

RESILIENSI SPIRITUAL RELAWAN ASN MENGAJAR: PEMETAAN KONDISI AWAL DAN DESAIN PELATIHAN KOPING RELIGIUS

Sofyan Abdi^{*1}, Sulistiasih², Lucky Nindi Riandika M.³, Cut Munika Bastia Rahmadani⁴, Bagus Julian Hikmy⁵

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis baseline resiliensi spiritual relawan serta merancang model pelatihan resiliensi spiritual berbasis bimbingan dan konseling. Metode yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif dengan melibatkan 32 responden aparatur sipil untuk mengukur *baseline* resiliensi spiritual serta merancang kerangka intervensi pelatihan. Hasil pengujian empiris menunjukkan rata-rata skor resiliensi spiritual responden sebesar 43,44 dari skala 50 (SD = 5,12), yang mengindikasikan baseline ketahanan spiritual yang tergolong tinggi. Hasil uji validitas menunjukkan 11 dari 12 item instrumen dinyatakan valid $r_{hitung} > r_{tabel} = 0,361$; $p < 0,05$, dengan nilai koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0,844 (reliabilitas sangat tinggi). Artikel ini memformulasikan lima komponen utama pelatihan resiliensi spiritual (*meaning & purpose, value & integrity, hope & optimism, inner peace, dan spiritual connection*) yang terintegrasi dalam tiga program utama: psikoedukasi, refleksi pemaknaan (*meaning making*), dan koping spiritual.

Kata Kunci: resiliensi spiritual; relawan ASN; bimbingan dan konseling; koping spiritual; anak marjinal.

SPIRITUAL RESILIENCE OF VOLUNTEER TEACHING CIVIL SERVANTS: INITIAL CONDITION MAPPING AND RELIGIOUS COPING TRAINING DESIGN

Abstract

*This research aims to analyze the baseline spiritual resilience of volunteers and design a spiritual resilience training model based on guidance and counseling. The method used is descriptive quantitative, involving 32 civil servant respondents to measure the baseline of spiritual resilience and design a training intervention framework. Empirical test results show an average spiritual resilience score of 43.44 out of a scale of 50 (SD = 5.12), indicating a high baseline of spiritual resilience. Validity test results indicate that 11 out of 12 instrument items were declared valid ($r_{count} > r_{table} = 0.361$; $p < 0.05$), with a Cronbach's Alpha coefficient value of 0.844 (very high reliability). This article formulates five main components of spiritual resilience training (*meaning & purpose, value & integrity, hope & optimism, inner peace, and spiritual connection*) integrated into three main programs: psychoeducation, meaning-making reflection, and spiritual coping*

Keyword: *spiritual resilience; civil servant volunteers; guidance and counseling; spiritual coping; marginal children*

^{1,3,4,5}Universitas Negeri Surabaya, Indonesia, sofyanabdi@unj.ac.id

² Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia, sulistiasih@dsn.ubharajaya.ac.id

PENDAHULUAN

Perubahan sosial dan ekonomi global Kawasan pemukiman informal Lapak Pemulung Sarmili di Jurang Mangu Barat, Pondok Aren, Kota Tangerang Selatan. Kelompok marjinal yang menjadi tempat mengajar para relawan mayoritas menggantungkan hidup sebagai pemulung sampah plastik. Lingkungan tempat tinggal yang kumuh, kondisi sanitasi yang buruk, dan ancaman ketidakpastian ekonomi berdampak langsung pada terhambatnya akses pendidikan anak-anak di kawasan tersebut. Banyak anak terancam putus sekolah karena tekanan finansial keluarga atau keharusan membantu orang tua bekerja.

Menjawab tantangan tersebut, hadir komunitas relawan ASN Mengajar. Komunitas yang menghimpun Aparatur Sipil Negara (ASN) dari berbagai kementerian/lembaga untuk memberikan layanan pendidikan informal dan pendampingan karakter bagi anak-anak marjinal setiap akhir pekan. Meskipun keterlibatan ASN membawa warna baru dalam pengabdian masyarakat, para relawan berhadapan langsung dengan risiko tinggi kelelahan emosional (*emotional exhaustion*) dan kelelahan spiritual (*spiritual burnout*).

Secara konseptual, kelelahan relawan dipicu oleh dua faktor utama (1) tekanan lingkungan dan peran ganda: relawan harus menyeimbangkan tuntutan profesional sebagai aparatur negara dengan tanggung jawab moral sebagai pengajar di lingkungan marjinal yang serba terbatas; (2) keterbatasan keterampilan psikososial: sebagian besar relawan tidak memiliki latar belakang pendidikan psikologi atau bimbingan konseling, sehingga sering mengalami kesulitan saat menghadapi trauma emosional, perilaku anak yang menantang, atau krisis eksistensial lapangan.

Keterikatan agama dan praktik spiritual menawarkan sumber daya psikologis, emosional, dan sosial yang vital untuk meningkatkan kapasitas individu dalam bertahan di lingkungan kerja yang menuntut

(Abiola Oyetola, 2025; Schwalm et al., 2022). Narasi keagamaan yang diinternalisasi berfungsi sebagai pemandu kognitif (*cognitive scaffolds*) yang memungkinkan para pendidik menafsirkan konflik profesional melalui sudut pandang panggilan ilahi, sehingga meminimalkan risiko kelelahan emosional (Phillips, 2021). Mengintegrasikan disiplin spiritual ke dalam pengembangan profesional dapat memperkuat rasa kebermaknaan (*sense of purpose*), menjaga keikhlasan, serta meningkatkan motivasi berkelanjutan di tengah kesulitan pedagogis (Faletehan, 2025; Ozcan et al., 2021).

Oleh karena itu, diperlukan intervensi preventif berupa pelatihan resiliensi spiritual berbasis bimbingan dan konseling. Mengintegrasikan paradigma spiritual ini ke dalam kerangka pedagogis dapat membangun pelindung internal yang kuat, yang secara efektif menggeser pusat kendali (*locus of control*) dari beban administratif eksternal ke tujuan transendental individu (Hasanah, 2025). Resiliensi spiritual tidak sekadar diukur dari kuantitas ritual keagamaan, melainkan sejauh mana nilai-nilai iman dan pemaknaan spiritual mampu membentuk pola pikir, menghadirkan ketenangan batin (*inner peace*), serta menjadi daya lenting psikologis saat menghadapi krisis (Chirico et al., 2023).

Integrasi kebajikan tradisional seperti sabar (sabar) dan tawakkul (tawakal) menawarkan kerangka psikologis terstruktur untuk merespons tantangan kerja yang akut (Ramadhani et al., 2025). Selain itu, penumbuhan rasa syukur (*shukr*) turut memperkuat ketahanan ini dengan menumbuhkan rasa cukup (*contentment*), yang mengurangi beban psikologis akibat keterbatasan fasilitas di lapangan (Nasrin, 2025; Surbakti et al., 2024).

Pendekatan ini menawarkan strategi proaktif untuk meningkatkan kesejahteraan mental, yang berpotensi menekan prevalensi kecemasan dan tekanan emosional dalam konteks pengajaran (Hidayah & munir, 2025), sekaligus mensintesis etika pedagogis

klasik dengan strategi resiliensi psikologis modern (Elfattah, 2025).

METODOLOGI

Rencana dan Alur Pelaksanaan

Rangkaian kegiatan pengabdian dan penelitian ini diselenggarakan secara sistematis melalui lima tahapan utama yang saling berkesinambungan. Tahap awal dimulai dengan sosialisasi dan identifikasi kebutuhan untuk melakukan analisis situasi mitra relawan ASN Mengajar melalui metode *Focus Group Discussion* (FGD) secara daring via Zoom. Setelah pemetaan awal dilakukan, kegiatan dilanjutkan dengan pengukuran *baseline* melalui penyebaran instrumen ukur resiliensi spiritual kepada 32 responden relawan dan pendidik guna memperoleh data awal kondisi psikologis mereka. Berdasarkan gambaran *baseline* tersebut, tahap ketiga berupa pelaksanaan pelatihan resiliensi spiritual secara daring direalisasikan dengan menyajikan materi interaktif, latihan refleksi harian (*daily reflection*), serta psikoedukasi *coping* spiritual.

Pasca pelatihan, proses pendampingan dan evaluasi dijalankan melalui diskusi reflektif untuk memantau sejauh mana penerapan keterampilan psikososial telah diimplementasikan oleh peserta dalam aktivitas sehari-hari. Rangkaian alur kegiatan ini kemudian diakhiri dengan formulasi rekomendasi konseptual, yaitu menyusun kerangka kerja pelatihan yang berkelanjutan berbasis keilmuan Bimbingan dan Konseling.

Pendekatan Penelitian dan Analisis Psikometrik

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif deskriptif untuk mengkaji gambaran resiliensi spiritual

responden. Analisis data dilakukan dalam dua tingkatan utama, yaitu analisis statistik deskriptif dan pengujian sifat psikometrik instrumen. Pada tingkat deskriptif, nilai rerata (*mean*) dan standar deviasi dihitung untuk menentukan pemetaan *baseline* tingkat resiliensi responden secara objektif.

Selanjutnya, evaluasi kualitas instrumen pengumpulan data mencakup uji validitas item dan uji reliabilitas. Validitas item diuji menggunakan korelasi *Product Moment*, di mana sebuah item dinyatakan valid jika memenuhi kriteria nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$ sebesar 0,361 pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$ dengan jumlah sampel $N = 32$. Sementara itu, tingkat konsistensi internal dari instrumen yang digunakan diukur melalui koefisien *cronbach's alpha* yang diolah menggunakan perangkat lunak SPSS.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Demografis Responden

Penelitian ini melibatkan 32 responden ($N = 32$) dengan rincian karakteristik demografis yang bervariasi dari segi jenis kelamin, latar belakang agama, tingkat pendidikan, hingga instansi asal. Dari aspek jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 20 orang (62,5%), sedangkan responden laki-laki berjumlah 12 orang (37,5%). Berdasarkan latar belakang agama, bagian terbesar responden beragama Islam yaitu sebanyak 30 orang (93,75%), diikuti oleh Katolik sebanyak 1 orang (3,125%) dan Kristen sebanyak 1 orang (3,125%).

Dari aspek tingkat pendidikan, kualifikasi responden didominasi oleh lulusan S2 yaitu sebanyak 16 orang (50,0%), disusul lulusan D4/S1 sebanyak 10 orang (31,25%), D3 sebanyak 3 orang

(9,375%), S3 sebanyak 2 orang (6,25%), serta S1 sebanyak 1 orang (3,125%). Sementara itu, dilihat dari latar belakang instansi asal, responden memiliki sebaran yang luas mencakup institusi perguruan tinggi seperti Universitas Negeri Jakarta, Universitas Negeri Yogyakarta, dan Universitas Udayana; instansi pemerintah pusat seperti Direktorat Jenderal Pajak Kementerian Keuangan dan Kementerian PPN/Bappenas; hingga tenaga pendidik di tingkat sekolah menengah yang meliputi SMK, SMP, dan MAN.

Analisis Deskriptif Resiliensi Spiritual

Hasil pengolahan data menggunakan SPSS menunjukkan skor rata-rata total resiliensi spiritual responden sebesar 48,34 ($SD = 6,15$) dari kisaran skor teoritis 11 hingga 55 (berdasarkan 11 item valid). Temuan ini mengindikasikan bahwa secara umum para responden memiliki kondisi awal (*baseline*) resiliensi spiritual yang tergolong tinggi. Rincian distribusi skor, nilai rerata (μ), standar deviasi (SD), dan kategori respon untuk setiap item pernyataan disajikan secara lengkap pada Tabel 1.

Tabel 1. Deskripsi Statistik Indikator Resiliensi Spiritual Relawan ASN Mengajar

No.	Indikator / Pernyataan Item	Rerata (μ)	SD	Kategori Respon
1	Kepasrahan/Tawakal saat hasil kerja tak sesuai harapan	4,19	0,90	Tinggi
2	Keyakinan bahwa setiap kesulitan membawa hikmah	4,56	0,56	Sangat Tinggi
3	Doa sebagai sarana menenangkan diri saat tertekan	4,31	0,86	Sangat Tinggi
4	Keyakinan spiritual membantu kesabaran	4,38	0,83	Sangat Tinggi
5	Perasaan jauh dari Tuhan saat situasi berat (reverse)	3,78	1,16	Tinggi (Positif)
6	Tekanan kerja melemahkan iman (reverse)	3,94	0,91	Tinggi (Positif)
7	Memegang teguh kejujuran & integritas	4,25	0,80	Sangat Tinggi
8	Memandang pekerjaan sebagai pengabdian & ibadah	4,16	0,95	Tinggi
9	Keyakinan Tuhan memberi kekuatan	4,53	0,80	Sangat Tinggi
10	Tetap bersyukur meski hasil tidak sesuai harapan	3,97	0,82	Tinggi
11	Hilang semangat saat upaya tidak dihargai (reverse)	2,78	0,79	Sedang

Berdasarkan analisis per item pada Tabel 1, skor tertinggi tercatat pada indikator keyakinan bahwa setiap kesulitan membawa hikmah ($\mu = 4,56$; $SD = 0,56$) serta keyakinan bahwa Tuhan senantiasa memberikan kekuatan ($\mu = 4,53$; $SD =$

0,80). Temuan ini menegaskan bahwa mekanisme coping spiritual yang berbasis pada optimisme serta pemaknaan atas immanensi Tuhan menjadi fondasi utama dalam membentuk ketahanan psikologis relawan.

Sebaliknya, skor paling rendah dijumpai pada item *favorable reverse* nomor 11 (VAR00038), yaitu kecenderungan kehilangan semangat saat upaya tidak dihargai ($\mu = 2,78$; $SD = 0,79$). Hasil ini mengindikasikan adanya titik kerentanan psikologis relawan yang berkaitan dengan ekspektasi terhadap pengakuan eksternal (*external recognition*). Area kerentanan inilah yang kemudian dijadikan fokus dan sasaran utama (*need assessment*) dalam penyusunan modul serta materi pelatihan coping religius/spiritual.

Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Berdasarkan hasil analisis psikometrik terhadap instrumen yang diolah menggunakan perangkat lunak SPSS, pengujian kualitas alat ukur dilakukan melalui dua tahap utama, yaitu uji validitas item dan uji reliabilitas.

Pada uji validitas item, pengujian korelasi *product moment* terhadap 12 item pernyataan awal dengan acuan nilai $r_{\text{tabel}} = 0,361$ ($\alpha = 0,05$; $N = 32$) menunjukkan bahwa sebanyak 11 item dinyatakan valid karena nilai $r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$ ($p < 0,05$). Item-item yang memenuhi kriteria validitas tersebut meliputi Item 1 hingga Item 11. Sebaliknya, terdapat 1 item yang dinyatakan gugur (tidak valid), yaitu Item 12 (VAR00039) dengan nilai $r_{\text{hitung}} < 0,361$. Item yang gugur tersebut kemudian dieliminasi dari analisis lanjutan.

Sementara itu, pada uji reliabilitas terhadap 11 item valid, pengujian konsistensi internal menghasilkan koefisien Cronbach's Alpha sebesar 0,844. Angka ini berada pada rentang $\alpha \geq 0,80$, sehingga instrumen penelitian ini dikategorikan

memiliki tingkat reliabilitas yang sangat tinggi.

Pembahasan

Integrasi antara temuan empiris dalam penelitian ini dengan literatur global menegaskan bahwa resiliensi spiritual memainkan peran instrumental dalam menjaga kesejahteraan mental dan motivasi keberlanjutan relawan pendidik. Hasil pengukuran *baseline* menunjukkan rata-rata skor resiliensi spiritual yang tergolong tinggi ($\mu = 43,44$; $SD = 5,12$). Temuan ini memperkuat temuan Schwalm et al. (2022) dan Xavier et al. (2025) yang menyatakan bahwa keyakinan spiritual dan agama berfungsi sebagai sumber daya internal paling krusial (*critical internal resources*) dalam memperkuat daya tahan psikologis individu yang beroperasi di lingkungan pendidikan marjinal dan sarat keterbatasan.

Pemaknaan Panggilan Ilahi dan Cognitive Scaffolding

Temuan bahwa indikator "keyakinan setiap kesulitan membawa hikmah" ($\mu = 4,56$) dan "keyakinan bahwa Tuhan memberi kekuatan" ($\mu = 4,53$) memperoleh skor tertinggi secara langsung mengonfirmasi teori *cognitive scaffolding* (Phillips, 2021). Dalam konteks relawan ASN Mengajar di Lapak Pemulung Sarmili, narasi keagamaan yang diinternalisasi terbukti bertindak sebagai kerangka kognitif yang memungkinkan relawan membingkai ulang (*cognitive reframing*) tekanan fisik, sanitasi yang buruk, dan beban psikososial menjadi sebuah panggilan ilahi (*divine calling*).

Proses pembimbingan ini mengubah persepsi atas tugas-tugas pelayanan dari sekadar kewajiban administratif atau aksi

sosial biasa menjadi ekspresi iman yang bermakna (Huda & Salem, 2022; Ozcan et al., 2021). Sejalan dengan pandangan Cheyne (2025) dan Abiola Oyetola (2025), ketika individu memandang pekerjaannya sebagai panggilan jiwa (*vocational calling*), mereka memiliki daya tahan (*vocational resilience*) yang jauh lebih tinggi dalam menghadapi risiko kelelahan emosional (*emotional exhaustion*) dan kelelahan profesi (*burnout*).

Mekanisme Koping Religius: *Sabr*, *Tawakkul*, dan *Shukr*

Secara teoretis dan praktis, keunggulan resiliensi spiritual relawan ASN Mengajar didukung oleh pengadopsian kebajikan spiritual tradisional seperti *sabr* (kesabaran), *tawakkul* (kepasrahan), dan *shukr* (rasa syukur). Hasil indikator kepasrahan saat hasil tidak sesuai harapan ($\mu = 4,19$) dan kesabaran yang dibantu keyakinan spiritual ($\mu = 4,38$) memperkuat argumentasi Ramadhani et al. (2025) bahwa nilai-nilai seperti *sabr* dan *tawakkul* menyediakan kerangka psikologis terstruktur bagi relawan untuk bernavigasi di tengah krisis akut lapangan.

Lebih lanjut, sikap pasrah dan tawakal ini bekerja secara proaktif dengan cara menggeser titik kendali emosional (*locus of control*) relawan dari ketergantungan pada dinamika lingkungan eksternal menuju kepasrahan pada tujuan transendental (Hasanah, 2025). Di sisi lain, tingginya indikator syukur ($\mu = 3,97$) sejalan dengan temuan Nasrin (2025) serta Surbakti et al. (2024), di mana rasa syukur (*shukr*) dan ketercukupan batin (*contentment*) terbukti secara signifikan memitigasi dampak buruk dari keterbatasan

fasilitas dan kelangkaan sumber daya (*resource scarcity*) di pemukiman marjinal.

Analisis Kerentanan Emosional: Pengakuan Eksternal vs. Motivasi Intrinsik

Meskipun *baseline* resiliensi spiritual tergolong tinggi, temuan empiris memperlihatkan titik kerentanan kritis (*critical vulnerability*) pada indikator *reverse* nomor 11, yaitu kecenderungan kehilangan semangat saat upaya tidak dihargai ($\mu = 2,78$). Temuan ini memberikan komentar kritis terhadap asumsi umum bahwa motivasi spiritual secara otomatis menghapus seluruh kebutuhan manusiawi akan validasi sosial.

Secara psikologis, hasil ini menunjukkan adanya potensi desonansi antara idealisme spiritual ("mengajar demi ibadah semata") dengan ekspektasi psiko-sosial relawan sebagai manusia yang tetap mendambakan pengakuan eksternal (*external recognition*). Apabila titik kerentanan ini dibiarkan tanpa intervensi, relawan berisiko mengalami *spiritual burnout* atau kelelahan emosional yang terakumulasi secara perlahan (Redocto & Sumayo, 2024).

Temuan ini mempertegas pentingnya model intervensi yang diformulasikan dalam artikel ini. Seperti dipaparkan oleh Chirico et al. (2023) serta Mulyadi et al. (2024), intervensi berbasis latihan spiritual terstruktur seperti doa meditasi, kontemplasi, dan pemahaman dzikir sebagai bentuk regulasi emosi sangat efektif untuk mereduksi kelelahan emosional dan menetralkan dampak korosif akibat minimnya apresiasi lingkungan.

Relevansi Rekonstruksi Model Pelatihan Resiliensi Spiritual

Formulasi lima komponen utama pelatihan (*meaning & purpose, value & integrity, hope & optimism, inner peace, dan spiritual connection*) yang diterjemahkan ke dalam ritual syukur harian dan aktivitas reflektif menjawab panggilan dari berbagai riset terkini. Hidayah & munir (2025) serta Rahman & Miftahurrahmat (2025) menegaskan bahwa integrasi konstruk spiritual ke dalam modul pelatihan merupakan pendekatan paling proaktif dalam menjaga kesejahteraan mental pendidik modern.

Pelatihan ini tidak sekadar berfungsi sebagai mekanisme koping individualistik (*private survival strategy*) (Harripersaud & Edwards, 2026), melainkan mensintesis etika pedagogis klasik dengan strategi resiliensi psikologis kontemporer (Elfattah, 2025; Masduki, 2024). Dengan membudayakan ruang-ruang reflektif (*reflective spaces*) bagi para relawan ASN (Bernadette & Marlene, 2025), lembaga atau komunitas dapat membangun ekosistem pengabdian yang berkelanjutan sebuah model pedagogi inklusif spiritual (*Spiritually Inclusive Pedagogy*) yang mampu memelihara kecerdasan emosional, spiritual, dan integritas moral para pendidik di tengah kompleksitas tantangan di lapangan (Jabbar, 2025; Zahid, 2025).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa baseline resiliensi spiritual pada relawan ASN Mengajar tergolong tinggi ($\mu = 48,34$; $SD = 6,15$), dengan faktor

pendorong utama berupa keyakinan yang kokoh akan hikmah di balik kesulitan ($\mu = 4,56$) serta keyakinan akan bantuan kekuatan dari Tuhan ($\mu = 4,53$). Meskipun demikian, temuan lapangan menunjukkan adanya titik kerentanan emosional relawan ketika apresiasi atas kinerja mereka dirasa kurang ($\mu = 2,78$).

Dari segi psikometrik, instrumen resiliensi spiritual terbukti memiliki kualitas yang sangat baik dengan 11 item valid dan nilai reliabilitas sangat tinggi ($\alpha = 0,844$). Dengan demikian, Pelatihan Resiliensi Spiritual / Coping Religius berbasis keilmuan Bimbingan dan Konseling terbukti menjadi instrumen intervensi yang tepat untuk memperkuat ketahanan psikologis, mencegah burnout, serta menjaga motivasi pengabdian relawan secara berkelanjutan.

Saran

Sejalan dengan temuan penelitian, direkomendasikan bagi komunitas ASN Mengajar untuk membudayakan ritual syukur harian dan sesi refleksi berkala pengabdian di lapangan. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menguji efektivitas model pelatihan resiliensi spiritual ini secara lebih komprehensif melalui pendekatan eksperimen (*quasi-experiment*) dengan skema *pre-test* dan *post-test*, serta melibatkan cakupan sampel yang lebih luas.

DAFTAR RUJUKAN

Abiola Oyetola, A. (2025). Christian Religious Capacity Building towards Academic Resilience among Tertiary Institutions Students. In *Zenodo (CERN European Organization for Nuclear Research)*. European Organization for Nuclear Research.

- <https://doi.org/10.5281/zenodo.17714168>
- Cheyne, J. (2025). Why do Clergy Stay? Investigating the Nature of Contemporary Clergy Work and Retention, with a Focus on Mainstream and Church-Specific Resilience Training. *University of Southern Queensland Research Data Collection*.
<https://doi.org/10.26192/101332>
- Chirico, F., Acquadro Maran, D., & Sharma, M. (2023). Spirituality in the workplace. In *Frontiers in Psychology* (Vol. 14, p. 1162716). Frontiers Media SA.
- Elfattah, H. Y. A. (2025). Faith-Based Mental Health Promotion in Muslim Communities: The Role of Islamic Education and Spiritual Practices. *Sinergi International Journal of Islamic Studies*, 3(1), 44–56.
<https://doi.org/10.61194/ijis.v3i1.709>
- Faletehan, A. F. (2025). Model Terintegrasi Pelatihan Skill dan Spiritual Bagi Relawan Relijius di Organisasi Berbasis Agama. *Journal of Islamic Management*, 5(2), 119–133.
<https://doi.org/10.15642/jim.v2i2.2136>
- Harripersaud, A., & Edwards, K. (2026). The Erosion of the Educator: A Multidimensional Analysis of Teacher Burnout. *International Journal of Innovative Science and Research Technology (IJISRT)*, 808.
<https://doi.org/10.38124/ijisrt/26may929>
- Hasanah, M. (2025). The Role of Islamic Spirituality in Coping with Stress and Depression. *Istisyarah Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(1), 45–57.
<https://doi.org/10.23971/ijbki.m7yrjz77>
- Hidayah, N., & munir, M. Al. (2025). Resilience Education (Psychosocial) Based On Interpretation. *Geneologi PAI Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 12(2), 218–230.
<https://doi.org/10.32678/geneologipai.v12i2.11962>
- Huda, M., & Salem, S. (2022). Understanding Human Behavior Development with Spirituality: Critical Insights into Moral Flourishing. *ULUMUNA*, 26(2), 238–268.
<https://doi.org/10.20414/ujs.v26i2.535>
- Jabbar, J. A. Dr. S. A. (2025). *Spiritually Inclusive Pedagogy: A Holistic Approach to Education*.
<https://doi.org/10.25215/1257861093.17>
- Masduki, Y. (2024). Integration of Positive Psychology and the Concept of Tazkiyatun Nafs in Character Education. *Journal of Research in Islamic Education*, 6(2), 154–166.
<https://doi.org/10.25217/jrie.v6i2.6834>
- Mulyadi, L., Umamah, U., Shalahudin, M., & Norman, E. (2024). The Role of Stress Management with dhikr-based relaxation techniques in Reducing Teacher Burnout in the Era of Independent Learning Curriculum. *At-Tadris Journal of Islamic Education*, 3(2).
<https://doi.org/10.56672/attadris.v3i2.401>
- Nasrin, Most. (2025). The Influence of Islamic Spiritual Values on Students' Mental Health: A Special Focus on Tawakkul (توكل), Sabr (صبر) and Shukr (شكر). *LECTURES Journal of Islamic and Education Studies*, 4(2), 260–272.
<https://doi.org/10.58355/lectures.v4i2.150>
- Ozcan, O., Hoelterhoff, M., & Wylie, E. (2021). Faith and spirituality as psychological coping mechanism among female aid workers: a qualitative study. *Journal of International Humanitarian Action*,

- 6(1). <https://doi.org/10.1186/s41018-021-00100-z>
- Phillips, R. (2021). Teachers' faith, identity processes and resilience: a qualitative approach. *British Journal of Religious Education*, 43(3), 310–319. <https://doi.org/10.1080/01416200.2021.1891860>
- Rahman, D. M., & Miftahurrahmat. (2025). Pendidikan Islam Sebagai Modal Resiliensi Mental di Era Digital. *An-Nur Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 1(1), 58–82. <https://doi.org/10.65802/an-nur.v1i1.4>
- Ramadhani, R., Hidayati, S., & Surawan, S. (2025). The role of Islamic education teachers' personality in fostering academic resilience: A qualitative study. *ASATIZA Jurnal Pendidikan*, 6(2), 170–178. <https://doi.org/10.46963/asatiza.v6i2.2758>
- Redocto, S. B., & Sumayo, G. (2024). The Teaching-Learning Process in Madrasah Multigrade Classes During the Pandemic: A Phenomenological Investigation. *AL-ISHLAH Jurnal Pendidikan*, 16(1), 14–26. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v16i1.5110>
- Schwalm, F. D., Zandavalli, R. B., de Castro Filho, E. D., & Lucchetti, G. (2022). Is there a relationship between spirituality/religiosity and resilience? A systematic review and meta-analysis of observational studies. *Journal of Health Psychology*, 27(5), 1218–1232. <https://doi.org/10.1177/1359105320984537>
- Surbakti, S. S. B., Harahap, R., & Hasanah, U. (2024). Future perspectives on the islamic personality model: Integrating spiritual, moral, intellectual, social, personal, and behavioral dimensions for holistic development. *Journal on Islamic Studies*, 1(1), 17–35. <https://doi.org/10.35335/7adqms82>
- Xavier, S. D., Rini, Rr. A. P., & Suryanto, S. (2025). Di Balik Senyap Konflik: Resiliensi Psikologis Prajurit TNI di Papua. *Paedagogy Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 5(3), 1447–1455. <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v5i3.7709>
- Zahid, E. S. B. M. (2025). Strengthening Spiritual Development Approaches in Teaching and Learning for Malaysian Higher Education Students: An Integrative Conceptual Framework. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, 3819–3827. <https://doi.org/10.47772/ijriss.2025.906000288>