

**UPAYA PENANGANAN TRAUMA PADA ANAK MELALUI *ART
THERAPY* PASCA BANJIR BANDANG DI BALAI GADANG**

SKRIPSI

Dianjukan kepada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi sebagai salah satu

Syarat dalam memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S. Sos) pada

Program Studi Bimbingan Konseling Islam



Oleh:

Amelia Fahmi

2212020075

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
IMAM BONJOL PADANG
1447 H/ 2026 M**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Amelia Fahmi

Nim : 2212020075

TTL : Sawahlunto Sijunjung/ 16 Juni 2003

Prodi : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Upaya Penanganan Trauma pada Anak melalui *Art Therapy* Pasca Banjir Bandang di Balai Gadang**” adalah asli, apabila ditemukan hari ini terbukti skripsi ini adalah hasil plagiat, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan keabsahan skripsi saya ini.

Demikian surat ini dibuat dengan sebenarnya untuk dipergunakan seperlunya.

Padang, 10 Juni 2026

Saya yang menyatakan



Amelia Fahmi

2212020075

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini dengan judul “**Upaya Penanganan Trauma pada Anak melalui *Art Therapy* Pasca Banjir Bandang di Balai Gadang**” disusun oleh **Amelia Fahmi**, NIM. **2212020075**. Program Studi Bimbingan Konseling Islam. Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang, bahwa skripsi yang bersangkutan telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk diajukan ke sidang munaqasyah.

Padang, 9 Juli 2026

Pembimbing I



Dr. Nurfarida Deliani, M. Pd
NIP. 196603241993032003

Pembimbing II



Hummairah Hutagaol, M. Kes
NIP. 1986011192019032004

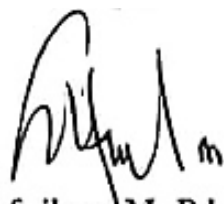
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi dengan judul “Upaya Penanganan Trauma pada Anak melalui *Art Therapy* Pasca Banjir Bandang di Balai Gadang” disusun oleh **Amelia Fahmi** NIM. 2212020075 telah diuji dalam sidang Munaqasyah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, pada hari Selasa, 14 Juli 2026 dan dinyatakan telah diterima sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana Program Strata Satu (S-1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam.

Padang, 14 Juli 2026

Tim Penguji
Ketua


Dr. Nurfarida Zulfahriani, M. Pd
NIP. 196603241993032003


Dr. Afnibar, M. Pd, Kons
NIP. 196303261992032002

Penguji II

Drs. Zakirman, M.Ag
NIP. 196505111998031002

Penguji III

Dr. Nurfarida Zulfahriani, M. Pd
NIP. 196603241993032003

Penguji IV

Hummanra Hutagaol, M. Kes
NIP. 1986011192019032004

Mengesahkan
Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi
UIN Imam Bonjol Padang


Dr. Murrish, S.Ag, M.Pd
NIP. 197212312007101010

ABSTRAK

Skripsi ini berjudul “Upaya Penanganan Trauma pada Anak melalui *Art Therapy* Pasca Banjir Bandang di Balai Gadang” Skripsi ini ditulis oleh **Amelia Fahmi** NIM 2212020075 pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang Tahun 2026.

Banjir bandang yang melanda Kelurahan Balai Gadang menimbulkan dampak psikologis yang serius bagi semua orang terutama anak-anak berupa: ketakutan ketika turun hujan lebat, angin kencang, kecemasan ketika melihat genangan air, serta gangguan tidur. Salah satu upaya penanganan yang diberikan oleh terapis kepada anak-anak korban bencana yakni melalui *art therapy* melalui proses kreatif seni yang memberikan ruang bagi anak untuk mengekspresikan perasaan dan pengalaman emosionalnya secara non-verbal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui upaya penanganan trauma pada anak melalui *art therapy* yang ditinjau dari lima tahapan, yaitu tahap kontak (*contact*), tahap organisasi (*organization*), tahap pengungkapan tema (*central theme*) dan tahap kelestarian (*preservation*) pasca banjir bandang di Balai Gadang.

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan dengan metode kualitatif yang bersifat deskriptif, dilaksanakan di Balai Gadang. Informan penelitian terdiri dari terapis dan peserta, dipilih melalui teknik *purposive sampling* sehingga dipilih dua orang terapis dan lima orang peserta. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) tahap kontak (*contact*), terapis berhasil membangun rasa aman dan nyaman sehingga anak siap mengikuti kegiatan *art therapy*. (2) Tahap organisasi (*organization*), tahap ini terlaksana secara terstruktur melalui pendampingan terapis dan penyediaan media yang kondusif. (3) Tahap proses melukis (*improvisation*), memberikan kebebasan berkespresi pada anak melalui media gambar. (4) Tahap pengungkapan tema (*central theme*), membantu anak menghubungkan karya dengan pengalaman emosional melalui pertanyaan terbuka tanpa tekanan, meskipun terapis tidak menggali lebih dalam perasaan anak. (5) Tahap kelestarian (*preservation*), belum adanya proses pemaknaan oleh terapis berisiko membuat trauma yang belum terentaskan tidak terdeteksi dan tidak tertangani secara tuntas. Oleh karena itu, apabila trauma pada anak belum terselesaikan setelah seluruh rangkaian *art therapy* dijalankan maka perlu dialih tangan kasus kepada konselor.

Kata kunci: Penanganan Trauma, Anak, *Art Therapy*, Banjir Bandang.

HALAMAN MOTTO

“ Allah tidak mengatakan hidup ini mudah. Tetapi Allah berjanji, bahwa
sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

Q.S. Al-Insyirah 5-6

”Hidup ini bukan saling mendahului, bermimpilah sendiri-sendiri. Tak ada yang
tahu kapan kau mencapai tuju dan percayalah bukan urusanmu untuk menjawab
itu”

Besok Mungkin Kita Sampai – Hindia

”Orang bisa kenapa saya tidak bisa?”

Penulis

”Perang telah usai, aku bisa pulang. Kubaringkan panah dan berteriak
MENANG!!”

Diakhir Perang – Nadin Amizah

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah segala puji dan syukur bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, dan serta memberikan Hidayah-Nya kepada penulis beserta keluarga dan saudara lainnya sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Tiada lembar skripsi yang paling indah dalam laporan skripsi ini kecuali lembar persembahan, Bismillahirrahmanirrahim skripsi ini penulis persembahkan untuk :

1. Cinta pertamaku, ayahku tercinta, Bustazul Fahmi, sosok pahlawan sekaligus panutan bagi penulis. Ayah selalu menjadi tempat pertama bagi penulis untuk bertanya dan mencari solusi dalam berbagai hal. Menjadi garda terdepan dalam setiap masalah, mulai dari motor yang rusak hingga gas kos yang tidak terpasang, selalu ada bantuan dan solusi dari ayah. Meskipun berjauhan, cinta dan perhatian ayah tetap penulis rasakan. Segala pengorbanan, doa, menjaga penulis dan kasih sayang ayah menjadi kekuatan bagi penulis untuk terus melangkah. Jika hari ini penulis mampu sampai sejauh ini, semua itu tidak terlepas dari dukungan, perjuangan, dan cinta ayah yang senantiasa menyertai setiap langkah penulis.
2. Tempat pulang yang paling teduh, Ibuku tercinta Ismalarita, terima kasih telah menjadi sosok yang selalu mengusahakan apa pun yang penulis butuhkan, memahami setiap keadaan dan selalu ada sebagai tempat cerita paling aman dan nyaman. Meskipun berjauhan, cinta dan perhatian ayah tetap penulis rasakan. Ibu selalu punya cara agar penulis merasa cukup, tenang, dan bahagia. Jika dunia terasa begitu melelahkan, Ibu selalu menjadi alasan penulis tahu ke mana harus pulang.
3. Kepada adikku tersayang, Muhammad Arga Fahmi terima kasih telah hadir dan menjadi bagian dari cerita hidup penulis. Di balik segala canda dan perbedaan kecil di antara kita, penulis menyimpan doa yang besar untukmu. Penulis berharap kamu dapat tumbuh menjadi seseorang yang jauh lebih hebat, meraih kesuksesan yang lebih tinggi, dan memiliki kehidupan yang lebih baik dari apa yang telah penulis capai. Jika suatu hari nanti kamu

berhasil melampaui penulis, ketahuilah bahwa tidak ada rasa kalah di sana, hanya ada rasa bangga karena pernah menjadi kakakmu.

4. Kesayanganku Nenek Hj. Nizar dan Kakek Ali, Terima kasih atas cinta yang besar yang selalu diberikan kepada penulis. Selalu excited setiap hal yang penulis capai, serta setiap dukungan yang selalu diberikan kepada penulis. Dengan demikian penulis tidak merasakan kekurangan apapun dalam segala hal.
5. Kepada keluarga besar H. Syarif dan Rahimi yang selalu membersamai dan mendukung penulis dalam keadaan apapun. Dukungan yang selalu mengalir, perhatian yang selalu diberikan, do'a yang tidak pernah terputus serta silaturahmi yang terjaga sehingga menjadi kekuatan bagi penulis
6. Terakhir, kepada diri sendiri, Amelia Fahmi yang sudah berupaya mengusahakan terbaik dalam setiap langkah yang dijalani, menyelesaikan tanggung jawab meskipun kadangkala realita tidak sesuai dengan ekspektasi. Setiap langkah yang berat tetap dijalani akhirnya terasa ringan. Semua ini awal yang baik untuk masa yang akan datang.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, karena telah memberikan penulis kesempatan untuk menempuh masa studi ini dan hanya dengan limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-nya, setelah melewati proses perkuliahan yang panjang, selangkah demi selangkah penulis jalani sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul **“Upaya Penanganan Trauma pada Anak melalui *Art Therapy* Pasca Banjir Bandang di Balai Gadang”** sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang. Shalawat beserta salam semoga tercurahkan kepada Rasulullah SAW, yang membawa ajaran agama yang sempurna serta suri tauladan yang baik bagi umat islam sedunia.

Penyusunan skripsi ini tentu tidak terlepas dari dukungan, doa, bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada:

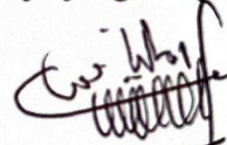
1. Rektor dan Wakil Rektor beserta jajarannya Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang.
2. Dekan dan Wakil Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang.
3. Ketua Prodi Studi Bimbingan Konseling Islam dan Sekretaris Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi.
4. Ibu Dr. Nurfarida Deliani, M.Pd selaku pembimbing I dan Ibu Hummairah Hutagaol M.Kes selaku pembimbing II yang telah sedia meluangkan waktu membimbing, memotivasi dan mengarahkan penulis dengan penuh kesabaran, keiklasan dan rasa tanggung jawab sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

5. Bapak dan Ibu Dosen yang mengajar dan mengampu perkuliahan di prodi Bimbingan Konseling Islam yang telah mengajar penulis dari awal perkuliahan hingga dengan tahap penyelesaian skripsi ini dengan berbagai ilmu pengetahuan.
6. Pimpinan dan seluruh karyawan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi dan Perpustakaan Pusat Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang yang telah memberikan bantuan berupa buku-buku yang penulis butuhkan terkait penelitian ini
7. Kepada Dangau Studio atas izin dan bantuan dalam proses pengumpulan data, dan memfasilitasi selama penelitian berlangsung. Selanjutnya kepada seluruh informan yang telah meluangkan waktu, berbagi pengalaman, dan memberikan informasi sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu.
8. Kepada Anisah Putri, Muhammad Fauzi Idris, Afifah Dira Izmi, Nadya Stevannie Arifin, terima kasih atas segala bantuan, perhatian, dan dukungan yang diberikan. Terima kasih telah menemani penulis dalam berbagai situasi serta tempat berbagi disaat penulis mulai goyah dan ingin menyerah.
9. Kepada Wanda Wulan Dari, Zikra Raudhatul Putri, M. Fadlan Arrofiqi, Febri Zaldi, Ikram Hidayat dan Miftahul Rahman yang telah membersamai penulis dari awal perkuliahan hingga menyelesaikan tugas akhir. Terima kasih atas dukungan serta segala waktu yang telah diberikan kepada penulis.
10. Kepada Afni Despita dan Shella Asria Safitri, Terima Kasih telah membersamai penulis dari MAS Diniyyah Al-Azhar, meskipun berjauhan dan jarang berjumpa terima kasih setiap masukan, dukungan dan perhatian yang selalu diberikan kepada penulis.
11. Kepada Shofiya Rizki Aulia dan Mutia Casadilla yang telah membersamai penulis dari SMP, terima kasih atas support dan dukungan yang selalu penulis dapatkan serta afirmasi agar penulis selalu percaya diri dalam setiap langkah yang penulis hadapi.

12. Kepada Nisa Mariana dan Wilda febriyanti yang telah membersamai penulis dari SD, terima kasih telah meluangkan waktu untuk bercerita serta dukungan yang selalu diberikan kepada penulis.
13. Kepada Suha Afifah Zuhudiyah dan Desrika Firti Yanti terima kasih telah membersamai menulis walaupun tidak dari awal perkuliahan, akan tetapi dukungan dan bantuan yang tidak kalah banyak yang penulis dapatkan.
14. Teman-teman angkatan 2022 prodi Bimbingan Konseling Islam, HMP BKI 2024/2025, ILMADIKA, IMDHA yang telah melewati suka dan duka bersama-sama selama ini serta telah memberikan dorongan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Karya ini penulis persembahkan sebagai bentuk tanggung jawab akademik dan ungkapan syukur atas setiap proses yang telah dilalui. Semoga tulisan ini bermanfaat, menjadi amal jariyah di sisi Allah SWT, dan senantiasa mendapat bimbingan serta ridha Nya.

Padang, 10 Juni 2026
Saya yang menyatakan,



Amelia Fahmi
NIM. 2212020075

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
PENGESAHAN TIM PENGUJI	iii
ABSTRAK	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan dan Batasan Masalah.....	9
1. Rumusan Masalah	9
2. Batasan Masalah.....	10
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	10
D. Defenisi Operasional	12
E. Sistematika Penulisan.....	14
BAB II LANDASAN TEORI	15
A. Penanganan Trauma	15
1. Pengertian Penanganan Trauma	15
2. Bentuk-Bentuk Penanganan Trauma.....	18
3. Tujuan Penanganan Trauma	21
B. <i>Art Therapy</i>	22
1. Pengertian <i>Art Therapy</i>	22
2. Pendekatan dalam <i>Art Therapy</i>	26
3. Manfaat <i>Art Therapy</i>	30
4. Peran Simbol, Imajinasi, dan Narasi	31
5. Tahapan Pelaksanaan <i>Art Therapy</i>	32
C. Penelitian Relevan.....	46

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	49
A. Metode dan Jenis Penelitian.....	49
B. Lokasi Penelitian	50
C. Informan Penelitian	50
D. Teknik Pengumpulan Data	51
E. Teknik Analisis Data	53
BAB IV HASIL PENELITIAN	55
A. Deskripsi Data Informan	55
B. Temuan Penelitian	57
C. Analisis Temuan Penelitian	113
D. Implikasi Hasil Terhadap Bimbingan Konseling Islam	126
BAB V PENUTUP.....	148
A. Kesimpulan.....	148
B. Saran Penelitian.....	150
DAFTAR PUSTAKA.....	152
LAMPIRAN.....	155

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Dokumentasi Hasil Karya Anak	156
Lampiran 2 : Surat Tugas Seminar Proposal.....	156
Lampiran 3 : Berita Acara Seminar Proposal.....	158
Lampiran 4 : SK Pembimbing	159
Lampiran 5 : Pedoman Wawancara.....	160
Lampiran 6 : Pedoman Obsrvasi	162
Lampiran 7 : Surat Izin Penelitian dari Kampus.....	163
Lampiran 8 : Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	165
Lampiran 9 : Bukti Konsultasi	166
Lampiran 10 : Biodata Penulis.....	167