



7400/BKI-D/SD-S1/2025

**PENGARUH *ART THERAPY* TERHADAP KATARSIS EMOSI  
PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN  
BUDI MULYA ROKAN HULU**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri  
Sultan Syarif Kasim Riau Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh  
Gelar Sarjana Strata (S1) Sarjana Bimbingan Konseling Islam (S. Sos)



Oleh:

**AFIFAH PUTRI RAMADHANI**

**NIM. 12140223877**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
PEKANBARU**

**2025**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI**

Setelah melakukan bimbingan, arahan, koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya terhadap penulis skripsi saudara:

Nama : Afifah Putri Ramadhani

Nim : 12140223877

Judul Skripsi : Pengaruh Art Therapy Terhadap Katarsis Emosi Pada Remaja Di Pant

Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu

Kami berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan untuk dimunaqasahkan guna melengkapi tugas dan memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos.).

Harapan kami semoga dalam waktu dekat, yang bersangkutan dapat dipanggil untuk diuji dalam sidang ujian munaqasah Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Demikian persetujuan ini kami sampaikan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Mengetahui,  
Ketua Program Studi  
Bimbingan Konseling Islam

Zulamri, S.Ag, M.A  
NIP. 19740702 200801 1 009

Dosen Pembimbing

Nurjanis, S.Ag, M.A  
NIP. 19690927 200901 2 003





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**  
**كلية الدعوة و الاتصال**  
**FACULTY OF DAKWAH AND COMMUNICATION**

Jl. H.R. Soebrantas KM.15 No. 155 Tuah Madani Tampan - Pekanbaru 28293 PO Box. 1004 Telp. 0761-562051  
 Fax. 0761-562052 Web. www.uin-suska.ac.id, E-mail: iain-sq@Pekanbaru-indo.net.id

**PENGESAHAN UJIAN MUNAQSAH**

Yang bertandatangan dibawah ini adalah Penguji pada Ujian Munaqasyah Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa berikut ini :

Nama : Afifah Putri Ramadhani  
 NIM : 12140223877  
 Judul Skripsi : Pengaruh Art Therapy Terhadap Katarsis Emosi Pada Remaja Di Pant  
 Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu

Telah dimunaqasyahkan pada Sidang Ujian Sarjana Fakultas Dakwah Dan Komunikasi pada :  
 Hari : Kamis  
 Tanggal : 12 Juni 2025

Dapat diterima dan disetujui sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana Strata Satu (S1) Program Studi Bimbingan Konseling Islam di Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, 18 Juni 2025  
 Dekan Fakultas Dakwah Dan Komunikasi



**Prof. Dr. Imron Rosidi, S.Pd., MA**  
 NIP. 19811118 200901 1 006

Tim Penguji

Ketua/ Penguji I

**Dr. Yasril Yazid, MIS**  
 NIP. 19720429 200501 1 004

Penguji III

**Dr. Silawati, M.Pd**  
 NIP. 19690902 199503 2 001

Sekretaris/Penguji II

**Listiawati Susanti, S.Ag., M.A**  
 NIP. 19720712 200003 2 003

Penguji IV

**Dr. H. Miftahuddin, S.Ag., M.Ag**  
 NIP. 19750511 200312 1 003



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Nomor : Nota Dinas  
 Lampiran : 4 (eksemplar)  
 Hal : Pengajuan Ujian Skripsi an. **Afifah Putri Ramadhani**  
 Kepada Yth.  
 Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
 UIN Suska Riau  
 Pekanbaru

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah mengadakan pemeriksaan atau perubahan seperlunya guna kesempurnaan skripsi ini, maka kami sebagai pembimbing skripsi saudara (**Afifah Putri Ramadhani**) NIM. (12140223877) dengan judul "**Pengaruh Art Therapy Terhadap Katarsis Emosi Pada Remaja Di Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu**" telah dapat diajukan untuk mengikuti ujian munaqasyah guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam bidang Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Harapan kami semoga dalam waktu dekat, yang bersangkutan dapat dipanggil untuk diuji dalam sidang ujian munaqasyah Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Demikian Surat Pengajuan ini kami buat, atas perhatian dan kesediaan Bapak diucapkan terima kasih,

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Mengetahui,  
 Ketua Program Studi  
 Bimbingan Konseling Islam

**Zulamri, S.Ag, M.A**  
 NIP. 19740702 200801 1 009

Dosen Pembimbing

**Nurjanis, S.Ag, M.A**  
 NIP. 19690927 200901 2 003





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### PERNYATAAN ORISINALITAS

**Nama : Afifah Putri Ramadhani**

**NIM : 12140223877**

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi ini yang berjudul Pengaruh Art Therapy Terhadap Katarsis Emosi Pada Remaja Di Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu adalah benar karya saya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi ini diberi tanda citasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan Skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut.

Pekanbaru, 15 Mei 2025  
Yang membuat pernyataan



**Afifah Putri Ramadhani**  
**NIM. 12140223877**



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**MOTTO**

*“Jika aku kuat hari ini, itu karna ada dua orang hebat yang terus mendoakanku sejak aku lahir”*

*“Bekerjalah untuk duniamu seakan-akan kamu hidup selamanya, dan beramallah untuk akhiratmu seakan-akan engkau mati besok.”*

-Ali bin Abi Thalib

*“Setiap goresan luka adalah awal dari karya”*

*“You were born to real, not perfect”*

*(Kamu dilahirkan untuk menjadi nyata, bukan sempurna)*

-Min Yoongi BTS

*“Even if you’re not perfect, you’re limited edition”*

*(Meskipun kamu tidak sempurna, kamu adalah edisi terbatas)*

-BTS





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## ABSTRAK

### **Afifah Putri Ramadhani (2025) : Pengaruh *Art Therapy* Terhadap *Katarsis Emosi* Pada Remaja Di Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu**

Remaja yang tinggal di Panti Asuhan sering mengalami kesulitan dalam mengekspresikan dan melepaskan emosi yang mereka alami, baik karena pengalaman traumatis, keterbatasan dukungan emosional, maupun lingkungan yang kurang memfasilitasi ekspresi diri. Kondisi ini dapat menyebabkan akumulasi emosi negatif yang berpotensi menimbulkan gangguan psikologis. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan intervensi yang mampu membantu remaja menyalurkan emosinya secara sehat. Salah satu pendekatan yang digunakan adalah *art therapy*. *Art Therapy* adalah terapi yang menggunakan proses seni seperti menggambar untuk mengekspresikan dan mengolah emosi, pikiran, dan pengalaman individu yang mungkin sulit diungkapkan dengan kata-kata. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *art therapy* terhadap *katarsis emosi* pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain eksperimen yaitu *one group pretest-posttest*. Subjek penelitian berjumlah empat orang remaja berusia 12–13 tahun yang tinggal di salah satu Panti Asuhan, dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Intervensi dilakukan dalam bentuk enam sesi *art therapy* dengan tema berbeda, yang bertujuan untuk memfasilitasi pelepasan dan ekspresi emosi secara non-verbal. Instrumen penelitian berupa angket *katarsis emosi* yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya melalui SPSS versi 27.0. Hasil analisis menggunakan uji *paired sample t-test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.001 ( $p < 0.05$ ), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pretest* dan *posttest*. Hasil ini menunjukkan bahwa *art therapy* berpengaruh terhadap peningkatan *katarsis emosi* pada remaja di panti asuhan. Dengan demikian, *art therapy* dapat menjadi salah satu intervensi yang efektif dalam membantu remaja menyalurkan dan meregulasi emosi secara sehat.

**Kata Kunci :** *art therapy*, *katarsis emosi*, remaja, panti asuhan

UIN SUSKA RIAU



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### ABSTRACT

**Afifah Putri Ramadhani (2025) : *The Effect of Art Therapy on Emotional Catharsis in Adolescents at the Budi Mulya Rokan Hulu Orphanage***

*Adolescents living in orphanages often have difficulty expressing and releasing their emotions, either due to traumatic experiences, limited emotional support, or an environment that does not facilitate self-expression. This condition can lead to the accumulation of negative emotions that have the potential to cause psychological disorders. Therefore, an intervention approach is needed that can help adolescents channel their emotions in a healthy way. One approach used is art therapy. Art therapy is a therapy that uses art processes such as drawing to express and process emotions, thoughts, and individual experiences that may be difficult to express in words. This study aims to determine the effect of art therapy on emotional catharsis in adolescents living in orphanages. This study uses a quantitative method with an experimental design, namely one group pretest- posttest. The research subjects are four adolescents aged 12–13 years living in an orphanage, selected using a purposive sampling technique. The intervention was carried out in the form of six art therapy sessions with different themes, which aimed to facilitate the release and expression of emotions non-verbally. The research instrument was an emotional catharsis questionnaire that had been tested for validity and reliability using SPSS version 27.0. The results of the analysis using the paired sample t-test showed a significance value of 0.001 ( $p < 0.05$ ), which means there is a significant difference between the pretest and posttest scores. These results indicate that art therapy has an effect on increasing emotional catharsis in adolescents in orphanages. Thus, art therapy can be an effective intervention in helping adolescents channel and regulate emotions in a healthy way.*

**Keywords:** *art therapy, emotional catharsis, adolescents, orphanages*





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah yang maha kuasa atas berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Art Therapy Terhadap Katarsis Emosi Pada Remaja Di Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu”**. Semoga setiap ketikan yang terangkai ke dalam kalimat serta halaman demi halaman yang telah berisi telah mendapatkan ridho dari Allah SWT.

Shalawat besertakan salam tidak lupa juga penulis panjatkan kepada Nabi besar kita Nabi Muhammad SAW dengan ucapan *“Allahummasholli 'ala sayyidina Muhammad wa 'ala ali sayyidina Muhammad”*. Semoga dengan selalu bershalawat kepada beliau kita semua juga mendapatkan curahan Rahmat sehingga kita tetap menjadi golongan orang-orang yang selalu istiqomah berada di jalan Allah SWT.

Penulisan skripsi ini ditujukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana (S.Sos) pada fakultas Dakwah dan Komunikasi, program studi Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Dengan penuh kerendahan hati, penulis menyadari skripsi ini tidak mungkin bisa tersusun apabila tanpa petunjuk Allah SWT Serta bantuan dari berbagai pihak. Berkat pengorbanan, perhatian, serta motivasi merekalah, baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini bisa terselesaikan. Untuk itu, dengan kerendahan hati dan rasa hormat yang tinggi, penulis ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Terimakasih kepada my superhero papa Safrin Saidi L. Tobing, SH lelaki yang tidak pernah mengeluh didepanku, tidak pernah patah semangat, tidak pernah mengecewakanku, lelaki yang selalu berusaha untuk memenuhi semua keinginanku, lelaki yang sayang dan cintanya tidak pernah habis untukku, lelaki yang selalu memberikan semangat buatku, lelaki yang selalu menjadi garda terdepanku, terimakasih papa atas cinta dan kasih sayang yang telah papa



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

berikan kepadaku. Terimakasih untuk selalu menanyakan keadaanku, terimakasih untuk selalu diam-diam memperhatikanku, terimakasih telah memberikanku kehangatan cinta dan kasih sayang didalam keluarga ini. Terimakasih untuk semuanya pa.

2. Terimakasih kepada wanita tak bersayapku mama Dra. Leli Yanti Harahap. Terimakasih ma atas cinta dan kasih sayang yang telah mama berikan kepadaku. Terimakasih atas doa yang selalu mama panjatkan setiap harinya untukku. Terimakasih atas telinga yang selalu mendengarkan keluh kesahku. Terimakasih atas tangan yang selalu menolongku. Terimakasih atas pelukan hangat yang selalu mama berikan kepadaku ketika aku menangis dan bahagia. Terimakasih atas segala cinta dan sayang yang telah mama berikan yang tidak bisa kuhitung dan kubalas. Terimakasih telah menjadi mama yang terbaik didalam hidupku.

3. Prof. Dr. Hj. Leny Nofianti, MS., SE., AK, CA. Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau beserta Prof. Dr. Hj Helmiati, M.Ag. Selaku Wakil Rektor I. Prof. Dr. H. Mas'ud Zein, M.Pd. Selaku Wakil Rektor II. Dan Prof. Edi Irwan, S.Pt., M.Sc. Ph.D Selaku Wakil Rektor III Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

4. Prof. Imron Rosidi, S.Pd., M.A.,Ph.D, Selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Beserta Prof. Dr. Masduki, M,Ag Selaku Wakil Dekan I, Firdaus El Hadi, S.Sos, M.Soc. Sc., Ph.D Selaku Wakil Dekan II dan Dr. H. Arwan, M.Ag Selaku Wakil Dekan III. Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

5. Bapak Zulamri, S.Ag., MA Selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam, dan Ibuk Rosmita, M.Ag Selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, serta Bapak H. Drs. Suhaimi, M.Ag Selaku Penasehat Akademik.

6. Ibuk Nurjanis, MA selaku dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan banyak ilmu yang sangat bermanfaat, waktu, tenaga, bimbingan dan pengarahan juga dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan baik.





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

7. Seluruh dosen dan staff pengajar yang berada di Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis. Serta Seluruh Civitas Akademika Fakultas Dakwah Dan Komunikasi yang telah membantu penulis selama proses perkuliahan dan pembuatan skripsi dalam surat- menyurat.
8. Terimakasih kepada seluruh pihak panti Asuhan Budi Mulya yang telah memberi izin dan membantu penulis dalam melaksanakan penelitian di panti asuhan Budi Mulya, terkhususnya buat Ibuk Tuti dan Bapak Akhirman, S.Pt.
9. Terimakasih penulis ucapkan kepada seluruh remaja panti asuhan Budi Mulya untuk semua kerjasama dan perhatian yang telah diberikan kepada penulis, sehingga penelitian yang dilaksanakan disana bisa terlaksana dengan baik.
10. Terimakasih kepada saudara tersayang M. Aldi Yusuf, S.T dan M. Syafwan Raihan yang telah menjadi sosok abang yang baik buat adek kecilnya. Terimakasih telah menjadi abang yang selalu bisa diandalkan buat adeknya. Terimakasih untuk tidak pernah bosan mendengarkan keluh kesah adeknya. Terimakasih untuk menjadi abang yang terhebat didalam hidup adeknya.
11. Terimakasih kepada saudara-saudara penulis, Najmi Fadhilah Hasibuan, S.Psi, Ghyna Hamidah Hasibuan, Silmei Az-Zahra Nasution. Terimakasih telah menjadi tempat curahan hati penulis selama pembuatan skripsi ini berlangsung. Terimakasih atas saran dan ilmu yang telah diberikan. Terimakasih untuk selalu memberikan semangat kepada penulis.
12. Terimakasih Kepada Farah Miftahul Afizah dan Afriani Indri atas dukungan dan doa yang selalu kalian berikan. Terimakasih untuk selalu menemani penulis didalam suka maupun duka. Terimakasih selalu mendengarkan keluh kesah penulis. Terimakasih untuk tidak pernah bosan dan selalu baik kepada penulis.
13. Terimakasih kepada Bang Ulul Azmi, S.Sos, Affina Suhaddah, Siti Mardhiyah, Ghaniyul Mahni Siti Sahara, Annida Salsabila Napitupulu atas waktu dan dukungan yang telah kalian berikan kepada penulis. Terimakasih telah mendengarkan keluh kesah penulis selama penyusunan skripsi ini.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

14. Terimakasih kepada grup Kerang Waring dan Anak Telaga yang selalu memberikan dukungan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini. Terimakasih telah memberi warna di hidup penulis.
15. Terimakasih buat 7 Pria hebatku Bangtan Sonyeondan (BTS) yang selalu menemani dan menghibur penulis lewat karya mereka. Dari mereka penulis belajar untuk mencintai diri sendiri. Terimakasih atas karya hebat yang selalu memotivasi diri penulis. Terimakasih atas karya hebat mereka yang selalu menemani penulis dalam penyusunan skripsi ini.
16. Terakhir, terimakasih kepada diri sendiri Afifah Putri Ramadhani. Gadis cantik, manis dan baik hati. Dia yang selalu berharap ada pujaan hati yang menemani setiap proses langkahnya, namun sayang belum ada yang bisa menemani prosesnya sampai saat ini. Suatu saat nanti bakalan ada yang menemanin setiap proses langkahnya, yang akan menjadi tempat berkeluh kesahnya, tempat dia merasa di rumah, tempat curhat dia, tempat dia untuk menangis disaat dunia tidak baik-baik saja, akan ada masanya nanti. Terimakasih sudah berjuang dan bertahan sejauh ini. Terimakasih atas kerjasamanya dalam pembuatan skripsi ini. Terimakasih atas waktu dan pikiran yang sudah terkuras selama ini. Terimakasih untuk air mata yang pernah terjatuh. Terimakasih untuk selalu bangkit dalam keterpurukan. Terimakasih tetap terus melangkah walaupun hati kadang masih goyah. Terimakasih untuk selalu merayakan diri sendiri. Terimakasih sudah kuat sejauh ini. Tetap semangat dan jangan putus asa, masih ada hal hebat lainnya yang menunggumu di depan sana. Masih banyak rintangan yang belum kamu coba, masih banyak hal manis yang belum kamu lalui dan masih banyak hal-hal lain yang menunggu kamu didepan sana. Apapun yang terjadi nantinya, ingat bahwa perjalanan yang kamu lewati tidak semudah yang kamu bayangkan, jangan pernah menyerah di tengah jalan, terus maju jangan pantang mundur. Be a brave don't be a loser!.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat kekurangan dalam kemampuan berfikir, pengetahuan, dan penulisan skripsi. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang konstruktif dari semua pihak agar dapat membantu penulis dalam melakukan perbaikan dan memberikan perubahan yang





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

baik pada masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi peneliti, dan juga pembaca pada umumnya.

Pekanbaru, 14 Mei 2025  
Penulis

Afifah Putri Ramadhani  
NIM. 12140223877





**Hak Cipta Ditindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR ISI

<b>MOTTO .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Penegasan Istilah .....	2
1.3 Batasan Masalah .....	3
1.4 Rumusan Masalah.....	3
1.5 Tujuan Penelitian .....	3
1.6 Manfaat Penelitian.....	3
1.7 Sistem Penulisan.....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>5</b>
2.1 Kajian Terdahulu .....	5
2.2 Landasan Teori.....	6
2.2.1 Art Therapy .....	6
2.2.2 Katarsis Emosi .....	11
2.2.3 Remaja.....	15
2.3 Konsep Operasional .....	16
2.4 Kerangka Pemikiran.....	18
2.5 Hipotesis .....	18
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>20</b>
3.1 Desain Penelitian .....	20
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	20
3.3 Populasi dan Sampel .....	21
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	21
3.5 Validitas dan Reliabilitas data .....	23
3.6 Teknik Analisis Data .....	23



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

<b>BAB IV GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN .....</b>	<b>25</b>
4.1 Gambaran Umum Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu.....	25
4.2 Visi, Misi dan Tujuan Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu .....	26
4.3 Letak Geografis .....	26
4.4 Struktur Organisasi Panti Asuhan Budi Mulya .....	27
4.5 Jadwal Kegiatan Panti Asuhan Budi Mulya.....	27
<b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>30</b>
5.1 Hasil Penelitian .....	30
5.2 Pembahasan .....	42
<b>BAB IV PENUTUP .....</b>	<b>45</b>
6.1 Kesimpulan.....	45
6.2 Saran.....	45
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>47</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>50</b>





#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Tema <i>Art Therapy</i> .....	11
Tabel 2.2	Konsep Operasional .....	16
Tabel 3.1	Jadwal kegiatan penelitian .....	20
Tabel 4.1	Jadwal Kegiatan .....	28
Tabel 5.1	Skor <i>pretest</i> semua remaja di Panti Asuhan Budi Mulya .....	30
Tabel 5.2	Perbandingan Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Katarsis Emosi.....	31
Tabel 5.3	Analisis Gambar Sesi 1 .....	31
Tabel 5.4	Analisis Gambar Sesi 2 .....	33
Tabel 5.5	Analisis Gambar Sesi 3 .....	34
Tabel 5.6	Analisis Gambar Sesi 4 .....	35
Tabel 5.7	Analisis Gambar Sesi 5 .....	36
Tabel 5.8	Berdasarkan Jenis Kelamin .....	38
Tabel 5.9	Berdasarkan Umur .....	38
Tabel 5.10	Hasil Angket <i>Pretest</i> .....	39
Tabel 5.11	Hasil Angket <i>Posttest</i> .....	39
Tabel 5.12	Hasil Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	40
Tabel 5.13	Paired Samples Statistics .....	42
Tabel 5.14	Paired Samples Test .....	42



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran.....	18
Gambar 4.1 Panti Asuhan Budi Mulya.....	25
Gambar 4.2 Letak Geografis Tempat .....	26
Gambar 4.3 Struktur Organisasi .....	27
Gambar 5.1 Grafik Hasil Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	40





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 .....	51
Lampiran 2 .....	54
Lampiran 3 .....	56
Lampiran 4 .....	58
Lampiran 5 .....	59
Lampiran 6 .....	60
Lampiran 7 .....	61
Lampiran 8 .....	63
Lampiran 9 .....	64





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB I PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Remaja yang tumbuh di Panti Asuhan sering kali menghadapi tantangan psikologis yang signifikan akibat berbagai faktor, salah satunya adalah kesulitan dalam mengungkapkan emosi mereka. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kementerian Sosial Republik Indonesia (2020), sekitar 70% anak di Panti Asuhan mengalami kesulitan dalam mengekspresikan perasaan mereka secara terbuka, yang berhubungan dengan pengalaman traumatis seperti kehilangan orang tua, perpisahan dari keluarga, atau pengalaman kekerasan emosional. Hal ini menyebabkan banyak remaja di Panti Asuhan merasa terisolasi, cemas, dan kesulitan dalam menjalin hubungan sosial yang sehat. Terlebih lagi, kehidupan dalam fasilitas yang terstruktur ketat dan terbatasnya interaksi dengan lingkungan luar menambah kesulitan mereka dalam mengungkapkan perasaan.

Masalah pengelolaan emosi sangat penting untuk diperhatikan karena dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja tersebut. *The National Institute of Mental Health* (NIMH, 2019) melaporkan bahwa remaja yang tidak dapat mengelola emosi dengan baik berisiko tinggi mengalami gangguan kesehatan mental, seperti kecemasan, depresi, atau masalah perilaku. Mengembangkan kemampuan untuk mengenali dan mengekspresikan perasaan dengan cara yang sehat adalah langkah kunci dalam menjaga kesehatan mental remaja dan mencegah masalah psikologis yang lebih berat di masa depan.

Dibutuhkan sarana untuk membantu remaja menyalurkan dan mengekspresikan emosinya secara sehat. Oleh karena itu remaja-remaja yang di panti membutuhkan proses katarsis, yaitu proses pelepasan atau peluapan emosi yang sebelumnya terpendam. Menurut Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional Katarsis berarti melepaskan kekhawatiran emosional atau menuangkan semua isi hati secara bebas. Katarsis adalah pelepasan atau penyaluran emosi dalam diri seseorang. Katarsis dapat memberikan mereka kesempatan untuk merasakan dan melepaskan emosi yang mungkin telah lama mereka pendam (Sigmun Freud, 1998 : 25).

Proses katarsis ini sangat penting bagi remaja di panti, dimana mereka sering mengalami perasaan kehilangan, kesepian dan kesedihan. Katarsis dapat dilakukan dengan berbagai cara, salah satunya menggunakan *art therapy*. *Art therapy* merupakan salah satu bentuk terapi yang menggunakan seni sebagai sarana untuk mengungkapkan emosi dan meningkatkan kesehatan mental seseorang (Withrow, 2004 : 21). Salah satu pendekatan yang dianggap efektif dalam membantu remaja mengungkapkan emosi mereka adalah *art therapy* khususnya melalui *drawing therapy* (terapi menggambar). Terapi menggambar

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

telah terbukti bermanfaat dalam membantu individu untuk mengekspresikan perasaan yang sulit diungkapkan secara verbal. Penelitian oleh Curry & Kasser (2005) menunjukkan bahwa menggambar dapat membantu seseorang yang mengalami kesusahan mengungkapkan emosinya. Terapi ini bersifat sederhana, non-verbal, dan sangat cocok bagi remaja yang mungkin merasa canggung atau kesulitan dalam berbicara tentang perasaan mereka. Menggunakan gambar untuk mengekspresikan emosi memungkinkan remaja untuk menggali dan memahami perasaan mereka dalam cara yang lebih aman dan terbuka.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan pengasuh Panti Asuhan Budi Mulya terdapat 30 orang. Para penghuni panti tersebut memiliki latar belakang yang berbeda-beda. Ada yang mereka dititipkan karena ditelantarin orang tuanya, orang tuanya bercerai, miskin, dan yatim piatu. Diantara mereka semua ada beberapa remaja yang masih tertutup terhadap pengasuhnya. Dampak dari ketidakmampuan mengeluarkan emosi menjadikannya sebagai anak yang tertutup, kurang percaya diri, menarik diri dari pergaulan. Kesulitan mengungkapkan emosi bagi remaja panti bisa saja terjadi. Karena mereka merasakan tidak ada tempat untuk mereka bercerita. Oleh karena itu pendekatan non verbal seperti *art therapy* ini diharapkan dapat membantu para remaja yang merasa kesulitan untuk mengungkapkan emosi mereka secara langsung.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka penulis perlu mengadakan penelitian terhadap permasalahan ini yang dituangkan dalam bentuk skripsi dengan judul **“Pengaruh Art Therapy Terhadap Katarsis Emosi Pada Remaja Di Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu”**.

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya *art therapy* bagi remaja, serta memberikan rekomendasi bagi pemerintah dalam pengembangan *art therapy* di Indonesia.

## 1.2 Penegasan Istilah

Dalam penelitian ini, penulis akan menggunakan beberapa istilah yang mungkin asing bagi pembaca. Oleh karena itu, penulis akan melakukan penegasan istilah terlebih dahulu agar pemahaman pembaca dengan topik yang akan di bahas dapat lebih jelas. Berikut penegasan istilah dalam penelitian ini:

1. *Art therapy* merupakan metode terapi yang menggunakan pembuatan seni, seperti menggambar, mewarnai, menulis, dan menari, yang membantu individu dalam mengungkapkan dan memahami perasaan serta untuk mendukung kesehatan mental (*American Art Therapy Association*, 2014).

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Katarsis emosi adalah proses di mana individu melepaskan atau mengekspresikan emosi yang tertekan atau terpendam, seperti kesedihan, kemarahan, atau kecemasan, yang bertujuan untuk membersihkan atau meredakan perasaan yang mengganggu kesejahteraan mental seseorang (Sigmund Freud, 1998 : 25).
3. Remaja merupakan fase antara masa kanak-kanak dan dewasa dalam rentang usia antara 10 hingga 19 tahun. (World Health Organization, 2022).

### 1.3 Batasan Masalah

Agar dalam pembahasan ini tidak terlalu meluas dan keluar dari tema persoalan seperti yang dikemukakan dalam identifikasi masalah diatas, maka dalam hal ini penulis memfokuskan pada Pengaruh Art Therapy Terhadap Katarsis Emosi Pada Remaja di Asrama Putri Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu.

### 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian tersebut maka penulis memfokuskan penelitian terhadap suatu masalah yaitu : “Apakah Art Therapy Berpengaruh Terhadap Katarsis Emosi Pada Remaja Di Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu?”

### 1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini sesuai dengan rumusan masalah di atas yakni sebagai berikut :  
“Untuk mengetahui pengaruh penerapan *art therapy* sebagai metode terapi dalam membantu remaja yang mengalami katarsis emosi di Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu”.

### 1.6 Manfaat Penelitian

1. Bagi Remaja Panti Asuhan  
Melalui penelitian ini, diharapkan dapat membantu para remaja untuk mengungkapkan emosinya melalui *art therapy*.
2. Bagi Universitas  
Melalui penelitian ini, diharapkan dapat membantu para mahasiswa lainnya yang akan melakukan penelitian selanjutnya.
3. Bagi peneliti



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dari penelitian ini digunakan untuk syarat memperoleh gelar strata satu (S1) pada Prodi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

## 1.7 Sistem Penulisan

Untuk memperoleh pembahasan yang sistematis, maka penulis perlu menyusun sistematika penulisan sehingga mempermudah untuk dipahami. Adapun sistematika penulisan ini adalah :

### **BAB I : PENDAHULUAN**

Bab ini berisi tentang latar belakang permasalahan, penegasan istilah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian dan sistematika penulisan.

### **BAB II : TINJAUAN PUSTAKA**

Bab ini berisikan tentang kajian terdahulu, landasan teori dan kerangka pemikiran.

### **BAB III : METODOLOGI PENELITIAN**

Bab ini berisikan tentang desain penelitian, lokasi dan waktu penelitian, sumber data penelitian, informan penelitian, teknik pengumpulan data, validitas data dan Teknik analisis data.

### **BAB IV : GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN**

Bab ini berisikan tentang sejarah umum tempat penelitian.

### **BAB V : HASIL DAN PEMBAHASAN**

Bab ini berisikan tentang hasil data penelitian melalui angket, *art therapy* dan dokumentasi.

### **BAB VI : PENUTUP**

Bab ini berisikan tentang kesimpulan dan saran dari keseluruhan penelitian.

### **DAFTAR PUSTAKA LAMPIRAN**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II TINJAUAN PUSTAKA

### 2.1 Kajian Terdahulu

Penulis telah melakukan penelusuran terhadap beberapa penelitian yang dilakukan peneliti sebelumnya yang ada memiliki pembahasan yang diteliti oleh penulis.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Elva Zahuri Utami tahun 2024 yang berjudul tentang “Pelaksanaan *Art Therapy* Dalam Pemulihan Mental Bagi Anak Korban Pelecehan Seksual Di Sentra Abiseka Kementerian Sosial Ri Rumbai Kota Pekanbaru”, penelitian ini membahas tentang bagaimana pelaksanaan *Art Therapy* dalam memulihkan mental bagi anak korban pelecehan seksual. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi. Kemudian datanya diperoleh dari deskriptif kualitatif. Hasil yang didapat dalam penelitian ini terdapat *art therapy* di Sentra Abiseka. Persamaan objek yang diteliti sama yakni teknik *Art Therapy*, perbedaannya subjek penelitiannya dan tempat penelitiannya. Subjek peneliti pada remaja dan tempat peneliti di panti asuhan (Elva Zahuri Utami, 2024).
2. Penelitian yang dilakukan oleh Syafitri Febrizalti tahun 2024 yang berjudul tentang “Efektivitas *Art Therapy* Terhadap Penanganan Trauma Pada Anak Korban Kekerasan Seksual Di Sentra Abiseka Kementrian Sosial Kota Pekanbaru Riau”, penelitian ini membahas tentang bagaimana efektivitas *art therapy* terhadap penanganan trauma pada anak korban kekerasan seksual di Sentra Abiseka. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan eksperimen dengan analisis kuantitatif. Hasil penelitiannya *Art therapy* dengan teknik terapi melukis bebas efektif dalam menurunkan trauma akibat kekerasan seksual pada anak di sentra abiseka. Perbedaannya subjek penelitian serta tempat penelitiannya berbeda dengan yang diteliti peneliti (Syafitri Febrizalti, 2024).
3. Penelitian yang dilakukan oleh Renny Magdalena tahun 2018 yang berjudul tentang “*Art Therapy* Sebagai Media Katarsis Bagi Remaja Panti Asuhan Yang orang tuanya Berceraai”, penelitian ini membahas tentang *art therapy* efektif digunakan sebagai media katarsis bagi remaja yang merasa ditolak akibat dititipkan di panti asuhan karena perceraian orang tua. Teknik pengambilan data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan alat ukur *Parental Acceptance Rejection Questionnaire* dan *Multidimensional Experiential Avoidance Questionnaire - domain Repression* dan *Denial*, serta wawancara semi terstruktur. Desain penelitian menggunakan *quasi-experimental*, dengan membandingkan nilai *pre-test* dan *post-test* setelah menjalankan *art therapy* sebanyak 8 sesi. Hasil penelitian menunjukkan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bahwa *art therapy* relatif efektif digunakan sebagai media katarsis bagi remaja yang merasa ditolak akibat dititipkan di panti asuhan karena perceraian orang tua. Perbedaan peneliti terdapat dalam metode penelitiannya, peneliti menggunakan metode *Single Group Pretest-Posttest Design* (Renny Magdalena, 2018).

4. Peneliti Farah Fairuz dan Sendi Satriadi tahun 2024 jurnal yang berjudul “Efektivitas *Art Therapy* Menggambar Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Remaja Yang Tinggal di Panti Asuhan”, Penelitian ini menggunakan metode kuasi eksperimen dengan pendekatan *pre post test with control group design*. Jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu 16 orang remaja yang tinggal di panti asuhan. Analisis menggunakan data t deperdent test dan t independent test. *Uji paired sample T-Test* DASS pada kelompok intervensi, didapatkan hasil dengan nilai P value 0.000. *Uji paired sample t-test* DASS pada kelompok kontrol, didapatkan hasil dengan nilai P value 0.17. Independent t-test kecemasan pre test berdasarkan DASS pada kelompok intervensi dan kontrol, didapatkan hasil dengan P value 0.091. Independent t-test kecemasan post berdasarkan DASS pada kelompok intervensi dan kontrol, didapatkan hasil dengan P value 0.000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perubahan yang sangat signifikan sebelum dan sesudah dilakukannya intervensi dalam hal kecemasan. *Art therapy* digunakan oleh anak remaja di panti asuhan sebagai efektivitas menurunkan kecemasan (Sendi Satriadi, 2024).
5. Peneliti Nur Uyuun I. Biahimo, Febriani Hinur tahun 2024 jurnal yang berjudul “Pengaruh Terapi *Art* (Menggambar) Terhadap Peningkatan Harga Diri Anak/Remaja Di Puskesmas Bone Bolango”, hasil penelitiannya adalah terdapat pengaruh terapi *art* (menggambar) terhadap peningkatan harga diri pada anak atau remaja di Puskesmas Bone Bolango dengan nilai signifikan atau nilai P Value  $0,000 < 0.05$  (Nur Uyuun, 2024).

## 2.2 Landasan Teori

### 2.2.1 Art Therapy

#### 1. Pengertian *Art Therapy*

*Art therapy* pertama kali muncul di tahun 1940 yang dipelopori oleh Seniman Inggris Adrian Hill. Ia memperkenalkan ide bahwa seni dapat digunakan sebagai alat untuk penyembuhan, terutama bagi individu yang mengalami masalah emosional atau kesehatan mental berdasarkan pengalaman pribadinya saat berjuang melawan *tuberculosis* (Withrow, 2004). *Art therapy* adalah metode yang menggunakan seni sebagai alat untuk penyembuhan, terutama bagi individu yang mengalami masalah emosional. Ia percaya bahwa proses menggambar dan melukis dapat



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

membantu orang dalam mengekspresikan perasaan dan mempercepat proses pemulihan (Adrian Hill, 1940)

Dalam Islam seni dianggap sebagai ekspresi keindahan dan bagian dari fitrah manusia, sebagaimana Allah juga menyukai keindahan. Islam tidak pernah melarang dan menolak segala bentuk karya seni yang darinya lahir kedamaian pikiran, melatih sensitivitas perasaan, dan mengasah kelembutan. Sebab Allah menciptakan seluruh alam raya ini berdasarkan keindahan dengan segala bentuk keserasian dan keteraturannya, seperti yang terungkap dalam Surat Al-Hijr ayat 16 :

وَلَقَدْ جَعَلْنَا فِي السَّمَاءِ بُرُوجًا وَزَيَّنَّاهَا لِلنَّظَرِ

Artinya: “Sungguh, Kami telah menciptakan gugusan bintang-bintang (di langit) dan Kami telah menghiasi langit itu bagi orang-orang yang memandangnya.” (Sumber Tafsir Quraish Shihab)

Ayat ini menunjukkan bahwa Allah menciptakan keindahan di langit, bukan hanya sebagai sistem alam semesta saja, tapi juga sebagai hiasan visual bagi manusia. Kata "*Kami menghiasinya*" dalam ayat ini memberi makna bahwa keindahan adalah bagian dari ciptaan dan rahmat Allah, dan manusia diberi kemampuan untuk merasakan, menikmati, dan merenungkan estetika dari alam semesta. Menggambar bintang, langit malam, atau galaksi bisa menjadi media refleksi emosional dan spiritual. Keindahan langit yang penuh bintang bisa membangkitkan rasa kagum, tenang, dan bahkan menjadi sarana untuk mengekspresikan rasa syukur, harapan, atau kesendirian seseorang. (Prof. Dr. M. Quraish Shihab, Al-Misbah Jilid 5)

Selain itu dalam sebuah hadis juga yang berbunyi :

إِنَّ أَلَّ جَمِيلٌ يُحِبُّ الْجَمَالَ

Artinya : “Sesungguhnya Allah itu indah dan mencintai keindahan.” (HR. Muslim No. 91)

Hadis ini menjadi dasar bahwa seni sebagai bentuk keindahan adalah bagian dari nilai-nilai Islam. Melalui *art therapy*, individu tidak hanya mengekspresikan emosinya, namun juga mengolah rasa dan pikiran secara estetis. Dengan demikian, *art therapy* dapat menjadi sarana yang selaras dengan nilai spiritual dalam Islam karena melibatkan unsur keindahan, ketenangan, dan pemulihan batin.

Menurut organisasi terapi seni Amerika *art therapy* merupakan metode terapi yang menggunakan pembuatan seni, pada individu yang memiliki pengalaman yang menyakitkan, trauma, atau individu yang memiliki tantangan dalam hidupnya bentuk psikoterapi yang dalam proses nya memanfaatkan media seni sebagai wadah ekspresi dan komunikasi

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

utama (*American Art Therapy Association*, 2014). *Art therapy* adalah bentuk terapi ekspresif yang menggunakan proses kreatif dalam membuat karya seni untuk membantu memperbaiki kesehatan fisik, mental, dan emosional seseorang melalui proses menggambar atau membuat simbol visual, individu dapat mengungkapkan perasaan yang sulit diungkapkan dengan kata-kata, mengenali konflik batin, dan menemukan cara untuk menyembuhkan diri secara psikologis. Meskipun tidak memerlukan bakat seni, *art therapy* memungkinkan klien untuk mengeksplorasi perasaan mereka secara non-verbal, sehingga dapat membantu dalam memahami dan mengatasi stres, trauma, kecemasan, serta masalah emosional lainnya. (Malchiodi, C.A, 2007 : 5)

Dapat disimpulkan *art therapy* adalah jenis psikoterapi dengan menggunakan seni seperti menggambar, melukis, dan memahat sebagai alat untuk berkomunikasi dan mengekspresikan diri. Dalam *art therapy*, terapis berperan sebagai fasilitator yang mendukung klien dalam proses penciptaan seni. Melalui kegiatan ini, klien dapat mengungkapkan perasaan yang mungkin sulit diungkapkan dengan kata-kata, serta memperoleh wawasan baru tentang diri mereka. Salah satu penelitian dari Farah Fairuz dan Sendi Satriadi yang menunjukkan bahwa *art therapy* efektif dalam meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan individu dari berbagai usia, termasuk anak-anak dan remaja yang mengalami kesulitan emosional atau perilaku (Farah Fairuz, 2024). Secara keseluruhan, *art therapy* bukan hanya tentang hasil akhir dari karya seni yang dibuat, tetapi lebih pada proses kreatif itu sendiri yang memberikan kesempatan bagi individu untuk berinteraksi dengan emosi mereka dan menemukan cara baru untuk mengungkapkan emosi mereka (Sendi Satriadi, 2024).

#### 2. Bentuk-Bentuk *Art Therapy*

- a. Terapi Menggambar

Terapi menggambar atau *drawing therapy* merupakan bentuk terapi yang menggunakan proses menggambar sebagai alat untuk mengekspresikan perasaan, pikiran, dan pengalaman seseorang.

- b. Terapi Melukis

Terapi melukis atau *painting therapy* adalah bentuk terapi seni yang menggunakan proses melukis sebagai alat untuk mengekspresikan emosi, mengatasi masalah psikologis, dan mendukung penyembuhan mental dengan menggunakan media seperti cat air atau akrilik untuk menyalurkan emosi melalui warna dan tekstur.

- c. Terapi Tanah Liat



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Terapi tanah liat atau *clay therapy* adalah bentuk terapi seni yang menggunakan tanah liat sebagai media ekspresi untuk mengeksplorasi pikiran, perasaan, dan pengalaman secara simbolis dan nonverbal. Melalui proses membentuk, meremas, atau menciptakan objek dari tanah liat, individu dapat mengeluarkan tekanan batin, meredakan kecemasannya.

d. Terapi Kolase

Terapi kolase adalah terapi yang menyusun gambar, teks, atau bahan lain menjadi kolase. Metode ini membantu remaja menyusun cerita visual tentang kehidupan atau impiannya dengan cara yang kreatif dan menyenangkan bagi remaja yang sedang mengalami kecemasan.

e. Jurnal

Jurnal adalah terapi menggabungkan tulisan dan gambar dalam sebuah buku harian untuk merefleksikan emosi sehari-hari. Teknik ini memungkinkan remaja untuk mencurahkan isi hati mereka dengan cara yang lebih terstruktur dan pribadi.

f. Terapi Patung

Terapi patung adalah terapi yang mengajak remaja membuat patung dari bahan seperti lilin atau kayu. Aktivitas ini memberikan pengalaman terapeutik melalui penciptaan sesuatu yang nyata dan bermakna.

Dari berbagai bentuk *art therapy* diatas, penulis memilih untuk menggunakan teknik terapi menggambar. Pilihan ini didasarkan pada kemampuannya memberikan ruang bagi remaja untuk menyalurkan emosi secara kreatif dan spontan melalui media gambar. Terapi ini juga mudah diterapkan karena tidak memerlukan perlengkapan yang rumit, sehingga cocok untuk situasi sederhana. Selain itu, menggambar memungkinkan remaja untuk menyampaikan perasaan yang sulit diungkapkan dengan kata-kata melalui simbol-simbol visual, membantu mereka memahami dan memproses emosi secara lebih mendalam. (Curry, N.A, 2005)

Terapi menggambar adalah salah satu bentuk *art therapy* yang menggunakan aktivitas menggambar sebagai alat untuk membantu individu mengekspresikan emosi, pikiran, dan pengalaman yang sulit diungkapkan secara verbal. Terapi ini berfokus pada proses kreatif menggambar, bukan pada kualitas atau estetika hasil akhir, sehingga memberikan ruang yang aman bagi individu untuk mengeksplorasi perasaan mereka dan memperoleh pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka sendiri. Terapi menggambar sering digunakan untuk





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mendukung penyembuhan psikologis, meningkatkan kesejahteraan emosional, dan mengatasi berbagai tantangan mental. (Malchiodi, C.A, 2007 : 19)

### 3. Manfaat Terapi menggambar

#### a. Ekspresi Emosi yang Lebih Baik

Membantu individu, terutama mereka yang kesulitan mengungkapkan perasaan dengan kata-kata, untuk menyalurkan emosi mereka secara visual.

#### b. Mengurangi Stres dan Kecemasan

Proses menggambar dapat memberikan efek menenangkan dan membantu mengurangi ketegangan emosional serta fisik.

#### c. Meningkatkan Kesadaran Diri

Melalui aktivitas menggambar, individu dapat mengenali dan memahami emosi, pikiran, atau pengalaman yang tersembunyi di dalam diri mereka.

#### d. Meningkatkan Kreativitas dan Imajinasi

Terapi menggambar merangsang kreativitas dan membantu individu menemukan cara baru untuk memecahkan masalah atau menghadapi tantangan hidup.

#### e. Meningkatkan Keterampilan Motorik Halus

Menggambar melibatkan gerakan tangan yang halus, sehingga dapat membantu meningkatkan koordinasi motorik dan keterampilan tangan.

#### f. Meningkatkan Fokus dan Konsentrasi

Aktivitas menggambar membutuhkan perhatian dan ketekunan, yang dapat membantu meningkatkan kemampuan fokus dan konsentrasi individu.

#### g. Mendukung Proses Katarsis Emosi

Melalui terapi menggambar, seseorang dapat mengalami proses katarsis yakni pelepasan emosi yang selama ini tertahan, yang berdampak pada perasaan lega dan lebih tenang setelah sesi berlangsung.

### 4. Alat dan Bahan yang Dibutuhkan dalam terapi menggambar :

#### a. Kertas atau Kanvas

Media dasar untuk menggambar yang bisa digunakan dalam berbagai ukuran sesuai kebutuhan dan kenyamanan klien.

#### b. Alat Menggambar

1)Pensil



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 2) Pensil warna
- 3) Penghapus
5. Proses Terapi menggambar
  - a. Tahap Awal

Terapi dimulai dengan membangun hubungan antara peneliti dan remaja di panti, serta menjelaskan tujuan dan manfaat dari terapi menggambar.

- b. Proses Kreatif

Para remaja diberikan kebebasan untuk menggambar apa pun yang mereka rasakan atau pikirkan, tanpa tekanan untuk menghasilkan karya yang sempurna. Ada 6 sesi yakni :

**Tabel 2.1 Tema Art Therapy**

Sesi	Tema
Sesi 1	Mengenal Diri Lewat Gambar Diri
Sesi 2	Menggambar Emosi
Sesi 3	Gambar Tempat Aman
Sesi 4	Menggambar Masa Lalu yang Berkesan
Sesi 5	Gambar Harapan & Impian
Sesi 6	Refleksi Diri dengan Kolase Emosi

- c. Tahap Penutup

Setelah menggambar selesai, peneliti dan para remaja bersama-sama merenungkan hasil gambar tersebut untuk memahami emosi, pola pikir, atau pengalaman yang diungkapkan melalui gambar. Peneliti memberikan dukungan, masukan untuk membantu mereka mengatasi masalah atau tantangan yang muncul selama sesi terapi.

## 2.2.2 Katarsis Emosi

1. Pengertian Katarsis Emosi

Katarsis dan emosi memiliki hubungan yang sangat erat dalam dunia psikologi, khususnya dalam konteks pemrosesan dan pengelolaan emosi yang sehat. Katarsis merupakan proses pelepasan atau pengeluaran emosi yang terpendam, sedangkan emosi itu sendiri adalah reaksi psikologis dan fisiologis terhadap rangsangan tertentu, seperti rasa senang, sedih, marah, takut, dan sebagainya (Fitriyanti, E., 2020).

Teori katarsis pertama kali dipublikasikan dalam *Journal of Abnormal Social Psychology* pada tahun 1960 dalam artikel berjudul "*The*



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*Stimulating "Versus Chatarttic Effect of a Vicarious Aggressive Activity."* Teori ini berdiri di bawah teori psikoanalisa Sigmund Freud, yang berpendapat bahwa emosi yang tertahan atau dipendam dapat menyebabkan ledakan emosi yang berlebihan (Wahyuningsih, S, 2017).

Katarsis emosi adalah proses pelepasan atau pengeluaran emosi yang terpendam melalui aktivitas tertentu yang bersifat ekspresif, seperti menangis, menggambar, menulis, atau bentuk ekspresi non-verbal lainnya (Elvina, 2005). Tujuannya adalah untuk meringankan ketegangan psikologis dan menciptakan rasa lega atau kelegaan emosional.

Katarsis emosi dalam Islam berkaitan dengan *tanfis al- masha'ir* (pelepasan perasaan yang terpendam). Islam mengajarkan bahwa menyembunyikan emosi terlalu lama dapat berdampak buruk, dan sangat dianjurkan untuk menyalurkan emosi melalui cara yang baik seperti, Menangis karena beban hidup atau kerinduan kepada Allah dianggap sebagai ekspresi yang sehat. Rasulullah juga pernah menangis, marah, dan sedih menunjukkan bahwa mengekspresikan emosi adalah bagian dari kemanusiaan.

Dalam Al-Qur'an juga ada menjelaskan tentang perasaan yakni dalam surah Yusuf ayat 86 yang berbunyi :

قَالَ إِنَّمَا أَشْكُوا بَثِّي وَحُزْنِي إِلَى اللَّهِ وَأَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ

Artinya : “Dia (Ya‘qub) menjawab, “Hanya kepada Allah aku mengadukan kesusahan dan kesedihanku. Aku mengetahui dari Allah apa yang tidak kamu ketahui”. (Qur’an Surah Yusuf Ayat 86, Tafsir Wajiz)

Dalam Surah Yusuf ayat 86, Nabi Ya‘qub AS berkata, “*Sesungguhnya aku hanya mengadukan kesedihan dan kesusahanku kepada Allah...*”, yang menunjukkan bahwa mengungkapkan perasaan adalah hal yang wajar dan diakui dalam ajaran Islam. Ayat ini mengandung nilai psikologis yang mendalam, yaitu pentingnya mengekspresikan emosi agar tidak menekan beban batin.

إِنَّ الْعَيْنَ تَدْمَعُ، وَالْقَلْبُ يَحْزَنُ، وَلَنْ نَقُولُ إِلَّا مَا يُرْضِي رَبَّنَا، وَإِنَّا بِفِرَاقِكَ يَا إِبْرَاهِيمَ لَمَحْزُونُونَ

Artinya : “Sesungguhnya mata ini meneteskan air mata, dan hati ini bersedih. Namun kami tidak mengatakan kecuali apa yang diridhai oleh Tuhan kami. Dan sungguh kami benar-benar bersedih atas kepergianmu, wahai Ibrahim”. (HR. Bukhari No. 1303)





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hadis ini diucapkan Rasulullah SAW saat wafatnya putra beliau, Ibrahim, dan menjadi bukti kuat bahwa Islam memperbolehkan ekspresi emosi seperti kesedihan dan tangisan, selama tetap menjaga sikap dan lisan yang diridhai Allah. Islam tidak melarang ekspresi emosi, tetapi mendorong penyaluran yang tepat dan tidak merusak diri sendiri maupun orang lain (Yusuf Al- Qadarawi, 1998).

Dalam konteks penelitian ini, katarsis emosi dipahami sebagai pengungkapan dan pelepasan emosi yang terjadi melalui kegiatan menggambar secara bebas dan terarah, sebagai bagian dari proses penyembuhan emosional remaja. Dengan demikian, katarsis adalah mekanisme untuk melepaskan emosi yang terpendam, sedangkan emosi adalah isi yang dikeluarkan dalam proses katarsis.

## 2. Dampak Melakukan dan Tidak Melakukan Katarsis

### a. Dampak Melakukan Katarsis

#### 1) Mengurangi Stress dan Kecemasan

Individu yang mengekspresikan emosinya dengan cara yang sehat contohnya melalui berbicara, menulis, atau seni, mereka dapat melepaskan perasaan negatif yang terpendam. Proses ini membantu mencegah penumpukan emosi yang bisa menyebabkan gangguan lebih lanjut seperti stress dan kecemasan (Pennebaker, 2004 : 35).

#### 2) Peningkatan Kesehatan Mental dan Fisik

Menyatakan perasaan secara terbuka dapat mengurangi ketegangan tubuh, yang bisa meningkatkan kesehatan fisik secara keseluruhan seperti dapat memperbaiki kualitas tidur, menurunkan risiko penyakit jantung, dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Katarsis juga membantu meringankan perasaan depresi, kecemasan, atau trauma dengan memberikan ruang untuk memproses perasaan secara terbuka. Menjalani proses katarsis memberi kesempatan untuk memulihkan keseimbangan emosional dan mengurangi perasaan terjebak dalam situasi negatif (Pennebaker, 2004 : 36).

#### 3) Peningkatan Fungsi Kognitive dan Produktivitas

Individu yang merasa lebih lega secara emosional, maka ia dapat lebih fokus pada tugas-tugasnya dan berfungsi dengan lebih efisien dalam pekerjaan maupun kehidupan sehari-hari. Katarsis juga membantu meningkatkan kreativitas, karena otak tidak lagi terbebani dengan emosi yang terpendam (Gross, 2002).

### b. Dampak Tidak Melakukan Katarsis

#### 1) Stress Berkepanjangan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Individu yang menahan emosinya misalnya, marah, kecewa, atau sedih perasaan tersebut tidak hilang, tetapi justru terkumpul dalam dirinya. Penumpukan emosi ini bisa menyebabkan peningkatan intensitas perasaan tersebut, yang pada gilirannya bisa meledak dengan cara yang tidak terkontrol. Hal ini juga dapat menurunkan kemampuan seseorang untuk berpikir jernih atau mengatasi masalah secara rasional. Memendam emosi menyebabkan tubuh tetap berada dalam keadaan "*fight or flight*", yang meningkatkan kadar hormon stres seperti kortisol. Stres yang berkepanjangan bisa berdampak buruk pada sistem kekebalan tubuh, meningkatkan risiko penyakit kronis, gangguan tidur, dan penurunan kualitas hidup (Sapolsky, 2004).

2) Gangguan Psikosomatik

Emosi yang terpendam dapat mempengaruhi tubuh secara fisik, menyebabkan gejala psikosomatik (kondisi di mana masalah emosional atau psikologis mempengaruhi kondisi fisik seseorang) seperti sakit kepala, nyeri otot, gangguan pencernaan, atau masalah kulit. Hal ini terjadi karena tubuh menanggapi ketegangan emosional dengan menghasilkan gejala fisik (Pennebaker, 2004).

3) Penurunan Kesehatan Mental dan Fisik

Ketidakmampuan untuk mengungkapkan perasaan sering kali berujung pada gangguan kesehatan mental, seperti kecemasan, depresi, atau gangguan stres pascatrauma (PTSD). Memendam emosi akan memperburuk perasaan negatif. Penahanan emosi dalam waktu lama juga bisa menyebabkan masalah kesehatan jangka panjang, seperti penyakit jantung, diabetes, dan gangguan autoimun. Ketegangan yang terakumulasi mempengaruhi sistem tubuh secara keseluruhan, akan memperburuk kesehatan fisik.

c. *Art Therapy* sebagai Media Katarsis

*Art therapy* merupakan salah satu bentuk terapi yang menggunakan aktivitas seni sebagai alat bantu untuk mengekspresikan, memahami, dan mengolah emosi secara lebih mendalam. Dalam praktiknya, *art therapy* menyediakan ruang bagi individu untuk mencurahkan perasaannya melalui medium visual seperti menggambar, melukis, mewarnai, atau membuat kolase. Media seni ini tidak hanya menjadi sarana ekspresi, melainkan juga berperan penting dalam menciptakan proses katarsis, yaitu pelepasan emosional dari beban-beban batin yang selama ini tertahan (Ardi R., 2021).

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Konsep katarsis sendiri berasal dari pemikiran Aristoteles yang menggambarkan pembersihan emosi melalui pengalaman estetis dalam drama tragedi. Dalam perkembangan psikologi modern, terutama dalam pendekatan psikoanalisis, katarsis dipahami sebagai pelepasan emosional yang terjadi saat seseorang mengungkapkan perasaan yang selama ini ditekan. Proses ini diyakini dapat memberikan efek terapeutik dan memperbaiki kondisi psikologis seseorang (Malchiodi, 2007 : 25). *Art therapy* berfungsi sebagai sarana katarsis karena memungkinkan individu mengakses emosi-emosi tersebut melalui proses penciptaan yang tidak mengancam dan bebas dari penilaian

Seni memiliki kekuatan simbolik yang mampu menjangkau aspek-aspek terdalam dari pengalaman manusia. Banyak individu, khususnya remaja atau anak-anak, sering kali kesulitan menyampaikan perasaan mereka secara verbal. Melalui gambar atau bentuk visual lainnya, mereka dapat menyalurkan perasaan seperti marah, takut, kecewa, bahkan trauma, dengan cara yang lebih aman dan dapat diterima. Dalam konteks ini, *art therapy* tidak hanya berfungsi sebagai alat ekspresi, tetapi juga sebagai media pemrosesan dan pelepasan emosi secara menyeluruh. Proses kreatif dalam *art therapy* membantu individu menemukan dan memahami perasaan yang selama ini tersembunyi. Melalui simbol, warna, atau bentuk yang digunakan saat menggambar atau melukis, emosi yang tidak disadari dapat terungkap. Hal ini menghasilkan pengalaman reflektif yang mendalam di mana orang tidak hanya mengungkapkan perasaan mereka, tetapi juga belajar tentang sumbernya (Hirawan, A, 2017). Selain itu, *art therapy* memberikan rasa kontrol dan kebebasan dalam ekspresi diri. Individu dapat mengeksplorasi perasaan mereka tanpa takut mengambil keputusan dalam lingkungan terapeutik yang aman dan mendukung. Hal ini sangat penting untuk menciptakan suasana hati yang memungkinkan terjadinya katarsis. Ketika seseorang merasa bebas untuk mengekspresikan dirinya dan merasa diterima, proses pelepasan emosi dapat berjalan lebih lancar dan efektif.

### 2.2.3 Remaja

Kata “remaja” berasal dari bahasa latin yaitu *adolescere* yang berarti *to grow* atau *to grow maturity*. Remaja adalah masa periode perkembangan transisi dari masa kanak-kanak hingga masa dewasa yang mencakup perubahan-perubahan kognitif, biologis, dan sosial emosional (Santrock, J. W., 2003). Masa remaja merupakan masa pencarian identitas diri. Remaja merupakan fase antara masa kanak-kanak dan dewasa dalam rentang usia



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

antara 10 hingga 19 tahun (*World Health Organization*, 2022). Sedangkan pada Peraturan Menteri Kesehatan RI N0.25, remaja merupakan penduduk dalam rentang usia antara 10 hingga 18 tahun (Kemkes.go.id, 2018). Selain itu, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengatakan, rentang usia remaja ialah 10 hingga 24 tahun dan belum menikah, maka dapat diartikan remaja ialah masa pergantian dari anak-anak menuju dewasa (Brief Notes Lembaga Demografi FEB UI, 2020).

Klasifikasi Remaja menurut Sarwono (2000) mengatakan ada tiga tahap perkembangan remaja yaitu :

1. Remaja awal (usia 11-14 tahun)
2. Remaja pertengahan (usia 15-17 tahun)
3. Remaja akhir (usia 18-21 tahun)

### 2.3 Konsep Operasional

Penelitian ini membahas tentang pengaruh *art therapy* terhadap katarsis emosi pada remaja di panti asuhan Budi Mulya Rokan Hulu. *Art therapy* merupakan salah satu bentuk terapi yang menggunakan seni sebagai sarana untuk mengungkapkan emosi dan meningkatkan kesehatan mental seseorang. *Drawing therapy* atau terapi menggambar adalah bentuk terapi seni yang menggunakan aktivitas menggambar sebagai sarana untuk membantu individu mengekspresikan emosi, pikiran, dan pengalaman yang mungkin sulit diungkapkan secara verbal. Terapi ini memungkinkan seseorang, terutama remaja, untuk mengatasi masalah emosional, mengurangi stres, meningkatkan kesadaran diri, serta memperbaiki kesejahteraan mental dan emosional mereka (Malchiodi, C.A, 2007). Katarsis merupakan proses pelepasan atau pengeluaran emosi yang terpendam, sedangkan emosi itu sendiri adalah reaksi psikologis dan fisiologis terhadap rangsangan tertentu, seperti rasa senang, sedih, marah, takut, dan sebagainya (Fitriyanti, E., 2020).

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh penerapan *Art Therapy* terhadap katarsis Emosi Pada Remaja. Dalam penelitian ini, *Art Therapy* sebagai variabel bebas, sedangkan Katarsis Emosi pada Remaja di Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu menjadi variabel terikatnya. Sifat atau karakteristik objek yang dapat diukur dan menjadi fokus pengamatan peneliti guna menarik kesimpulan dikenal sebagai variabel.

**Tabel 2.2 Konsep Operasional**

Variabel	Indikator	Sub Indikator
----------	-----------	---------------



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

<b>Art Therapy</b> (Variabel Bebas)	Ekspresi emosi melalui media visual	Tahap ini para remaja mengekspresikan perasaan mereka melalui warna, simbol bentuk dan sebagainya.
	Kesesuaian gambar dengan tema	Di setiap sesi pertemuan remaja akan disuruh untuk menggambar sesuai dengan tema yang sudah diberikan, mereka bebas menggambarkan apa yang mereka pikirkan tentang tema tersebut.
	Kreativitas dan imajinasi	Tahap ini para remaja diharapkan untuk mampu menuangkan ide-ide unik ke dalam bentuk gambar, menciptakan karya yang tidak hanya meniru objek nyata tetapi juga menggambarkan imajinasi dan pikiran pribadinya. Remaja juga menunjukkan kemampuan menggunakan simbol dalam menggambar sebagai representasi dari perasaan atau pengalaman batinnya.
	Refleksi diri melalui karya	Di tahap ini remaja dan peneliti berdiskusi bersama tentang hasil gambar yang telah digambar oleh para remaja tersebut.
<b>Katarsis Emosi</b> (Variabel Terikat)	Kesadaran emosi	Para remaja mampu mengidentifikasi emosi yang sedang mereka rasakan, apakah emosi positif (senang, dicintai, bahagia), atau emosi negatif (takut, sedih, marah).
	Pelampiasan emosi Kelegaian emosional	Pada tahap ini para remaja disuruh untuk melepaskan emosi mereka yang terpendam melalui terapi menggambar.
		Ditahap ini para remaja akan merasakan perubahan suasana hati mereka menjadi lebih lega, tenang dan rileks.
	Respons peserta selama terapi	Pada tahap ini peneliti fokus pada isyarat fisik atau tindakan remaja yang mencerminkan emosi mereka, seperti ekspresi wajah, bahasa tubuh dan cara

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

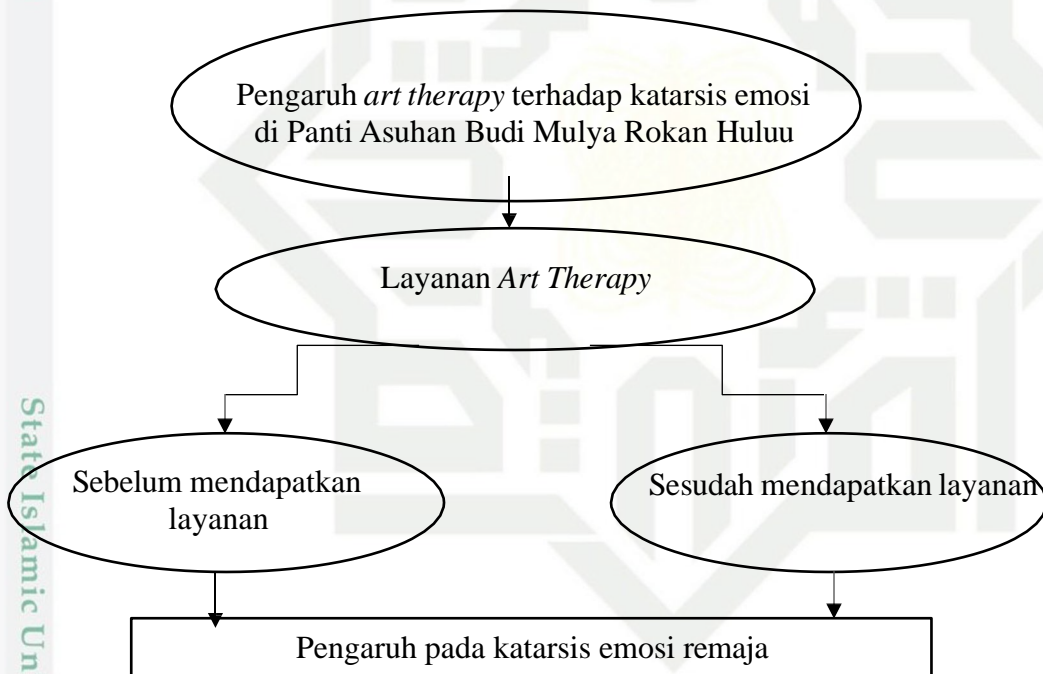
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		<p>berinteraksi dengan media menggambar. Misalnya, penggunaan warna gelap dengan gerakan tangan yang tegas dapat menunjukkan emosi negatif seperti marah atau frustrasi.</p>
--	--	--

## 2.4 Kerangka Pemikiran

Kerangka pemikiran merupakan model konseptual akan teori yang saling berhubungan satu sama lain terhadap berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting. Peneliti menjadikan tentang pengaruh *art therapy* terhadap katarsis emosi di Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu sebagai fokus utama.

**Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran**



## 2.5 Hipotesis

Setelah menyusun landasan teori dan kerangka pemikiran, langkah berikutnya adalah merumuskan hipotesis. Hipotesis adalah kesimpulan teoritis yang masih harus dibuktikan kebenarannya melalui analisis bukti pendapat yang berbeda. Adapun hipotesis dari penelitian ini yaitu sebagai berikut :

- Ha** : Adanya pengaruh yang signifikan dari *art therapy* terhadap katarsis emosi pada remaja di Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu.
- Ho** : Tidak adanya pengaruh yang signifikan dari *art therapy* terhadap katarsis emosi pada remaja di Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu.



Untuk memperkuat pengujian secara statistik, hipotesis ini dapat dijabarkan dalam bentuk :

**H<sub>a</sub>:**  $\mu_1 \neq \mu_2 \rightarrow$  Ada perbedaan rata-rata skor pengungkapan emosi sebelum dan sesudah diberikan *art therapy*.

**H<sub>0</sub>:**  $\mu_1 = \mu_2 \rightarrow$  Tidak ada perbedaan rata-rata skor pengungkapan emosi sebelum dan sesudah diberikan *art therapy*.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB III METODOLOGI PENELITIAN

### 3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode *eksperimen*. Metode *eksperimen* adalah metode penelitian yang digunakan untuk menguji pengaruh suatu perlakuan atau intervensi (seperti *art therapy*) tanpa menggunakan pembagian kelompok secara acak. Metode *Single Group Pretest-Posttest Design* ini dipilih pada penelitian ini karena fokusnya adalah mengukur perubahan tingkat katarsis emosi para remaja sebelum dan sesudah menerima *art therapy*. Metode ini dianggap sesuai karena memungkinkan peneliti untuk menguji pengaruh perubahan tanpa perlu melakukan pembagian kelompok secara acak. Selain itu, desain ini mempermudah pelaksanaan penelitian karena tetap dapat memberikan data yang valid melalui pengukuran *pre-test* dan *post-test*, sehingga perubahan yang terjadi dapat diamati secara langsung. Pendekatan ini juga lebih fleksibel dan cocok digunakan untuk subjek peneliti, yang mungkin memiliki keterbatasan dalam partisipasi penelitian dengan kontrol ketat.

### 3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

#### 3.2.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu JLRiau Gang Panti No.69 Rt.02 Rw.02, Lingkungan Lenggopan, Kelurahan Pasir Pengaraian, Kecamatan Rambah, Kabupaen Rokan Hulu, Propinsi Riau, sebagai lembaga yang memiliki program kesejahteraan bagi anak.

#### 3.2.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan setelah proposal ini diseminarkan, penelitian akan dilaksanakan 7 kali pertemuan.

**Tabel 3.1 Jadwal kegiatan penelitian**

NO	Uraian Kegiatan	Tahun 2024-2025						Mei
		Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	
1.	Menyusun Proposal							
2.	Seminar Proposal							
3.	Komprehensif							
4.	Pelaksanaan Penelitian							
5.	Analisis Hasil							

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### 3.3 Populasi dan Sampel

#### 3.3.1 Populasi

Populasi merujuk pada sekumpulan indikator yang menjadi objek penelitian. Menurut Sugiyono, populasi adalah area untuk menggeneralisasi yang terdiri dari objek atau subjek dengan kualitas dan karakteristik tertentu yang dapat diteliti oleh peneliti untuk diambil kesimpulannya (Sari, 2022). Dalam penelitian ini, populasi yang diteliti adalah remaja yang berada di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu. Remaja merupakan fase antara masa kanak-kanak dan dewasa dalam rentang usia antara 10 hingga 19 tahun (*World Health Organization*, 2022). Setelah didata jumlah keseluruhan populasi yang tercatat dalam panti asuhan Budi Mulya adalah 20 remaja. Dari 20 remaja tersebut akan dipilih beberapa remaja untuk dijadikan sampel penelitian dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

#### 3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih untuk mewakili populasi tersebut dalam sebuah penelitian. Sampel digunakan untuk menghemat waktu, biaya, dan tenaga sehingga tidak perlu meneliti seluruh populasi. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2017).

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan *purposive sampling*. Purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel yang dilakukan dengan memilih individu tertentu secara sengaja berdasarkan kriteria atau karakteristik tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2017). Artinya, pemilihan sampel dilakukan berdasarkan penilaian subjektif peneliti, dengan mempertimbangkan siapa yang paling memenuhi kriteria penelitian. Adapun kriteria sampel yang diambil adalah :

1. Remaja yang tinggal di panti asuhan Budi Mulya minimal 6 bulan.
2. Remaja yang mendapatkan skor katarsis emosi rendah berdasarkan skor hasil angket awal.

### 3.4 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan cara atau metode yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan informasi atau data yang diperlukan guna menjawab pertanyaan penelitian. Teknik ini sangat penting untuk memastikan data yang diperoleh valid, reliabel, dan relevan dengan tujuan penelitian.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Teknik pengumpulan data adalah proses atau langkah- langkah yang dilakukan oleh peneliti untuk mendapatkan data yang sesuai dengan masalah yang sedang diteliti (Sugiyono, 2017). Adapun pengumpulan data yang digunakan peneliti adalah :

**1. Observasi**

Observasi adalah pengamatan langsung terhadap objek penelitian untuk mencatat berbagai fenomena yang muncul sesuai dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2017). Observasi adalah teknik pengumpulan data di mana peneliti mengamati secara langsung fenomena, perilaku, atau situasi yang menjadi objek penelitian. Dalam observasi ini peneliti terjun langsung ke tempat penelitian di Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu untuk bisa melihat langsung subjek penelitiannya yakni para remaja. Melihat sikap, gaya maupun cara bicara mereka.

**2. Angket**

Angket adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2017). Angket akan dibagikan ke remaja panti asuhan dengan bentuk hard copy. Angket yang digunakan peneliti adalah angket tertutup, dimana para responden hanya akan menjawab pertanyaan dengan jawaban yang telah diberikan oleh peneliti. Skala ini bernilai dari 1-5 dari sangat positif sampai sangat negative, dengan pilihan jawaban sebagai berikut :

**a. Pernyataan Positif**

Sangat Setuju (SS)	5
Setuju (S)	4
Kurang Setuju (KS)	3
Tidak Setuju (TS)	2
Sangat Tidak Setuju (STS)	1

**b. Pernyataan Negatif**

Sangat Setuju (SS)	1
Setuju (S)	2
Kurang Setuju (KS)	3
Tidak Setuju (TS)	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	5

**3. Dokumentasi**

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data yang menggunakan berbagai bentuk bukti yang berkaitan dengan objek penelitian, seperti gambar, foto.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### 3.5 Validitas dan Reliabilitas data

#### 3.5.1 Validitas Data

Uji validitas adalah proses untuk menilai sejauh mana instrumen penelitian (angket) mampu mengukur apa yang seharusnya diukur. Validitas menunjukkan tingkat ketepatan dan kesesuaian antara item dalam instrumen dengan konsep atau variabel yang diteliti. Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan metode korelasi Pearson untuk mengetahui sejauh mana setiap item dalam instrumen angket mampu mengukur variabel katarsis emosi. *Uji korelasi Pearson* adalah metode statistik yang digunakan untuk mengukur hubungan linier antara dua variabel. Nilai *korelasi Pearson* ( $r$ ) dianggap valid jika memiliki hubungan yang cukup kuat dengan total skor. Secara umum, panduan  $r > 0,3$  digunakan berdasarkan standar analisis data, di mana:

- $r > 0,3$  menunjukkan hubungan yang cukup kuat dan item dianggap valid.
- $r < 0,3$  menunjukkan hubungan yang lemah, sehingga item kurang valid untuk mengukur variabel yang diteliti.

Uji ini akan mengkorelasikan skor setiap item dengan total skor responden. Instrumen dinyatakan valid jika nilai *korelasi Pearson* ( $r$ ) lebih besar dari 0,3 dan signifikan pada tingkat kepercayaan 95% ( $p < 0,05$ ). Setelah data terkumpul, validitas setiap item angket akan dianalisis menggunakan SPSS.

#### 3.5.2 Reliabilitas Data

Uji reliabilitas adalah proses untuk mengetahui apakah instrumen penelitian (kuesioner) menghasilkan data yang konsisten jika digunakan berulang kali dalam kondisi yang sama. Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan metode Cronbach's Alpha untuk mengukur konsistensi dari instrumen penelitian. Reliabilitas dinyatakan baik jika nilai Cronbach's Alpha lebih besar dari 0,6.

Jika nilai  $\alpha \geq 0,60$  maka instrumen dinyatakan reliabel.

Jika nilai  $\alpha \leq 0,60$  maka instrumen dinyatakan tidak reliabel.

Analisis ini akan dilakukan setelah data terkumpul untuk memastikan bahwa angket memiliki tingkat keandalan yang memadai dalam mengukur pengungkapan emosi pada remaja.

### 3.6 Teknik Analisis Data

Untuk menganalisis data dalam penelitian ini digunakan teknik **Paired Sample T-Test**. **Paired Sample T-Test** adalah uji statistik yang digunakan untuk membandingkan dua set data yang berasal dari kelompok yang sama.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Paired Sample T-Test digunakan karena penelitian ini melibatkan satu kelompok yang diukur pada dua kondisi berbeda, yaitu sebelum (pretest) dan setelah (posttest) diberi perlakuan berupa art therapy melalui drawing therapy.

Pada tahap analisis, data yang diperoleh dari pretest dan posttest akan dihitung selisihnya untuk masing-masing subjek. Selisih tersebut menggambarkan perubahan skor antara kondisi sebelum dan setelah perlakuan. Selanjutnya, dihitung rata-rata perbedaan, serta standar deviasi dari perbedaan tersebut, untuk mengukur variasi antar data. Rumus untuk menghitung nilai  $t$  dalam Paired Sample T-Test adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{d}}{Sd/\sqrt{n}}$$

Di mana:

- $d$  adalah rata-rata perbedaan antara skor posttest dan pretest
- $Sd$  adalah standar deviasi dari perbedaan skor
- $n$  adalah jumlah subjek.

Setelah nilai  $t$  dihitung, hasilnya akan dibandingkan dengan  $t$  tabel yang sesuai dengan derajat kebebasan ( $df = n - 1$ ) dan tingkat signifikansi yang telah ditentukan sebelumnya (0,05). Jika nilai  $t$  yang dihitung lebih besar dari nilai  $t$  tabel, maka hipotesis nol (yang menyatakan tidak ada perbedaan signifikan) akan ditolak, dan dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pretest dan posttest. Dengan demikian, teknik analisis ini akan digunakan untuk menguji hipotesis penelitian, apakah ada pengaruh signifikan dari art therapy terhadap katarsis emosi pada remaja di panti asuhan Budi Mulya Rokan Hulu.





## BAB IV GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN

### 4.1 Gambaran Umum Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu

Panti Asuhan Budi Mulya didirikan oleh Yayasan Budi Mulya Rokan Hulu Sejak 19 April 1982. Penggagas utama berdirinya adalah tokoh masyarakat diantaranya : Ilyas Milon sewaktu itu menjabat lurah, Bahtar Lubis, HTM. Roesyid, H.j T.Aminah, Saleh selaku KUA, Rusli Sabri Bahtiar dan tokoh lainnya.

Panti Asuhan Budi Mulya menampung anak-anak yatim, yatim piatu, anak piatu dan anak-anak dhuafa terutama di daerah Rokan Hulu. Dalam pengasuhannya anak-anak panti terdiri dari asuhan di dalam panti dan di luar panti. Anak-anak dibina dan dididik dengan pendidikan umum, kejuruan dan dibekali dengan pendidikan Agama agar dikemudian hari dapat hidup mandiri, berkepribadian berakhlak mulia dan dapat hidup setara dengan yang lainnya. Dalam hal pendanaan dan pembiayaan panti asuhan berasal dari usaha mandiri dan sumbangan dari pemerintah dan donatur. Adapun sarana dan prasana yang ada di Panti Asuhan Budi Mulya adalah :

1. Kantor pengurus panti asuhan
2. Gudang
3. Asrama putra
4. Asrama putri
5. Lapang Olah Raga



**Gambar 4.1 Panti Asuhan Budi Mulya**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 4.2 Visi, Misi dan Tujuan Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu

### 1. Visi

Terwujudnya Lembaga yang sejahtera, berintegritas, amanah dan peduli.

### 2. Misi

- a. Mewujudkan insan sejahtera
- b. Mengantarkan anak yatim piatu dan dhuafa' yang membanggakan dengan pendidikan yang berkualitas
- c. Memberikan santunan, bantuan sebagai bentuk kepedulian terhadap sesama yang membutuhkan
- d. Membina karakter dan sikap positif sehingga kepekaan dan kepeduliannya dapat diandalkan
- e. Mengelola amanah umat secara profesional dan sesuai syariat sehingga lebih berdaya guna

### 3. Tujuan

- a. Melayani dan merehabilitasi anak untuk dapat menjadi insan sejahtera yang memiliki kemandirian dalam melaksanakan tugas kehidupan
- b. Meningkatkan martabat bangsa dan mengharapakan ridho Allah SWT
- c. Membantu program pemerintah dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, memelihara anak yatim dan fakir miskin (UUD 1945 Pasal 34)
- d. Mengantarkan anak asuh sehingga menjadi manusia beriman, bertaqwa, cerdas terampil dan mandiri

## 4.3 Letak Geografis

Panti Asuhan Budi Mulya terletak di Jalan Riau Gang Panti No.69 Rt.02 Rw.02, Lingkungan Lenggopan, Kelurahan Pasir Pangaraian, Kecamatan Rambah, Kabupaten Rokan Hulu, Propinsi Riau.

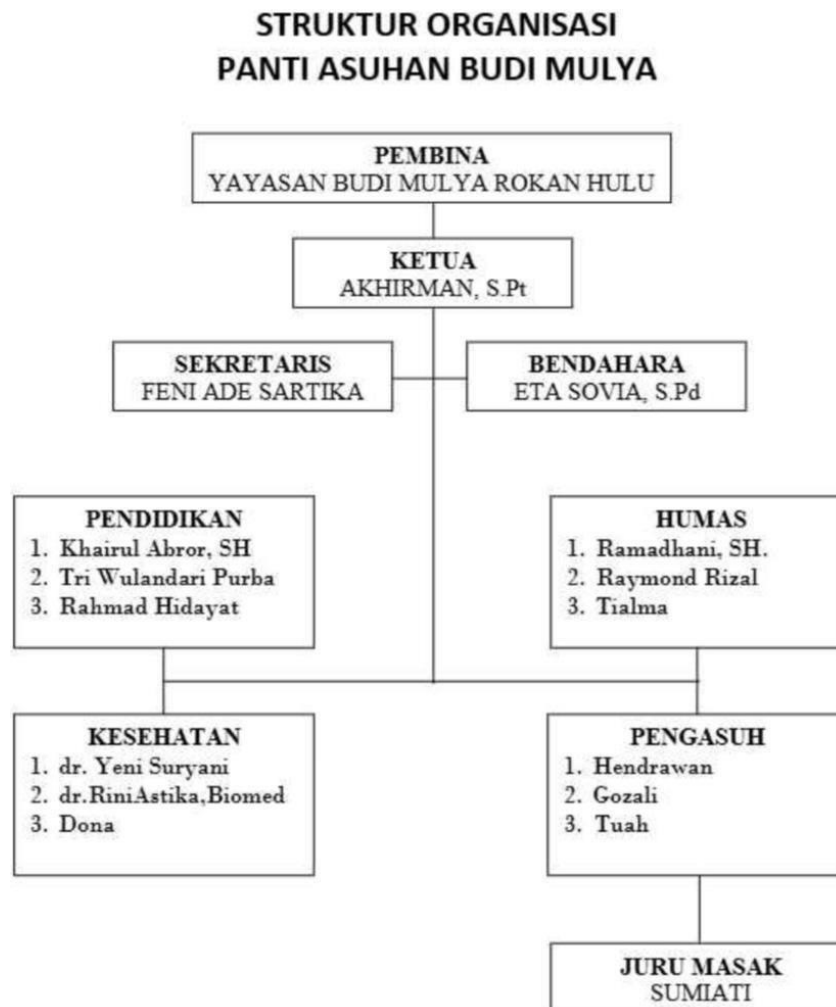


**Gambar 4.2 Letak Geografis Tempat**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### 4.4 Struktur Organisasi Panti Asuhan Budi Mulya



**Gambar 4.3 Struktur Organisasi**

#### 4.5 Jadwal Kegiatan Panti Asuhan Budi Mulya

Adapun kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan adalah :

1. Sekolah di luar lingkungan Panti Asuhan Budi Mulya. Sebagian besar anak asuh panti asuhan bersekolah di sekitar panti asuhan.
2. Shalat berjamaah di Asrama. Anak asuh diwajibkan untuk shalat berjamaah pada waktu subuh, maghrib, dan Isya Sedangkan pada waktu zuhur mereka shalat di sekolahnya masing- masing.
3. Belajar atau membaca Al-Qur'an selesai shalat maghrib. Selama lima hari dalam seminggu setelah shalat maghrib anak asuh diwajibkan membaca dan belajar membaca Al-Qur'an dengan diasuh oleh seorang guru mengaji dari luar panti dan dibantu oleh seorang pengasuh panti



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Yasinan. Acara yasinan dilaksanakan setiap malam jum'at. Acara bertujuan agar anak panti asuhan terbiasa dengan membaca yasin, kelak setelah tamat dari panti akan bisa mereka terapkan dimasyarakat.
5. Belajar doa dan ceramah. Setiap sebulan sekali latihan berdoa dan berceramah..
6. Ceramah Ramadhan di masyarakat. Bagi peserta lomba ceramah yang dipandang layak untuk ceramah dimasyarakat, pada bulan ramadhan akan di tawarkan ke masjid dilingkungan masyarakat untuk mengisi santapan rohani ramadhan.
7. Menghafal Al-Qur'an dengan target hafalan 1 Juz.
8. Setiap hari secara mandiri anak panti menghafal Al-Qur' an.
9. Buka Bersama Masyarakat. Anak panti juga melaksanakan buka bersama masyarakat sekitarnya guna menumbuhkan rasa kekeluargaan
10. Pemeriksaan Kesehatan Gratis.
11. Pembinaan life skill. Berupa melatih keterampilan tangan seperti membuat bunga dan sablon.
12. Piket kebersihan. Untuk menjaga kebersihan anak panti dibuat piket kebersihan untuk lingkungan panti
13. Piket masak. Anak panti juga melaksanakan piket masak. Hal ini dimaksudkan untuk meringankan beban tukang masak dan juga untuk melatih mereka agar pandai memasak.
14. Undangan Masyarakat. Anak panti juga melaksanakan kegiatan silaturahmi dan undangan dari masyarakat, pemerintah.
15. Jambore Panti Asuhan se Riau
16. Wisata

Adapun jadwal rutin sehari-hari di Panti Asuhan Budi Mulya sebagai berikut :

**Tabel 4.1 Jadwal Kegiatan**

No	Nama Kegiatan	Jam Kegiatan
1.	Shalat Qiyamul lail	03.00 – 04.15
2.	Shalat Shubuh berjamaah	04.30 – 05.00
3.	Tahfizul Qur'an	05.00 – 06.00
4.	Persiapan ke sekolah	06.00 – 07.00
5.	Kegiatan di sekolah	07.00 – 12.00
6.	Shalat Dzuhur berjamaah	12.00 – 13.00
7.	Kegiatan di sekolah	13.00 – 15. 30
8.	Shalat Ashar berjamaah	15.30 – 16.00
9.	Belajar tajwid	16.00 – 17. 30

No	Nama Kegiatan	Jam Kegiatan
10.	Pulang sekolah, Istirahat	17.30 - 18.30
11.	Shalat Maghrib berjamaah	18.30 – 19.00
12.	Istirahat	19.00 – 19.30
13.	Shalat Isya berjamaah	19.30 – 20.00
14.	Mutholaah	20.00 – 21.00
15.	Istirahat	21.00 – 21.30
16.	Tidur	21.30 – 03.00

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB IV PENUTUP

### 6.1 Kesimpulan

*Art Therapy* merupakan salah satu bentuk terapi yang menggunakan aktivitas seni sebagai alat bantu untuk mengekspresikan, memahami, dan mengolah emosi secara lebih mendalam. Dalam praktiknya, *art therapy* menyediakan ruang bagi individu untuk mencurahkan perasaannya melalui medium visual seperti menggambar. Media seni ini tidak hanya menjadi sarana ekspresi, melainkan juga berperan penting dalam menciptakan proses katarsis, yaitu pelepasan emosional dari beban-beban batin yang selama ini tertahan.

Katarsis emosi adalah proses pelepasan atau pengeluaran emosi yang terpendam melalui aktivitas tertentu yang bersifat ekspresif, seperti menangis, menggambar, menulis, atau bentuk ekspresi non-verbal lainnya. Dalam penelitian ini, katarsis emosi dipahami sebagai pengungkapan dan pelepasan emosi yang terjadi melalui kegiatan menggambar secara bebas dan terarah, sebagai bagian dari proses penyembuhan emosional remaja. Dengan demikian, katarsis adalah mekanisme untuk melepaskan emosi yang terpendam, sedangkan emosi adalah isi yang dikeluarkan dalam proses katarsis.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu, peneliti mendapatkan hasil analisis menggunakan *uji Paired Sample T-Test* menunjukkan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar  $0.001 < 0.05$ , yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest. Nilai rata-rata *pretest* sebesar 42.75 dan *posttest* sebesar

50.50 menunjukkan adanya peningkatan kemampuan katarsis emosi setelah mengikuti sesi *art therapy*. Hasil ini menunjukkan bahwa *art therapy* memiliki pengaruh terhadap peningkatan katarsis emosi pada remaja di panti asuhan. *Art therapy* memberikan ruang bagi individu untuk mengekspresikan emosi melalui media visual, yang sering kali lebih mudah diakses dibandingkan verbal, terutama bagi remaja yang mengalami kesulitan dalam mengungkapkan perasaannya secara langsung.

### 6.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan ada beberapa saran dari peneliti yakni :

1. Bagi pihak panti asuhan disarankan untuk mempertimbangkan penambahan jumlah pengasuh, supaya setiap anak bisa lebih diperhatikan baik dari segi kebutuhan fisik maupun emosional. Dengan jumlah pengasuh yang cukup, para remaja bisa merasa lebih didampingi dan didengar, yang tentunya akan berdampak positif pada perkembangan emosional mereka.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Bagi remaja panti asuhan yang sudah mengikuti *art therapy*, disarankan untuk terus melanjutkan kebiasaan mengekspresikan emosi melalui media seni atau aktivitas lain yang mereka sukai. Mereka bisa tetap menggambar, menulis, atau melakukan kegiatan kreatif lainnya sebagai cara untuk mengenali dan melepaskan perasaan yang muncul.
3. Penelitian ini masih memiliki keterbatasan pada jumlah subjek yang terbatas. Oleh karena itu, disarankan untuk penelitian selanjutnya mendapatkan jumlah sampel yang lebih besar dan menggunakan desain eksperimen yang lebih kompleks untuk memperkuat hasil. Selain itu, eksplorasi bentuk *art therapy* lainnya.





## DAFTAR PUSTAKA

- Aarts, P., & Bakker, F. 2016. *Penggunaan art therapy dalam kesehatan mental anak dan remaja: Sebuah tinjauan literatur*. The Arts in Psychotherapy.
- Amalia, D., & Indriyani, D. 2020. *Art therapy sebagai media ekspresi emosi bagi remaja: Penerapan terapi gambar pada remaja di panti asuhan*. Jurnal Psikologi Klinis, 13(2), 98-107.
- American Art Therapy Association. (2013). *What is Art Therapy?* American Art Therapy Association.
- Ardi, R., & Setiawan, R. 2021. *Katarsis emosi sebagai strategi pengelolaan stres pada remaja*. Jurnal Psikologi Insight, 3(2), 112–120
- Arikunto, P. D. S. 2020. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta. Azwar, S. 2012. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Buchalter, S. 2020. *Art therapy techniques*. Amerika: PESI Publishing &Media.
- Corey. 2005. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Curry, N. A., & Kasser, T. 2005. Can coloring mandalas reduce anxiety? *Journal of Art Therapy*, 22(2), 81–85.
- Davis, J. 2013. *Pengaruh terapi seni pada pengelolaan emosi remaja di panti asuhan*. Jurnal Terapi Seni, 19(3), 120-134.
- Fairuz, F. & Satriadi, S. 2024. *Efektivitas Art Therapy Menggambar untuk Menurunkan Kecemasan pada Remaja di Panti Asuhan*. Jurnal Psikologi Remaja Indonesia, 8(1), 55-65.
- Fitriyanti, E., Folastris, S., . 2020. *Penggunaan art therapy sebagai media ekspresi emosi*. Psychocentrum Review, 2(1), 48–55.
- Freud, S. 2004. *Pengantar Umum Psikoanalisis*. Pustaka Pelajar. Hartono. 2012. *Psikologi Konseling*. Surabaya: Kencana Prenada Group.
- Haryanto, S. 2019. *Terapi seni untuk pengelolaan stres dan emosi pada remaja di panti asuhan*. Jurnal Psikologi Kesejahteraan, 12(2), 85-92.
- Hirawan, A., & Kageyama, M. 2017. *Art therapy dan regulasi emosi pada remaja: Pendekatan studi kasus*. *Journal of Art Therapy*, 12(1), 12- 20.
- Hude, M. Darwis. 2016. *Emosi: Penjelajahan Religio-Psikologis tentang Emosi Manusia di dalam Alquran*. Jakarta: Erlangga.
- Indriani, R. 2017. *Art Therapy: Metode Pengungkapan Diri dan Peningkatan Kesehatan Mental*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Jahja, Yudrik. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Prenadamedia Group.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Kartini, T., & Pramudito, E. 2016. *Penggunaan art therapy dalam membantu remaja mengungkapkan perasaan: Sebuah tinjauan literatur*. Psikologi Klinis, 15(3), 142-150.
- Landgarten, H. B. 2014. *Clinical Art Therapy: A Comprehensive Guide*. London: Routledge.
- Malchiodi, C.A. 2007. *The Art Therapy Sourcebook*. New York : McGraw-Hill.
- Mulyadi, S., & Yuniarti, K.W. 2015. *Terapi seni sebagai media katarsis emosi pada anak korban kekerasan*. Jurnal Psikologi Klinis dan kesehatan mental. 4(2), 101-108.
- Pennebaker, J. W. 2004. *Writing to heal: A guided journal for recovering from trauma and emotional upheaval*. New Harbinger Publications.
- Puspitasari, N., & Sari, Y. 2017. *Mengungkapkan emosi melalui seni: Dampak art therapy pada remaja di panti asuhan*. Jurnal Psikologi Remaja, 15(4), 112-123.
- Reynolds, F., & Lim, S. 2015. *Dampak gambar terhadap regulasi emosional pada remaja di panti asuhan*. Journal of Child and Adolescent Psychotherapy, 31(3), 303-317.
- Robert L. Gibson & Marianne H. Mitchell. 2011. *Bimbingan Dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Santoso, B. 2019. *Terapi Seni Rupa untuk Kesehatan Mental*. Surabaya: Penerbit Bintang Media.
- Santrock, J. W. 2003. *Psikologi perkembangan: Perkembangan remaja*. Erlangga.
- Sapolsky, R. M. 2004. *Why zebras don't get ulcers: The acclaimed guide to stress, stress-related diseases, and coping*. W. H. Freeman and Company.
- Scheier, M., & Carver, C. 2015. *Dasar Metodologi Penelitian. Literasi Media Publishing*.
- Subiyanto, S., & Pratiwi, Y. 2018. *Pengaruh terapi seni terhadap perkembangan emosi pada remaja: Studi kasus di panti asuhan*. Jurnal Terapi Psikologis, 14(2), 112-120.
- Sugiyono, P. D. 2022. *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif*. Bandung : Alfabeta.
- Sulistiyani, W. 2020. *Art therapy untuk menstimulasi pengungkapan emosi remaja di panti asuhan: Studi kasus terapi gambar*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Kesejahteraan, 16(2), 67-78.
- Supriyanto, A. 2017. *Seni Terapi: Pengantar dan Aplikasi*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Suryani, L. 2016. *Art Therapy for Children: A Guide for Parents and Educators*. Jakarta: Penerbit Buku Kompas.
- Vionalita, G. 2019. Kerangka Konsep dan Definisi Operasional. *Journal*, hal 8–12.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Wahyuningsih, S. 2017. *Teori katarsis dan perubahan sosial*. Jurnal Komunikasi, 11(1), 39-52.

Widodo, S., & Riani, A. 2019. *Terapi seni melalui gambar untuk pengelolaan emosi remaja di panti asuhan*. Jurnal Psikologi dan Konseling, 18(3), 101-113.

Withrow, R. L. 2004. *The use of color in art therapy*. *The Journal of Humanistic Counseling, Education and Development*, 43(1), 33–40.

Wulandari, D. 2018. Psikologi Anak: Teori dan Praktik. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar.

Yusuf Al-Qaradawi. 1998. *Seni dalam Islam*. Bandung : Pustaka Hidayah.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN

UIN SUSKA RIAU



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Lampiran 1 Angket Penelitian**

**Angket Penelitian Pengaruh Art Therapy Terhadap Katarsis Emosi Pada Remaja Di Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu**

**A. Identitas Responden**

Nama/ Inisial :

Umur :

Jenis kelamin :

**B. Petunjuk Pengisian**

- 1) Angket ini bersifat anonim. Jawaban Anda akan dirahasiakan.
- 2) Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan perasaan Anda.
- 3) Berikan tanda (✓) pada kolom yang sesuai.
- 4) Keterangan Tanggapan
  - a. SS = Sangat Setuju
  - b. S = Setuju
  - c. KS = Kurang Setuju
  - d. TS = Tidak Setuju
  - e. STS = Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	Tanggapan				
		S	SS	KS	TS	STS
<b>A.</b>	<b>Instrumen Art Therapy</b>					
1.	Saya merasa antusias untuk mengikuti art therapy					
2.	Saya tertarik untuk mengikuti kegiatan art therapy					
3.	Saya merasa lebih nyaman mengekspresikan diri melalui art therapy					
4.	Saya merasa semangat saat akan memulai sesi art therapy					
5.	Saya merasa art therapy adalah kegiatan yang membosankan					
6.	Art therapy membantu saya mengungkapkan perasaan saya					
7.	Saya dapat mengekspresikan perasaan saya melalui art therapy					
8.	Saya merasa bingung bagaimana perasaan saya					
9.	Saya tidak tahu hubungan art therapy dengan perasaan saya					



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

10.	Saya merasa bebas mengekspresikan emosi saya melalui art therapy					
11.	Saya dapat menuangkan ide dan perasaan saya melalui art therapy					
12.	Saya merasa tidak bebas mengekspresikan perasaan saya melalui art therapy					
13.	Saya merasa sulit untuk mengekspresikan perasaan saya dengan art therapy					
14.	Saya merasa lebih lega setelah menyalurkan perasaan saya melalui art therapy					
15.	Saya dapat menjelaskan makna dari art therapy yang saya buat					
16.	Saya merasa art therapy membantu saya memahami perasaan saya sendiri					
17.	Art therapy membuat saya lebih tenang					
18.	Saya menikmati setiap sesi dalam art therapy					
19.	Saya merasa tidak nyaman dalam sesi art therapy					
20.	Saya merasa tidak terbantu dengan art therapy					
<b>B. Instrumen Katarsis Emosi</b>						
21.	Saya dapat mengenali emosi yang sedang saya rasakan					
22.	Saya menyadari emosi yang sedang saya rasakan					
23.	Saya sering tidak mengetahui apa yang sedang saya rasakan					
24.	Saya merasa emosi saya selalu terpendam dan sulit untuk dikeluarkan					
25.	Saya merasa tidak nyaman membicarakan perasaan saya kepada teman atau pengasuh					
26.	Saya merasa malu jika harus					

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	mengekspresikan emosi saya					
27.	Saya sering menahan perasaan saya agar tidak terlihat lemah					
28.	Saya merasa lebih suka mengungkapkan perasaan saya melalui art therapy					
29.	Saya merasa tenang setelah mengeluarkan perasaan saya					
30.	Saya sering tidak tahu apa yang sebenarnya saya rasakan					
31.	Saya merasa art therapy menggambarkan perasaan saya					
32.	Saya bisa mengungkapkan emosi saya melalui art therapy					
33.	Saya merasa suasana hati saya membaik setelah mengikuti art therapy					
34.	Art therapy membantu saya menggambarkan emosi saya					
35.	Saya merasa lebih tenang setelah mengikuti art therapy					
36.	Saya merasa nyaman mengungkapkan perasaan saya dengan teman atau pengasuh					
37.	Saya lebih nyaman mengekspresikan emosi saya dengan seni dibandingkan berbicara langsung					
38.	Art therapy membantu saya mengungkapkan emosi yang sulit diucapkan					
39.	Saya merasa orang lain dapat memahami perasaan saya melalui art therapy					
40.	Saya merasa kurang terampil dalam art therapy, sehingga sulit untuk mengekspresikan perasaan saya					





## Correlations

No Item	R Hitung	R Tabel	Kesimpulan
1	0.528	0,4438	Valid
2	0.699	0,4438	Valid
3	0.733	0,4438	Valid
4	0.666	0,4438	Valid
5	0.534	0,4438	Valid
6	0.469	0,4438	Valid
7	0.548	0,4438	Valid
8	0.448	0,4438	Valid
9	0.475	0,4438	Valid
10	0.558	0,4438	Valid
11	0.68	0,4438	Valid
12	0.489	0,4438	Valid
13	0.451	0,4438	Valid
14	0.455	0,4438	Valid
15	0.506	0,4438	Valid
16	0.749	0,4438	Valid
17	0.497	0,4438	Valid
18	0.516	0,4438	Valid
19	0.5	0,4438	Valid
20	0.545	0,4438	Valid

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

University of Sultan S

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).  
 \*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

**Correlations**

No Item	R Hitung	R Tabel	Kesimpulan
1	0.53	0,4438	Valid
2	0.657	0,4438	Valid
3	0.603	0,4438	Valid
4	0.46	0,4438	Valid
5	0.625	0,4438	Valid
6	0.460	0,4438	Valid
7	0.504	0,4438	Valid
8	0.553	0,4438	Valid
9	0.55	0,4438	Valid
10	0.623	0,4438	Valid
11	0.54	0,4438	Valid
12	0.587	0,4438	Valid
13	0.440	0,4438	Valid
14	0.59	0,4438	Valid
15	0.768	0,4438	Valid
16	0.445	0,4438	Valid
17	0.537	0,4438	Valid
18	0.577	0,4438	Valid
19	0.5	0,4438	Valid
20	0.623	0,4438	Valid

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### Lampiran 4 Uji Reliabilitas Variabel x dan y

#### Realibitas Variabel x

##### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	20	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	20	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.878	20

#### Reliabilitas Variabel y

##### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	20	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	20	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.879	20

## Lampiran 5 Uji Normalitas

### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pretestt	.278	4	.	.878	4	.332
posttestt	.274	4	.	.831	4	.171

a. Lilliefors Significance Correction

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





## Lampiran 6 Uji Paired Sample t-Test

### Paired Samples Test

		Paired Differences							
				Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference				
		Mean	Std. Deviation	Mean	Lower	Upper	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	pretest - posttest	-7.750	.957	.479	-9.273	-6.227	-16.189	3	<.001

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



# Lampiran 7 Tabulasi Data

## Variabel x

No	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X Total
1	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57
2	4	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	4	60
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2	3	2	4	56
4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	58
5	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	56
6	2	3	3	3	2	2	3	2	2	1	3	4	2	2	3	2	2	3	3	2	48
7	4	3	3	3	4	4	3	2	2	4	2	4	3	3	2	1	3	2	3	1	56
8	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	59
9	3	3	3	3	4	4	4	4	5	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	69
10	4	3	4	3	3	3	3	3	3	5	3	3	2	2	2	3	3	3	3	4	62
11	1	3	3	3	1	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	4	3	3	48
12	1	2	3	2	4	2	3	3	5	3	1	1	3	3	1	3	1	3	3	1	48
13	2	1	2	3	2	3	2	1	5	4	2	1	3	3	3	2	3	2	1	2	47
14	4	2	1	5	4	3	4	2	1	5	4	4	4	2	1	3	1	3	2	3	58
15	3	4	5	4	3	2	3	4	2	4	5	5	3	2	2	3	3	3	1	2	63
16	3	3	4	4	2	3	1	3	3	3	3	2	5	3	3	3	2	3	4	3	60
17	3	2	3	3	4	2	3	2	4	4	4	4	2	5	2	4	4	3	3	4	65
18	5	2	3	2	3	4	3	2	3	2	2	1	2	3	5	1	2	1	2	2	49
19	1	1	2	1	2	2	2	4	2	1	2	3	3	2	5	5	3	1	4	4	50
20	3	1	4	1	1	2	1	1	1	2	5	2	1	5	5	5	5	2	3	5	52

## Variabel y

No	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Ytotal
1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	55
2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	62
3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	2	3	2	3	2	2	55
4	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	4	4	2	2	3	2	3	3	4	3	61
5	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	2	3	4	2	2	3	2	3	3	2	59
6	4	4	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	3	4	2	3	61
7	1	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	4	3	3	4	64
8	2	3	4	3	2	4	3	2	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	4	3	62
9	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	2	4	4	3	3	3	4	3	4	71
10	3	4	3	3	4	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	62
11	2	4	1	1	3	2	3	2	3	3	4	3	3	1	2	3	1	2	2	3	48
12	3	3	2	2	3	3	1	2	2	3	2	2	3	2	3	4	3	3	3	4	53
13	2	2	2	4	2	2	3	2	3	1	3	3	4	2	2	3	2	2	3	2	49
14	1	1	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	57
15	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	2	3	3	2	4	69
16	4	3	4	3	3	2	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	2	2	3	3	64
17	4	4	3	2	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	66
18	1	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	3	3	1	2	39
19	4	3	1	2	2	4	3	3	4	1	4	2	3	4	2	2	2	2	2	1	51
20	1	1	3	2	1	1	3	3	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	35




## Lampiran 8 Surat izin penelitian

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**  
 Jin. H.R. Soebrantas KM. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tuah Madani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004  
 Telepon (0761) 562051; Faksimili (0761) 562052  
 Web: <https://fdk.uin-suska.ac.id>, E-mail: [fdk@uin-suska.ac.id](mailto:fdk@uin-suska.ac.id)

UIN SUSKA RIAU

Pekanbaru, 29 April 2025

Nomor : B-1230/Un.04/F.IV/PP.00.9/04/2025  
 Sifat : Biasa  
 Lampiran : 1 (satu) Exp  
 Hal : Mengadakan Penelitian.

Kepada Yth,  
**PANTI ASUHAN BUDI MULYA ROKAN HULU**  
 Di  
 Tempat

**Assalamu'alaikum wr. wb.**


Dengan hormat,

Kami sampaikan bahwa datang menghadap bapak, mahasiswa kami:

N a m a	: AFIFAH PUTRI RAMADHANI
N I M	: 12140223877
Semester	: VIII (Delapan)
Jurusan	: Bimbingan Konseling Islam
Pekerjaan	: Mahasiswa Fak. Dakwah dan Komunikasi UIN Suska Riau

Akan mengadakan penelitian dalam rangka penulisan Skripsi tingkat Sarjana (S1) pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan judul:  
**"Pengaruh Art Therapy Terhadap Katarsis Emosi Pada Remaja Di Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu".**

Adapun Sumber Data Penelitian Adalah :  
**"Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu"**  
 Untuk maksud tersebut kami mohon Bapak berkenan memberikan petunjuk-petunjuk dan rekomendasi terhadap pelaksanaan penelitian tersebut.  
 Demikianlah kami sampaikan dan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.



**Wassalam**  
 Dekan  
 Prof. Dr. Imron Rosidi, S.Pd., M.A  
 NIP. 19811118 200901 1 006

Tembusan:

1. Mahasiswa yang bersangkutan

UIN SUSKA RIAU



## Lampiran 9 Dokumentasi



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## RIWAYAT HIDUP

**Afifah Putri Ramadhani**, lahir pada tanggal 12 November 2003 di Sibuhuan Julu, Kabupaten Padang Lawas, Provinsi Sumatera Utara. Anak ketiga dari tiga bersaudara, merupakan putri satu-satunya dari pasangan bapak H. Safrin Saidi Lumban Tobing, SH dan Ibuk HJ Dra. Leli Yanti Harahap. Masa kecil penulis dihabiskan di Pasir Pangaraian, Rokan Hulu. Pendidikan formal yang penulis tempuh dimulai dari Taman Kanak-Kanak Aisyah Bustanul Athfal, kemudian dilanjutkan dengan bersekolah di SDN 002 Rambah. Setelah menempuh pendidikan SD, penulis melanjutkan pendidikannya ke MTsN 003 Rokan hulu. Setelah lulus dari MTsN 003 Rokan Hulu, penulis melanjutkan pendidikannya ke SMAN 2 Rambah Hilir. Kemudian penulis melanjutkan pendidikannya ke perguruan tinggi di Riau, diterima di jurusan Bimbingan Konseling Islam, fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim melalui jalur mandiri.

Selama masa perkuliahan penulis di tahun 2024, penulis melaksanakan program Kerja Kuliah Nyata (KKN) di desa Sintong Bakti, Kecamatan Tanah Putih, Kabupaten Rokan Hilir, Provinsi Riau. Penulis menghabiskan masa pengabdian di desa Sintong Bakti selama kurang lebih 40 hari. Di tahun yang sama penulis juga telah melaksanakan Praktek Kerja Lapangan (PKL) di Perwakilan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) Provinsi Riau. Penulis menghabiskan masa PKL selama kurang lebih 60 hari. Kemudian penulis berhasil menyelesaikan skripsinya dengan judul “Pengaruh Art Therapy Terhadap Katarsis Emosi Pada Remaja Di Panti Asuhan Budi Mulya Rokan Hulu.” Penulis dinyatakan lulus dan memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada tanggal Mei 2025.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.