

**UPAYA RELAWAN DENGAN TEKNIK *RELIGIOUS COPING* DALAM
MENANGANI STRES REMAJA KORBAN PASCABENCANA BANJIR
DI LUBUK MINTURUN KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Sebagai Satu Syarat
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) Pada Program Studi
Bimbingan Konseling Islam*



Tiara Dinda Surti

2212020018

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
IMAM BONJOL PADANG
1448 H/ 2026 M**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tiara Dinda Surti
Nim : 2212020018
TTL : Duri/ 03 Oktober 2003
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Upaya Relawan Dengan Teknik *Religious Coping* Dalam Menangani Stres Remaja Korban Pascabencana Banjir di Lubuk Minturun Kota Padang”** 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, 3 September 2026

Saya yang menyatakan



Tiara Dinda Surti

2212020018

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini dengan judul “**Upaya Relawan Dengan Teknik *Religious Coping* Dalam Menangani Stres Remaja Korban Pascabencana Banjir Di Lubuk Minturun Kota Padang**” disusun oleh **Tiara Dinda Surti**, NIM. **2212020018**. 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, 3 September 2026

Pembimbing I



Dr. Nurfarida Deliani, M.Pd
NIP. 196603241993032003

Pembimbing II



Hummaira Hutagaol, M.Kes
NIP. 1986011192019032004

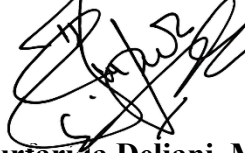
PERSETUJUAN TIM PENGUJI

Skripsi dengan judul: “Upaya Relawan Dengan Teknik *Religious Coping* Dalam Menangani Stres Remaja Korban Pascabencana Banjir Di Lubuk Minturun Kota Padang”. Disusun oleh **Tiara Dinda Surti**, NIM **2212020018**, telah diuji dalam Sidang Munaqasyah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, pada hari Kamis, 17 September 2026, dan dinyatakan telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Program Strata Satu (S-1) Program Studi Bimbingan Konseling Islam.

Padang, 21 September 2026

Tim Penguji

Ketua



Dr. Nurfarida Deliani, M.Pd

NIP: 196603241993032003

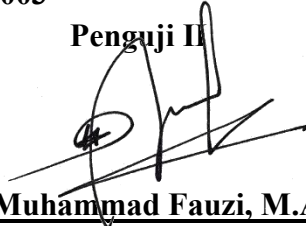
Penguji I



Dr. Murisal, S.Ag, M.Pd.

NIP: 197212312007101010

Penguji II



Dr. Muhammad Fauzi, M.Ag

NIP: 198002212009011007

Penguji III



Dr. Nurfarida Deliani, M.Pd

NIP: 196603241993032003

Penguji IV



Hummaira Hutagaol, M.Kes

NIP: 198601192019032004

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi

UIN Imam Bonjol Padang



Dr. Murisal, S.Ag, M.Pd

NIP: 197212312007101010

ABSTRAK

Skripsi ini berjudul “Upaya Relawan Dengan Teknik *Religious Coping* Dalam Menangani Stres Remaja Korban Pascabencana Banjir di Lubuk Minturun, Kota Padang”. Skripsi ini ditulis oleh Tiara Dinda Surti NIM 2212020018 pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang Tahun 2026.

Religious coping merupakan upaya individu melalui pendekatan keagamaan dalam menghadapi tekanan dan permasalahan yang dialami. Fenomena di Lubuk Minturun Kota Padang menunjukkan bahwa sebagian remaja korban pascabencana banjir mengalami permasalahan stres, seperti rasa takut, kecemasan, kesedihan, kekhawatiran terhadap terjadinya banjir kembali, serta kesulitan menerima kondisi setelah bencana. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis upaya relawan dengan teknik *religious coping* dalam menangani stres remaja korban pascabencana banjir di Lubuk Minturun Kota Padang.

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan dengan metode kualitatif deskriptif yang dilaksanakan di Lubuk Minturun Kota Padang. Informan penelitian terdiri dari tiga orang relawan yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, kemudian dianalisis melalui tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa upaya relawan dengan teknik *religious coping* (pendekatan k

eyakinan) meliputi, *seeking religious direction* (mencari petunjuk melalui agama), *religious conversion* (konversi agama), dan *religious forgiving* (memafkan melalui agama). *Seeking religious direction* (mencari petunjuk melalui agama) dilakukan dengan ceramah keagamaan, tanya jawab, dan nasihat personal; *Religious conversion* (konversi agama) dilakukan dengan pembelajaran Al-Qur'an, pembiasaan salat berjamaah, dan pembinaan akhlak; *religious forgiving* (memafkan melalui agama) dilakukan dengan doa dan muhasabah serta pemaafan dalam islam. Namun, pemaafan dalam islam belum terlaksana secara optimal karena sebagian remaja masih mengalami kesulitan untuk memafkan dan mengikhlaskan kejadian banjir yang telah dialami.

Kata kunci: Relawan, *Religious Coping*, Remaja Korban Pascabencana Banjir.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, karena telah memberikan penulis kesempatan unyuk menempuh masa studi ini dan perkuliahan yang panjang, selangkah demi selangkah penulis jalani sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul **“Upaya Relawan Dengan Teknik *Religious Coping* Dalam Menangani Stres Remaja Korban Pascabencana Banjir di Lubuk Minturun Kota Padang”** sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelas 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.

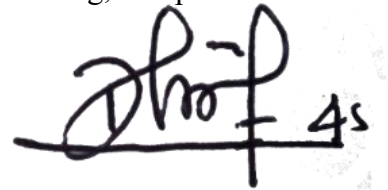
Penyusunan skripsi ini tentu tidak terlepas dari dukungan, doa, bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada:

1. Rektor dan Wakil Rektor beserta jajarannya Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang.
2. Dekan dan Wakil Dekan Fakultas Dakwah da Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang.
3. Ketua Prodi Studi Bimbingan Konseling Islam dan Sekretaris Prodi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi.
4. Ibu Dr. Nurfarida Deliani, M.Pd selaku pembimbing I dan Ibu Hummaira Hutagaol, M.Kes selaku pembimbing II yang telah sedia meluangkan waktu membimbing, memotivasi, dan mengarahkan penulis dengan penuh kesabaran.
5. Dosen Penguji skripsi Bapak Dr. Murisal, M.Pd selaku penguji I dan Bapak Dr. Muhammad Fauzi, M.Ag selaku penguji II yang bersedia meluangkan waktu menguji penulis dan memberikan kritikan serta saran agar skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

6. Bapak dan Ibu Dosen yang mengajar dan mengampu perkuliahan di Program Studi Bimbingan Konseling Islam yang telah mengajar penulis dari awal perkuliahan hingga dengan tahap penyelesaian skripsi ini dengan berbagai ilmu pengetahuan.
7. 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.
8. Kepada relawan penulis mengucapkan terima kasih atas izin dan bantuan dalam proses pengumpulan data, serta fasilitas selama penelitian berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh korban pascabencana banjir yang telah meluangkan waktu, berbagi pengalaman, dan memberikan informasi sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu.
9. Teristimewa penulis mengucapkan terima kasih kepada Ayah dan Ibu atas doa, pengorbanan, motivasi dan kasih sayang yang tiada hentinya diberikan kepada penulis sampai penulis bisa berada di titik ini. Tersayang penulis mengucapkan terima kasih kepada Kakak Rara yang telah membiayai, memotivasi, dan memberikan dukungan selama masa pendidikan. Untuk adik-adik yaitu Radit dan Afgan penulis mengucapkan terima kasih atas hiburan serta tawa yang telah mewarnai masa perkuliahan penulis.
10. Terima kasih untuk sahabat masa perkuliahan penulis Syahreza Ramadani dan Karta Anggraini yang telah memberikan doa, dukungan dan membantu penulis selama ini dari awal perkuliahan sampai detik ini. Terima kasih penulis ucapkan kepada sahabat UKM Musik Kampus terkhusus PABA XXIII dan teman-teman sejawat yang telah mengalunkan melodi indah bersama penulis agar bisa menyelesaikan karya ilmiah ini.

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, 3 September 2026

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Dinda Surti' with a stylized flourish and the letters '4s' at the end.

Tiara Dinda Surti

2212020018

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
PERSETUJUAN TIM PENGUJI.....	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah dan Batasan Masalah	17
C. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian	18
D. Definisi Operasional	19
E. Sistematika Penulisan	21
BAB II LANDASAN TEORI	23
A. Upaya Relawan Dengan Teknik <i>Religious Coping</i> (Pendekatan Keyakinan)	23
1. Pengertian Relawan.....	23
2. Tujuan dan Fungsi Relawan.....	26
3. Karakteristik dan Kompetensi Relawan.....	31
4. <i>Religious Coping</i> (Pendekatan Keyakinan).....	32
B. Stres Bagi Remaja Korban Pascabencana Banjir.....	50
1. Pengertian Remaja.....	50
2. Batasan Usia Remaja.....	51
3. Tahap Perkembangan Remaja	53
4. Pengertian Stres Bagi Remaja	56
5. Jenis-Jenis Stres Bagi Remaja.....	60
6. Dampak Stres Bagi Remaja.....	65
7. Stres Dalam Konteks Remaja.....	68
C. Penelitian Terdahulu	Error! Bookmark not defined.72
BAB III METODE PENELITIAN	77
A. Jenis Penelitian.....	77

B. Lokasi Penelitian.....	77
C. Informan Penelitian.....	78
D. Teknik Pengumpulan Data.....	78
E. Teknik Analisis Data.....	81
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	84
A. Deskripsi Informan Penelitian	84
B. Temuan Hasil Penelitian	87
1. Upaya Relawan Dengan Teknik <i>Religious Coping</i> (Pendekatan Keyakinan) Dilihat dari Aspek <i>Seeking Religious Direction</i> (Mencari Petunjuk Melalui Agama).....	87
2. Upaya Relawan Dalam Menangani Stres Korban Pascabencana Banjir Dengan Teknik <i>Religious Coping</i> (Pendekatan Keyakinan) Dilihat dari Aspek <i>Religious Conversion</i> (Konversi Agama)	113
3. Upaya Relawan Dalam Menangani Stres Korban Pascabencana Banjir Dengan Teknik <i>Religious Coping</i> (Pendekatan Keyakinan) Dilihat dari Aspek <i>Religious Forgiving</i> (Memaafkan Melalui Agama).....	137
C. Analisis Temuan Penelitian.....	153
1. Upaya Relawan Dalam Menangani Stres Korban Pascabencana Banjir Dengan Teknik <i>Religious Coping</i> (Pendekatan Keyakinan) Dilihat Dari Aspek <i>Seeking Religious Direction</i> (Mencari Petunjuk Melalui Agama).....	153
2. Upaya Relawan Dalam Menangani Stres Korban Pascabencana Banjir Dengan Teknik <i>Religious</i> (Pendekatan Keyakinan) Dilihat Dari Aspek <i>Religious Conversion</i> (Konversi Agama)	157
3. Upaya Relawan Dalam Menangani Stres Korban Pascabencana Banjir Dengan Teknik <i>Religious Coping</i> (Pendekatan Keyakinan) Dilihat Dari Aspek <i>Religious Forgiving</i> (Memaafkan Melalui Agama)	160
D. Implikasi Hasil Penelitian Terhadap Bimbingan Konseling Islam	165

BAB V PENUTUP	188
A. Kesimpulan	188
B. Saran	189
DAFTAR PUSTAKA	191

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Dokumentasi Hasil Wawancara.....	195
Lampiran 2: Surat Tugas Seminar Proposal.....	196
Lampiran 3: Berita Acara Seminar Proposal.....	197
Lampiran 4: SK Pembimbing.....	198
Lampiran 5: Pedoman Wawancara.....	199
Lampiran 6: Pedoman Observasi.....	204
Lampiran 7: Surat Izin Penelitian Dari Kampus.....	214
Lampiran 8: Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	215
Lampiran 9: Bukti Konsultasi.....	216