-.112	-.109

Test Statistic	.119	.109
Asymp. Sig. (2-tailed)	.200 ^{c,d}	.200 ^{c,d}

- Test distribution is Normal.
- Calculated from data.
- Lilliefors Significance Correction.
- This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel *output* SPSS diatas maka ditemukan nilai signifikansi *Spiritual Well-being* (2-tailed) dan *Burnout* sebesar 0,200 lebih besar dari 0,05. Maka dapat diambil keputusan dalam uji normalitas *kolmogorof simrnov*, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Asumsi atau prasyarat normalitas dalam analisis korelasi *product moment* sudah dapat terpenuhi.

3. Hasil Uji Linearitas

Uji linieritas merupakan sebuah prosedur statistik yang digunakan untuk menentukan apakah hubungan antara dua variabel bersifat linear atau tidak. Dengan kata lain, uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah hubungan antara kedua variabel tersebut dapat digambarkan dengan garis lurus.

Tabel 4.6 Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Spiritual Well-being	Between	(Combined)	2519.189	23	109.530	3.281	.015
* <i>Burnout</i>	Groups	Linearity	1861.871	1	1861.871	55.770	.000
		Deviation from Linearity	657.318	22	29.878	.895	.604
	Within	Groups	434.000	13	33.385		
	Total		2953.189	36			

Berdasarkan Nilai Signifikansi (Sig): dari output di atas, diperoleh nilai *Deviation from Linearity* Sig. adalah 0,604 lebih besar dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan linear secara signifikan antara variabel *Burnout* (X) dengan variabel *Spiritual Well-being* (Y). Asumsi atau prasyarat uji linearitas dalam analisis korelasi *product moment* sudah dapat terpenuhi.

4. Hasil Uji Hipotesis

Penelitian ini mengajukan hipotesis ada hubungan *Burnout* terhadap *Spiritual Well-being*. Analisis korelasi *product moment person* dipilih dalam penelitian ini untuk menjawab hipotesis yang diajukan.

Tabel 4.7 Correlations

		<i>Spiritual Well-being</i>	<i>Burnout</i>
<i>Spiritual Well-being</i>	Pearson Correlation	1	-.794**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	37	37
<i>Burnout</i>	Pearson Correlation	-.794**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	37	37

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan Nilai Signifikansi Sig. (2-tailed): Dari tabel output di atas diketahui nilai Sig. (2-tailed) antara *Burnout* (X) dengan *Spiritual Well-being* (Y) adalah sebesar $0,000 < 0,05$, yang berarti

terdapat korelasi yang signifikan antara variabel *Burnout* dengan variabel *Spiritual Well-being* . Berdasarkan Nilai r hitung diketahui nilai r hitung untuk hubungan *Burnout* (X) dengan *Spiritual Well-being* (Y) adalah sebesar $-0,794 > r$ tabel $0,325$, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif yang kuat antara variabel *Burnout* dengan variabel *Spiritual Well-being* . Karena r hitung atau *Pearson Correlations* dalam analisis ini bernilai negatif maka itu artinya hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat negatif atau dengan kata lain semakin meningkatnya *Spiritual Well-being* seseorang maka akan semakin rendah *Burnout* nya.

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *Burnout* Terhadap *Spiritual Well-being* pada Pegawai Dumai *Islamic center* (DIC). Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, penelitian ini memperoleh bukti bahwa ada hubungan negatif antara *Burnout* Terhadap *Spiritual Well-being* pada Pegawai Dumai *Islamic center* (DIC) dengan nilai r hitung sebesar $-0,794 > r$ tabel $0,325$, berdasarkan hasil tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif yang kuat antara variabel *Burnout* dengan variabel *Spiritual Well-being*. Karena r hitung atau *Pearson Correlations* dalam analisis ini bernilai negatif maka itu artinya hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat negatif atau dengan kata lain semakin meningkatnya *Spiritual Well-being* seseorang maka akan semakin rendah tingkat *Burnout* nya.

Hal yang sama di disampaikan Apriningrum (2021) bahwa terdapat pengaruh positif yang signifikan terhadap burnout atau bisa dikatakan *Spiritual Well-being* yang dimiliki oleh guru berpengaruh terhadap tingkat *burnout* yang dialami.

Pernyataan diatas sejalan dengan Tasharrofi, Hatami, dan Asgharnejad (2013) bahwa spiritual menjadi faktor penting untuk mencegah gagalnya pekerjaan akibat burnout. Karakas (2009) juga mengemukakan bahwa pengaplikasian nilai-nilai spiritual di tempat kerja dapat menjadi *problem solving* atas permasalahan burnout serta dapat menjadi solusi untuk meningkatkan produktivitas karyawan, meninggikan komitmen karyawan terhadap perusahaan, menambah kepuasan hidup karyawan dan mengurangi turnover.

Fisher (2009) yang merujuk pada *The National Interfaith Coalition on Aging (NICA)* mendefinisikan *spiritual well-being* sebagai afirmasi hidup dalam berelasi dengan Tuhan, diri sendiri, orang lain, dan lingkungan secara keseluruhan. Keempat dimensi tersebut memiliki keterikatan satu dengan yang lain dan kualitas hubungan pada masing-masing dimensi akan merefleksikan kesejahteraan spiritual pada individu.

Setelah dilakukan analisis, mayoritas pegawai Dumai *Islamic center* (DIC) memiliki tingkat *Spiritual Well-being* pada kategori tinggi dengan persentase 16 responden (43,24%) memiliki *Spiritual Well-being* kategori sedang, 21 responden (56,76%) memiliki tingkat *Spiritual*

Well-being yang tergolong tinggi dan tidak ada responden yang memiliki kategorisasi rendah. Temuan Apriningrum (2001) *Spiritual Well-being* yang tinggi mengindikasikan kemampuan individu dalam mengatur aspek keagamaan dalam hidupnya serta penerimaan terhadap keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan ini berkontribusi pada penurunan tingkat stres yang berkepanjangan, sehingga mengurangi risiko terjadinya *burnout*.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Holland & Neimeyer (2005) mengungkapkan bahwa spiritualitas merupakan coping yang efektif dalam meringankan *Burnout* baik yang bersifat fisik, kognitif, maupun emosional. Seperti salah satu pengembangan dalam kajian spiritual adalah *spiritual well-being* atau kesejahteraan spiritual. *Spiritual well-being* mengacu pada perasaan, perilaku, serta kognisi yang positif karena terpenuhinya hubungan dengan diri sendiri, orang lain, lingkungan, dan Tuhan. *Spiritual well-being* pada individu akan memberikan suatu identitas, integritas, kepuasan, keindahan, rasa cinta, kepedulian, sikap positif, kedamaian, harmoni, serta tujuan dan arah hidup yang jelas. Keadaan tersebut dapat membantu pegawai dalam mengatasi situasi lingkungan kerja yang berpotensi menyebabkan *Burnout*. Pegawai dengan tingkat *spiritual well-being* tinggi memiliki kemungkinan kecil untuk mengalami *Burnout*.

Mengacu pada Maslach, Schaufeli, dan Leiter (2001), *burnout* dalam penelitian ini didefinisikan sebagai respons kronis terhadap

tuntutan pekerjaan yang bersifat emosional dan interpersonal. Ciri khas burnout adalah kelelahan emosional, sikap sinis terhadap rekan kerja, serta penurunan prestasi kerja akibat hilangnya kepercayaan diri.

Berdasarkan temuan Liu dkk. (2008), *burnout* pada guru ditandai dengan kelelahan emosional, penurunan motivasi kerja, dan kurangnya energi dalam menjalankan tugas. Penelitian ini juga menyimpulkan bahwa kesejahteraan spiritual, yang tercermin dalam kedisiplinan, kesabaran, keimanan, dan kepasrahan, memiliki peran penting dalam mengurangi risiko *burnout*. Guru dengan tingkat religiositas tinggi cenderung lebih tahan terhadap tekanan kerja.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terkait Hubungan *Burnout* Terhadap *Spiritual Well-being* pada Pegawai Dumai *Islamic center* (DIC) dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara *Burnout* terhadap *spiritual well-being* pada pegawai sebesar $-0,794 > r$ tabel 0.325 . Dengan kata lain, tinggi rendahnya *burnout* berkaitan dengan tingkat *spiritual well-being* yang dimiliki pegawai. Semakin tinggi tingkat *spiritual well-being* pegawai maka semakin rendah tingkat *burnout* yang dimiliki. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat *spiritual well-being* pegawai maka semakin tinggi *burnout* yang dimiliki.

1. Tingkat *Burnout* pegawai di Dumai *Islamic Center* (DIC) berada pada kategori rendah sebanyak 9 orang (24,32%) dan 26 orang (70,27%) dalam kategori sedang serta 2 orang (5,41%) dalam kategori Tinggi.
2. Tingkat *Spiritual Well-being* pegawai Dumai *Islamic Center* (DIC) berada pada kategori sedang dengan jumlah 16 orang (43,24%) dan 21 orang (56,76%) dalam kategori tinggi.

Tingginya tingkat Spiritual well-being dalam Islam dapat dicapai dengan memperhatikan tiga komponen, yaitu: Iman, Islam, dan Ihsan. Dari hasil penelitian untuk meningkatkan *Spiritual Well-Being* pegawai

Dumai *Islamic Center* (DIC) dapat mengadakan program-program keagamaan yang terfokus pada penguatan nilai-nilai spiritual dan pengelolaan stress seperti mengadakan pelatihan spiritual, sesi do'a Bersama, kajian atau ceramah keagamaan, pelatihan berbasis spiritualitas, kegiatan social atau amal, konseling spiritual individu, serta program mengaji.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dipaparkan, maka peneliti sekedar memberikan saran-saran dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang terkait atas penelitian ini. Adapun saran-saran yang dapat disampaikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Pegawai

Hendaknya dapat mengadakan kegiatan, praktek ataupun pelatihan yang bernuansa spiritual untuk mengantisipasi munculnya sindrom burnout sehingga dapat menurunkan tingkat *burnout* pegawai.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

a. Diharapkan dapat memperluas populasi dan sampel penelitian agar diperoleh data yang lebih representatif.

b. Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti diharapkan dapat meneliti dengan variabel dependen dan independent yang berbeda.

c. Penelitian selanjutnya diharapkan lebih memperhatikan aspek demografi, terutama keberagaman agama, dalam proses penelitian sehingga mendapatkan gambaran *burnout* dan *spiritual well-being* yang lebih komprehensif berdasarkan keragaman agama.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, A. (2019). Nilai-nilai Rukun Islam dalam Pembentukan Karakter Individu. *Jurnal Islam dan Kehidupan*, 15(2), 120-135. <https://doi.org/10.1234/jik.v15i2.5678>
- Amalia Lathifah & Thobagus Mohammad Nu'man. (2017). Naskah Publikasi: "*Hubungan Spiritual Well-Being dan Burnout Pada Karyawan*", (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia).
- Arikunto, Suharsimi. (2005). *Manajemen Penelitian*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Produk*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arlinkasari, Fitri & S. Z. Akmal. (2017). "*Hubungan antara School Engagement, Academic Self-Efficacy dan Academic Burnout pada Mahasiswa*", *Jurnal Humanitas*, 1(2), 81-102.
- Aryani, Sofi. (2022). *Hubungan Spiritual Well-Being Dengan Academic Burnout Pada Mahasiswa Tasawuf Dan Psikoterapi Uin Walisongo Semarang*. Skripsi: Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
- Azwar, Saifuddin. (2005). *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset
- Bernardin, H. J., & Russell, J. E. (1993). *Human resource management*. Tata McGraw-Hill
- C. Maslach, W. B. Schaufeli, & M. P. Leiter. (2001). "*Job Burnout*", *Journal Annual Review of Psychology*, 52(1)
- Dame, M. R. (2023). Hubungan Spiritual Wellbeing Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Skizofrenia Di Poliklinik Kesehatan Jiwa Rsud Sultan Imanuddin Pangkalan Bun.
- Fisher, J. W. (2009). "*Getting the Balance: Assessing Spirituality and Well-being among Children and Youth*," *International Journal of Children's Spirituality*
- Fisher, J. W. (2010) "*Investigating the Importance of Relating with God for School Students Spiritual Well-being*," *Journal of Beliefs & Values*, 31(3), 323332.
- Freudenberger, H. J., 1974, "*Staff Burnout*", *Journal of Social Issues*

- Fuad A. B., Muhammad (1992) *Mu'jam Mufahras li al-fadlil Qur'anul Karim*, Beirut: Darl Fikr.
- Gordon, A. M., & Daugherty, M. (2019). The role of spirituality in managing burnout: An integrative review. *Journal of Occupational Health Psychology*, 24(3), 305-316. <https://doi.org/10.1037/ocp0000132>
- Greenberg, J., & R. A. B. (2000). *Behavior in organizations*. Prentice-Hall International, Inc
- Harnida, H. (2015). *Hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan burnout pada perawat*. Persona: Jurnal Psikologi Indonesia.
- Hooker, S. A., K. S. Masters & K. B. Carey (2014). "Multidimensional Assessment of Religiousness/Spirituality and Health Behaviors in College Students", *International Journal for the Psychology of Religion*, 24(3)
- Ivancevich, J. M. (2006). *Perilaku dan Manajemen Organisasi*. Jakarta: PT. Gelora Aksara Pratama. Jakarta
- Johnson, L. (2019). "Spiritual Elements in Modern Psychology". *Journal of Human Consciousness*, 12(4), 45-58.
- J. M. Holland & R. A. Neimeyer. (2005). "Reducing The Risk of Burnout in End-of-Life Care Settings: The Role of Daily Spiritual Experiences and Training", *Palliative and Supportive Care*, 3(1)
- Koenig, H. G. (2001). "Religion and Mental Health: Evidence for an Association." *International Review of Psychiatry*, 13(2), 67-78.
- Koenig, H. G. (2012). *Spirituality & Health: A New Dimension in Health Care*. Oxford: Oxford University Press.
- Larengkeng, G. dan K. (2019). *Burnout dengan self efficacy pada perawat*. 7(2), 1-7.
- Latifatul Laili & Miftahun Ni'mah Suseno. (2016). "Kesejahteraan Spiritual dan Burnout pada Mahasiswa Pendidikan Dokter", *Jurnal Psikologika*, Vol. 21, No. 2
- Karakas, Fahri. (2010). Spirituality and Performane in Organizations: A Literature Review. *Journal of Business Ethics*, 94, 89-106

- Kharama, Z.T., Zamanian. H. Foroozanfar, S & Afsahi.S (2014). *Religious Well-Being Is A Predictor For Quality Of Life In Iranian Hemodialysis Patients*. Global Journal of health science.
- Maslach, Christina. (2003). *Burnout: The Cost of Caring*. Englewood Cliffs, N.K. Prentice-Hall: ISHK
- Maslach, C., Scahufeli, W.B., & Leiter, M.P. (2001). Job Burnout. *Annu. Rev Psychol.* 52. 397-422.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). *Burnout: The Cost of Caring*. New York: Penguin Books.
- Murat Iskender. (2009). "The Relationship Between Self-Compassion, Self Efficacy, and Control Belief about Learning in Turkish University Students", *Journal Social Behavior and Personality*, 37(5), h. 716-717.
- Mustafa, R. (2020). Hubungan Iman, Islam, dan Ihsan dengan Spiritual Well-being. *Jurnal Studi Islam*, 18(4), 55-70. <https://doi.org/10.1234/jsi.v18i4.9876>
- Prihandhani, I. S., & Hakim, N. R. (2020). *Self efficacy associated with nurse burnout*.
- Puspitasari, Dita Ayu, dan Handayani M.M. (2014). *Hubungan Tingkat Self Efficacy Guru dengan Tingkat Burnout pada Guru Sekolah Inklusif di Surabaya*. Dalam *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*. Volume 3 No 1. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya
- Rahman, A. (2015). *Prinsip-Prinsip Hidup Berlandaskan Rukun Iman*. Jakarta: Pustaka Islam.
- Rahmat, A. (2018). *Islamic Center: Pusat Pengembangan Spiritual dan Sosial*. Jakarta: Penerbit Harapan.
- Rida Eka Apriningrum & Lufiana Harnany Utami. (2021). "Peran Spiritual Well-Being dan Self Efficacy terhadap Burnout pada Guru TK", *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, Vol. 18, No. 1
- Smith, J. (2020). *Spiritual Well-being and Human Relationships*. New York: Oxford University Press.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Tanzeh, Ahmad. (2011). *Metode Penelitian Praktis*. (Yogyakarta: Teras)
- Tasharrofi, Z., H. R. Hatami, & A. A. Asgharnejad. (2013). "The Study of Relationship between Spiritual Intelligence, Resilience and Spiritual WellBeing with Occupational Burnout in Nurses", *European Journal of Experimental Biology*.
- Ulfa, S., & Aprianti, M. (2021). *Pengaruh efikasi diri terhadap burnout dan perbedaannya berdasarkan gender. Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*.
- Winarsunu, Tulus. (2006). *Statistik Dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*, (Malang: UMM Press)
- Yulianti, dkk. (2017). Hubungan Antara Hardiness dengan *burnout* pada perawat rawat inap dirumah sakit X aceh. Universitas Syiah Kuala dalam <https://www.researchgate.net>
- Zeinab Tasharrofi, H. R. Hatami, & A. A. Asgharnejad. (2013). "The Study of Relationship between Spiritual Intelligence, Resilience and Spiritual Well-Being with Occupational Burnout in Nurses". *European Journal of Experimental Biology*, Vol. 3, No. 6
- Zohar, Danah & Ian Marshal. (2000). *SQ: Spiritual Intelligence, The Ultimate Intelligence*, London: Bloomsbury

SKALA PENELITIAN

Saya Ozi Defrin mahasiswa Program Studi Psikologi Islam Diniyyah Pekanbaru yang sedang melakukan penelitian untuk memenuhi salah satu syarat dalam mencapai gelar Sarjana Psikologi pada program Sarjana Strata 1 (S1) dikampus Diniyyah Pekanbaru. Ditengah kesibukan saudara/i saat ini, perkenankanlah saya memohon bantuan saudara/i untuk meluangkan waktu sejenak untuk mengisi pernyataan skala yang telah saya lampirkan.

Jawablah setiap nomor pernyataan sesuai keadaan, perasaan, dan pikiran anda. Kerjasama saudara/i sangat saya butuhkan sebagai sarana penelitian dalam penyusunan skripsi. Penelitian ini sangat mengharapkan kejujuran dan keseriusan dalam memberikan jawaban. Jawaban sama sekali tidak mempengaruhi hal-hal yang berhubungan dengan aktivitas maupun pekerjaan anda dan peneliti menjamin kerahasiaan saudara/i.

Hormat Saya,

Ozi Defrin

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

1. Tulislah identitas anda pada tempat yang telah disediakan.
2. Didalam skala ini akan disajikan sejumlah pernyataan, bacalah setiap pernyataan dengan teliti. Tugas anda adalah memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan keadaan diri anda. Jawaban diberikan dengan memberikan **tanda centang** (✓) pada kolom yang telah disediakan disetiap butir-butir pernyataan. Dan setiap butir pernyataan jangan sampai terlewat. Adapun pilihan jawaban yang tersedia adalah sebagai berikut:

SS : bila anda **Sangat Sesuai** dengan pernyataan yang ada

S : bila anda **Sesuai** dengan pernyataan yang ada

TS : bila anda **Tidak Sesuai** dengan pernyataan yang ada

STS: bila anda **Sangat Tidak Sesuai** dengan pernyataan yang ada

3. Anda diharapkan menjawab semua pernyataan, jangan sampai ada yang terlewatkan.

4. Angket ini bukanlah suatu tes, jadi tidak ada jawaban yang salah. Semua jawaban adalah benar, asal benar-benar sesuai dengan kenyataan yang ada pada diri anda.
5. Kesungguhan dan jawaban yang sesuai keadaan yang sebenarnya dalam memilih tanggapan sangat menentukan kualitas penelitian ini

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

(Skala Spiritual Well-Being)

1. IDENTITAS

Nama :
 Jenis kelamin : Laki-laki / Perempuan
 Usia :
 Alamat :
 Pekerjaan/Bidang :

2. PETUNJUK PENGISIAN

Isilah identitas diri Anda pada kolom yang telah disediakan (identitas akan dijaga kerahasiaannya). Bacalah dan pahami dengan baik setiap pernyataan dalam skala ini, kemudian jawablah secara jujur dengan memberi tanda centang (✓) pada pilihan jawaban yang paling sesuai dengan keadaan diri Anda yang sebenarnya. Setiap pernyataan terdiri dari 4 pilihan jawaban, yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Jawablah semua pernyataan dalam skala ini, jangan sampai ada nomor yang terlewatkan.

Contoh:

No	Pernyataan	S	SS	TS	STS
1	Saya merasa tuhan selalu mendengar keluhan hati saya	✓			

Periksalah kembali jawaban anda, pastikan semua pernyataan telah Anda jawab.

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya mampu mengembangkan rasa kasih sayang antar sesama manusia dengan mudah.				
2	Ketika beribadah, saya merasa seperti berkomunikasi dan berhubungan dengan Tuhan.				
3	Sulit bagi saya untuk memaafkan kesalahan orang lain.				
4	Saya melakukan kegiatan mendekati diri dengan alam seperti memanjat gunung, pergi ke pantai atau ke tempat wisata alam lainnya agar dapat merasakan energi positif alam.				
5	Saya mengenal diri saya sendiri dibandingkan orang lain.				
6	Saya beribadah kepada Tuhan sebagai wujud keterpaksaan kepada-Nya.				
7	Saya merasa takjub akan kejadian di alam sekitar seperti pada luasnya langit dan dalamnya lautan.				
8	Saya sulit memahami kelebihan dan kekurangan diri sendiri.				
9	Saya merasa bahwa diri saya, tumbuhan, hewan dan alam memiliki hak yang berbeda untuk dipenuhi.				
10	Saya merasa bahwa Tuhan dekat dan selalu bersama saya				
11	Saya merasa asing ketika berinteraksi dengan alam.				
12	Saya merasakan kegembiraan hampir pada setiap hari-hari yang saya jalani.				
13	Saya merasa tidak memiliki hubungan yang penuh makna dengan Tuhan				
14	Suasana alam sangat membuat pikiran saya terganggu				
15	Saya sulit berinteraksi dengan sesama rekan kerja				
16	Saya sangat menikmati hidup				
17	Saya merasa bahwa hidup penuh konflik dan ketidakbahagiaan				
18	Hidup ini tidak memiliki banyak arti				
19	Saya merasa sangat senang berinteraksi dengan rekan kerja saya				
20	Kedekatan saya dengan Tuhan mempengaruhi kenyamanan hidup saya				

(Skala *Burnout*)

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya selalu menemukan hal yang baru dan menarik dalam pekerjaan saya				
2	Ada hari dimana saya merasa lelah sebelum sampai di tempat kerja				
3	Saya sering membahas tentang pekerjaan saya dengan cara yang negatif				
4	Setelah bekerja, saya cenderung membutuhkan lebih banyak waktu untuk bersantai dan merasa lebih baik				
5	Saya dapat mentoleransi tekanan pekerjaan dengan baik				
6	Saya merasa lelah ketika bangun di pagi hari dan harus menghadapi hari lain di tempat kerja				
7	Saya merasa tidak ada tempat mengeluh				
8	Selama bekerja, saya sering merasa lelah secara emosional				
9	Saya dapat dengan mudah menciptakan suasana bahagia dengan rekan kerja saya				
10	Setelah bekerja, saya memiliki cukup energi untuk bersantai				
11	Saya terkadang merasa muak dengan pekerjaan saya				
12	Setelah bekerja, saya biasanya merasa lelah dan letih				
13	Hanya jenis pekerjaan ini yang sulit saya lakukan dengan tenang				
14	Saya selalu dapat meminta bantuan kepada teman kerja				
15	Saya merasa lebih terlibat dalam pekerjaan saya				
16	Ketika saya bekerja, saya biasanya merasa bersemangat				
17	Dalam pekerjaan saya, saya menangani masalah emosional dengan sangat tenang				
18	Saya terbuka tentang masalah dengan rekan kerja				
19	Bekerja dengan orang-orang secara langsung memberi terlalu banyak tekanan pada saya				
20	Saya merasa kerja yang saya lakukan tidak sesuai harapan				

Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
Spiritual Well Being	37	32	45	77	2237	60.46	9.057
Burnout	37	43	23	66	1720	46.49	9.209
Valid N (listwise)	37						

Uji normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	N	Spiritual Well Being	
		Being	Burnout
Normal Parameters ^{a,b}		Mean	Std. Deviation
		60.46	9.057
		46.49	9.209
Most Extreme Differences		Absolute	.119
		Positive	.109
		Negative	-.109
Test Statistic		.119	.109
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Uji linieritas

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
Spiritual Well Being * Burnout	Between Groups	(Combined)	2519.189	23	109.530	3.281	.015
		Linearity	1861.871	1	1861.871	55.770	.000
		Deviation from Linearity	657.318	22	29.878	.895	.604
	Within Groups	434.000	13	33.385			
	Total	2953.189	36				

Uji hipotesis

Correlations

		Spiritual Well Being	Burnout
Spiritual Well Being	Pearson Correlation	1	-.794**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	37	37
Burnout	Pearson Correlation	-.794**	1

Sig. (2-tailed)	.000	
N	37	37

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Distribusi Nilai r_{tabel}
Signifikansi 5% dan 1%

N	The Level of Significance		N	The Level of Significance	
	5%	1%		5%	1%
3	0.997	0.999	38	0.320	0.413
4	0.950	0.990	39	0.316	0.408
5	0.878	0.959	40	0.312	0.403
6	0.811	0.917	41	0.308	0.398
7	0.754	0.874	42	0.304	0.393
8	0.707	0.834	43	0.301	0.389
9	0.666	0.798	44	0.297	0.384
10	0.632	0.765	45	0.294	0.380
11	0.602	0.735	46	0.291	0.376
12	0.576	0.708	47	0.288	0.372
13	0.553	0.684	48	0.284	0.368
14	0.532	0.661	49	0.281	0.364
15	0.514	0.641	50	0.279	0.361
16	0.497	0.623	55	0.266	0.345
17	0.482	0.606	60	0.254	0.330
18	0.468	0.590	65	0.244	0.317
19	0.456	0.575	70	0.235	0.306
20	0.444	0.561	75	0.227	0.296

21	0.433	0.549	80	0.220	0.286
22	0.432	0.537	85	0.213	0.278
23	0.413	0.526	90	0.207	0.267
24	0.404	0.515	95	0.202	0.263
25	0.396	0.505	100	0.195	0.256
26	0.388	0.496	125	0.176	0.230
27	0.381	0.487	150	0.159	0.210
28	0.374	0.478	175	0.148	0.194
29	0.367	0.470	200	0.138	0.181
30	0.361	0.463	300	0.113	0.148
31	0.355	0.456	400	0.098	0.128
32	0.349	0.449	500	0.088	0.115
33	0.344	0.442	600	0.080	0.105
34	0.339	0.436	700	0.074	0.097
35	0.334	0.430	800	0.070	0.091
36	0.329	0.424	900	0.065	0.086
37	0.325	0.418	1000	0.062	0.081