

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.) pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiat atau mencontek karya ilmiah orang lain, saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar sarjana yang saya terima ataupun sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 15 Mei 2025



Siti Nurhavatun Nufus

NIM. 211340081

ABSTRAK

Nama: Siti Nurhayatun Nufus, NIM: 211340081, Judul Skripsi: “Analisis *Expressive Arts Therapy* dalam Novel *Represi* Karya Fakhrisina Amalia” Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Universitas Sultan Maulana Hasanuddin Banten Tahun 2025 M/1446 H.

Di Indonesia kasus bunuh diri menjadi penyebab kematian pada segala usia, khususnya remaja. Bunuh diri ini disebabkan karena gangguan mental seperti tekanan emosional, stres, cemas, trauma dan depresi. Gangguan mental tersebut dapat dicegah dan diatasi melalui terapi atau praktik konseling. Salah satu novel yang menggambarkan praktik konseling adalah novel *Represi* karya Fakhrisina Amalia. Dalam novel tersebut, menggambarkan proses penyembuhan seorang remaja yang sering sekali melakukan represi dan mengalami depresi bahkan bunuh diri dengan menggunakan *expressive arts therapy*.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bentuk represi dan tahapan *expressive arts* yang dilakukan dalam novel *Represi* karya Fakhrisina Amalia. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data yaitu analisis konten. Sumber data primer dalam penelitian ini adalah novel *Represi* karya Fakhrisina Amalia, sedangkan data-data lain yang sesuai dan relevan dengan kajian dalam penelitian ini dijadikan sebagai sumber sekunder.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh utama cenderung melakukan represi sebagai mekanisme pertahanan ego, diperoleh lima bentuk represi. Adapun proses konseling yang dilakukan tokoh utama dengan menggunakan *expressive arts therapy* (terapi seni ekspresif) terdiri dari empat tahapan yaitu, 1) tahap pemanasan, 2) tahap pemanggilan peristiwa kembali, ekspresi emosi dan konflik yang dialami, 3) tahap pemulihan dan 4) tahap penutup. Hasil yang dicapai dari *expressive arts therapy* dalam novel *Represi* yaitu tokoh utama mengalami perubahan emosional, menerima dan memaafkan dirinya sendiri serta masa lalunya.

Kata Kunci: Represi, *Expressive Arts Therapy*, Novel Psikologis

ABSTRACT

Name: Siti Nurhayatun Nufus, NIM: 211340081, Thesis Title: "Analysis of Expressive Arts Therapy in the Novel Represi by Fakhrisina Amalia" Islamic Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Da'wah, Sultan Maulana Hasanuddin University, Banten, 2025 M/1446 H.

In Indonesia, suicide is a leading cause of death at all ages, especially among adolescents. Suicide is caused by mental disorders such as emotional distress, stress, anxiety, trauma, and depression. These mental disorders can be prevented and addressed through therapy or counseling. One novel that illustrates the practice of counseling is Fakhrisina Amalia's novel "Represi." The novel depicts the healing process of a teenager who frequently repressed herself and suffered from depression and even suicide, using expressive arts therapy.

The purpose of this study was to determine the form of repression and the stages of expressive arts carried out in the novel Represi by Fakhrisina Amalia. The research method used is a qualitative method with data collection techniques, namely content analysis. The primary data source in this study is the novel Represi by Fakhrisina Amalia, while other data that are appropriate and relevant to the study in this study are used as secondary sources.

The results of the study show that the main character tends to do repression as an ego defense mechanism, five forms of repression are obtained. The counseling process carried out by the main character using expressive arts therapy consists of four stages, namely, 1) the warm-up stage, 2) the recalling event stage, emotional expression and issues stage, 3) the restitution and 4) the termination stage. The results achieved from expressive arts therapy in the novel Represi are that the main character experiences emotional changes, accepts and forgives himself and his past.

Keywords: Repression, Expressive Arts Therapy, Psychological Novel



**FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN**

Nomor : Nota Dinas

Lamp : -

Hal : Ujian Skripsi
a.n Siti Nurhayatun Nufus
NIM. 211340081

Kepada Yth

Dekan Fakultas Dakwah

UIN SMH Banten

Di-

Serang

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama Siti Nurhayatun Nufus NIM: 211340081 dengan judul "*Analisis Expressive Arts Therapy dalam Novel Represi Karya Fakhrisina Amalia*" telah layak diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqasyah pada Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian atas segala perhatian Bapak kami ucapkan terima kasih

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Serang, 15 Mei 2025

Pembimbing I

Ahmad Fadhil, Lc., M. Hum.

NIP. 197607042000031002

Pembimbing II

Dr. H. Isak Iskandar, M. Pd., M. M.

NIP. 196509111993031003

**ANALISIS EXPRESSIVE ARTS THERAPY DALAM NOVEL REPRESI
KARYA FAKHRISINA AMALIA**

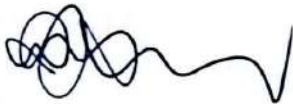
Oleh:

Siti Nurhayatun Nufus

NIM. 211340081

Menyetujui,

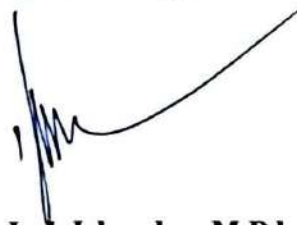
Pembimbing I



Ahmad Fadhil, Lc., M.Hum.

NIP. 197607042000031002

Pembimbing II

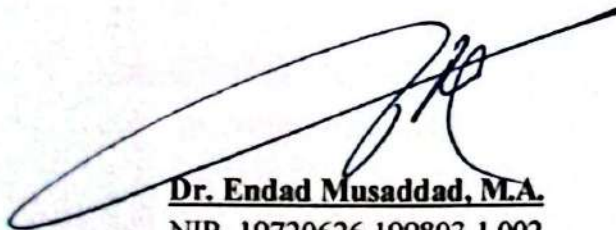


Dr. H. Isak Iskandar, M.Pd., M.M.

NIP. 196509111993031003

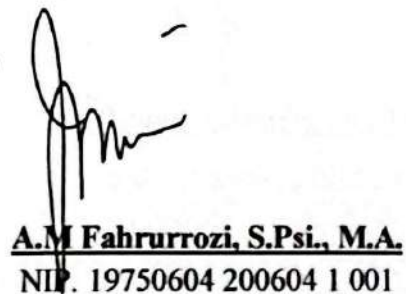
Mengetahui,

Dekan
Fakultas Dakwah



Dr. Endad Musaddad, M.A.
NIP. 19720626 199803 1 002

Ketua Program Studi Bimbingan
Konseling Islam



A.M Fahrurrozi, S.Psi., M.A.
NIP. 19750604 200604 1 001

PENGESAHAN

Skripsi a.n. Siti Nurhayatun Nufus, NIM: 211340081, Judul Skripsi: *Analisis Expressive Arts Therapy dalam Novel Represi Karya Fakhrisina Amalia* telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 10 Juli 2025. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.) pada Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 10 Juli 2025

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota,



Imalatul Khairat, M.Pd.

NIP: 199004202019032018

Sekretaris Merangkap Anggota,



Ina Nurdiana, S.Pd.I., M.Pd.I.

NIP: 198207312009122005

Anggota

Penguji I



Maya Aufa, S.Th.I., M.Si.

NIP: 198306132023212017

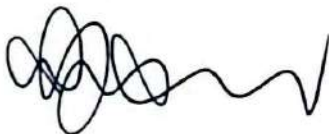
Penguji II



Nina Fitriyani, S.Sos., M.Pd.

NIP: 199702072022032001

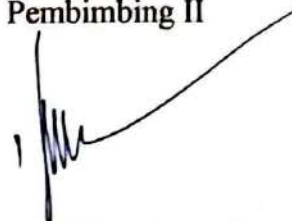
Pembimbing I



Ahmad Fadhil, Lc., M.Hum.

NIP. 196509111993031003

Pembimbing II



Dr. H. Isak Iskandar, M.Pd., M.M.

NIP. 197607042000031002

MOTTO

“Yakinlah, ada sesuatu yang menantimu
setelah sekian banyak kesabaran (yang kau jalani), yang akan membuatmu terpana
hingga kau lupa betapa pedihnya rasa sakit.”

(Ali bin Abi Thalib)

PERSEMBAHAN

Puji syukur atas rezeki, keridhoan dan nikmatMu yang tak terhingga pada setiap alur kehidupanku Wahai Tuhanku Allah Swt.

Kedua belahan jiwa yaitu Bapak, cinta pertamaku dan Ibu, wanita tulus yang selalu memberi kasih yang tak terhingga. Mereka adalah jiwaku yang tak pernah putus melangitkan doa-doa untukku, terima kasih atas keridhoan kalian menyusun skripsi ini akhirnya selesai. Semoga ini menjadi kebanggaan kecil di hati kalian.

Saudara-saudaraku yang menjadi motivator, teman diskusi serta dukungan terbesar kalian tak akan tenggelam dalam ingatanku. Aa Obi, Teh Ncop, Aa Iwan, Teh Nida, Teh Ovi, Teh Mute dan A Rijal. Terima kasih tak terhingga untuk kalian saudara-saudaraku.

Tak lupa pada kalian teman sepermainan yang mengenalku sejak kecil dan teman-teman Forsamanda. Kalian telah menjadi sumber energi tawa dan keceriaanku. Juga pada kalian Nadiroh, Jannah dan Nabilah. Terima kasih dukungan dan doa serta tawa, duka dalam perjalanan kita di perkuliahan serta kalian pun teman-teman kukerta kelompok enam puluh tujuh, terima kasih atas keseruannya. Senang bisa mengenal kalian semua.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Siti Nurhayatun Nufus, lahir di Serang pada 30 Juni 2003. Penulis sejak kecil tumbuh di Kp. Kareo Kulon RT. 004/002 Desa Sukamanah Kec. Baros Serang Banten. Penulis merupakan anak terakhir pasangan Bapak Edi Juhaedi dan Ibu Siti Jasiah serta memiliki 3 saudara laki-laki dan 4 saudara perempuan.

Penulis menepuh pendidikan di MIN Baros lulus pada tahun 2015, lalu melanjutkan jenjang SMP di MTS Nurul Huda yang lulus pada tahun 2018, kemudian melanjutkan sekolah menengah atas di MA Nurul Huda lulus pada tahun 2021. Setelah lulus MA penulis langsung melanjutkan kuliah ke Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten dan mengambil Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas Rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini guna memenuhi persyaratan untuk dapat memperoleh gelar sarjana strata satu pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam. Shalawat dan salam penulis persembahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan para sahabat-Nya sampai hari akhir.

Alhamdulillah dengan pertolongan Allah SWT dan dengan usaha yang sungguh-sungguh akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul ***Analisis Expressive Arts Therapy dalam Novel Represi Karya Fakhrisina Amalia.***

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari kekurangan, dan masih jauh dari kesempurnaan. Namun demikian penulis berharap semoga dengan adanya skripsi ini mudah-mudahan dapat membawa manfaat dalam khazanah ilmu pengetahuan.

Skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak, Dengan terselesainya penyusunan skripsi ini penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Wawan Wahyuddin, M.Pd. Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Dr. H. Endad Musaddad, M.A. Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan persetujuan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
3. Bapak A.M Fahrurrozi, S.Psi., M.A Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan arahan, mendidik, dan memberikan motivasi kepada penulis.
4. Bapak Ahmad Fadhil, L.c., M. Hum. dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, arahan kepada penulis dengan penuh kesabaran, tenaga dan pikirannya dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Dr. H. Isak Iskandar, M. Pd., M. M. dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, arahan kepada penulis dengan penuh kesabaran, tenaga dan pikirannya dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten terutama yang telah mengajar dan mendidik penulis selama kuliah.
7. Bapak dan Ibu pengurus perpustakaan Fakultas Dakwah, Staf Akademik Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, serta pengurus perpustakaan Daerah Kabupaten Pandeglang yang telah membantu dalam hal sumber bacaan.

8. Seluruh keluarga, terutama kedua orang tua yang penulis sayangi Ayahanda Edi Juhaedi dan Ibunda Siti Jasiah yang senantiasa memberikan segala doanya yang tiada henti, memberikan motivasi dan nasihat, serta para keluarga yang sudah banyak mendukung dan memotivasi penulis.
9. Kak Fakhrisina Amalia Rovieq, M. Psi. penulis novel *Represi* yang telah memberikan izin, bantuan kepada penulis.
10. Kak Elfina Rahmania, S. M. yang telah bersedia membantu penulis.
11. Kepada seluruh sahabat-sahabat, teman-teman seperjuangan BKI dan semua pihak yang terlibat dalam penulisan karya ilmiah ini, yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih atas semuanya.
12. Saya sendiri. Terima kasih sudah berusaha, bertahan dan sekuat mungkin. Terima kasih sejauh ini untuk terus berproses menjadi pribadi yang lebih baik lagi, terima kasih atas kerja keras, untuk tidak mengeluh dan untuk selalu mengingat hikmah dibalik setiap ujian yang datang.

Serang, 15 Mei 2025

Siti Nurhayatun Nufus

NIM. 211340081

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT.....	iii
NOTA DINAS.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQASYAH	v
LEMBAR PENGESAHAN.....	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN.....	vii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	7
F. Definisi Operasional	8
BAB II KAJIAN TEORITIS	11
A. Represi	11
1. Pengertian represi	11
2. Bentuk-bentuk represi.....	12
B. <i>Expressive Arts Therapy</i>	13
1. Sejarah <i>expressive arts therapy</i>	13
2. Pengertian <i>expressive arts therapy</i>	20
3. Karakteristik <i>expressive arts therapy</i>	24
4. Fungsi dan tujuan <i>expressive arts therapy</i>	26
5. Manfaat <i>expressive arts therapy</i>	28
6. Tahapan-tahapan <i>expressive arts therapy</i>	29
C. Kerangka Berfikir	33
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
A. Jenis Penelitian	35
B. Waktu Penelitian.....	35
C. Sumber Data	36
D. Teknik Pengumpulan Data.....	36

E. Teknik Analisis Data.....	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	38
A. Hasil Penelitian	38
B. Pembahasan	66
BAB V KESIMPULAN.....	73
A. Kesimpulan	73
B. Saran	73
DAFTAR PUSTAKA	74