

**PENGARUH *VISUAL ART THERAPY* DALAM
MENURUNKAN *POST TRAUMATIC STRESS DISORDER*
PADA MAHASISWA**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

Untuk Memenuhi Sebagai Dari Syarat-Syarat

Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



Oleh :

FINA ULYA HIDAYATI

2018 60 027

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2023**

**PENGARUH *VISUAL ART THERAPY* DALAM
MENURUNKAN *POST TRAUMATIC STRESS DISORDER*
PADA MAHASISWA**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

Untuk Memenuhi Sebagai Dari Syarat-Syarat

Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



Oleh :

FINA ULYA HIDAYATI

2018 60 027

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2023**

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dan Diterima Untuk Memenuhi
Sebagian Syarat-Syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal *17 Maret 2023*

Mengesahkan Fakultas Psikologi

Universitas Muria Kudus



(Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi., M.Psi)

Dewan Penguji :

Tanda Tangan

1. Latifah Nur Ahyani, S.Psi., M.A



2. Arcivid Chorynia Ruby, S.Psi., M.Psi., Psikolog



3. Dr. Dhini Rama Dhania, S.Psi, M.Si



HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH *VISUAL ART THERAPY* DALAM MENURUNKAN *POST
TRAUMATIC STRESS DISORDER* PADA MAHASISWA**

Yang diajukan oleh :

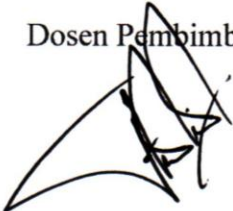
Fina Ulya Hidayati

NIM. 2018 60 027

Telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Dewan Penguji

Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing



Latifah Nur Ahyani S.Psi., M.A

Tanggal *17. Maret 2023*

PERSEMBAHAN

Dengan segenap cinta dan kasih

Karya sederhana ini penulis persembahkan untuk :

Kedua orangtuaku, Bapak dan Ibu yang selalu menjadi garda terdepan
memberikan dukungan, perhatian dan doa yang teriring di setiap saat

Almamaterku Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

Bapak dan Ibu Dosen serta Guru-Guruku yang terhormat, atas segala ilmu dan
jerih payahnya dalam menjadi pahlawan tanpa tanda jasa serta memberikan
banyak pengetahuan yang bermanfaat

Teman-teman dan sahabat yang selalu memberi dukungan, motivasi untuk segera
menyelesaikan skripsi.



MOTTO

“Every life process provides learning that can’t be bought by others, therefore enjoy what has been achieved and move towards what you want to achieved.”

(Fina Ulya Hidayati)

“Try not to become a man of success, but rather try to become a man of value”

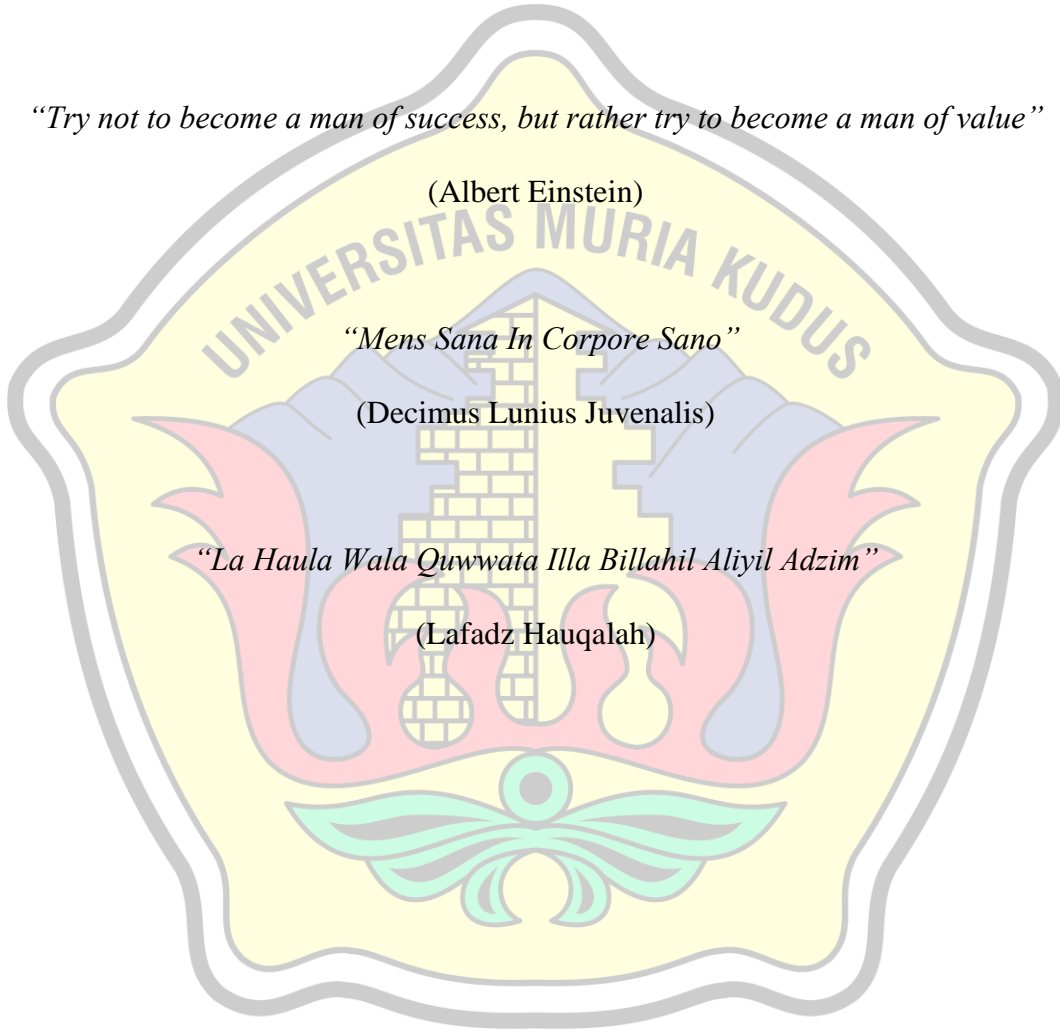
(Albert Einstein)

“Mens Sana In Corpore Sano”

(Decimus Lunius Juvenalis)

“La Haula Wala Quwwata Illa Billahil Aliyil Adzim”

(Lafadz Hauqalah)



PRAKATA

Alhamdulillahirobbil'alamin, Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh *Visual art therapy* Dalam Menurunkan *Post Traumatic Stress Disorder* Pada Mahasiswa”. Skripsi ini dibuat guna memenuhi syarat untuk melakukan penelitian dan sebagai salah satu tugas akhir dalam menyelesaikan pendidikan S1 Psikologi di Universitas Muria Kudus dan memperoleh derajat Sarjana Psikologi.

Penulis merasa bahwa selesainya skripsi ini karena bimbingan, bantuan, dan dorongan dari banyak pihak, maka penulis mengucapkan terimakasih dan penghormatan setinggi-tingginya kepada :

1. Ibu Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
2. Ibu Latifah Nur Ahyani, S.Psi., M.A. selaku Ketua Program Studi S1 Fakultas Psikologi, sekaligus dosen pembimbing yang telah berkenan meluangkan waktu, memberikan bimbingan dengan penuh kesabaran serta, selalu memberikan saran dan wadah untuk konsultasi selama penyusunan skripsi.
3. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah memberikan segudang ilmu, tauladan dan semangat motivasi yang telah diberikan dengan tulus selama menimba ilmu di Fakultas Psikologi. Serta Bu Widi, Bu Munche, Pak Fajar, dan Alm Pak Oni yang telah membantu dalam kelancaran administrasi selama menempuh studi program sarjana.

4. Seluruh subjek responden penelitian yang telah memberikan ijin untuk pengambilan data dan melakukan penelitian sehingga penelitian terlaksanakan dengan baik.
5. Bapak, ibu dan kedua adiku tercinta yang selalu memberikan motivasi, doa dan dukungan disepanjang perjalanan hidup, serta terima kasih kepada keluarga besarku yang selalu memberikan pandangan untuk menjadikan penulis sebagai kuda besi dalam setiap langkahnya serta selalu memberikan motivasi dan dukungan tanpa batas.
6. Kepada Bank Indonesia dan teman-teman GenBI yang telah memberikan sumbangsih materi, ilmu dan kepercayaan kepada penulis sehingga penulis dapat mengupgrade dan mengeksplere kemampuan diri.
7. Sahabat yang tercinta, sahabat seperjuangan Nana, Desi, Rosa, Mba Fia, Syahda, Puspita, Zainul dan seluruh Warga Pergerakan yang selalu memberikan keceriaan disetiap harinya serta selalu memberikan pembelajaran disetiap pengalaman hidup yang berkesan. Terima kasih untuk segala kisah semoga persahabatan dan kekeluargaan kita selalu abadi.
8. Teman-teman KPT Insight 2020 yang telah memberikan kehangatan memori indah serta selalu memberikan banyak ilmu baru yang berguna untuk masa depan.
9. Teman-teman psikologi angkatan 2018 yang telah memberikan makna serta selalu kompak dalam membangun kekeluargaan yang mungkin akan sangat dirindukan nantinya. Terima kasih banyak teman-teman semoga kedepannya selalu diberikan kemudahan dan kesuksesan.

10. Tak lupa penulis juga mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang tidak dapat penulis ungkapkan satupersatu.

11. *Last but not least, I want to thank myself for having fully believed in myself, trying to learn to be human enough and not giving up to always be strong and work hard in carrying out the chosen choices. I hope your smile will be eternal in history.*

Semoga karya sederhana ini dapat menjadikan hal yang bermanfaat bagi civitas akademika dan semua pihak yang membutuhkan. Khususnya untuk Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna oleh sebab itu saran dan kritik yang membangun sangatlah diharapkan.

Kudus, 08 Februari 2023

Fina Ulya Hidayati

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
PERSEMBAHAN	iv
MOTTO	v
PRAKATA	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
LAMPIRAN	xiv
ABSTRACT	xv
ABSTRAK	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	15
C. Manfaat Penelitian	15
BAB II LANDASAN TEORI	
A. <i>Post Traumatic Stress Disorder</i>	17
1. Pengertian <i>Post Traumatic Stress Disorder</i>	17
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi PTSD	18
3. Aspek-Aspek <i>Post Traumatic Stres Disorder</i> (PTSD)	24
B. <i>Visual art therapy</i>	26
1. Pengertian <i>Visual art therapy</i>	26
2. Aspek-aspek <i>Visual art therapy</i>	28
C. Pengaruh <i>Visual art therapy</i> Terhadap Menurunnya PTSD.....	29

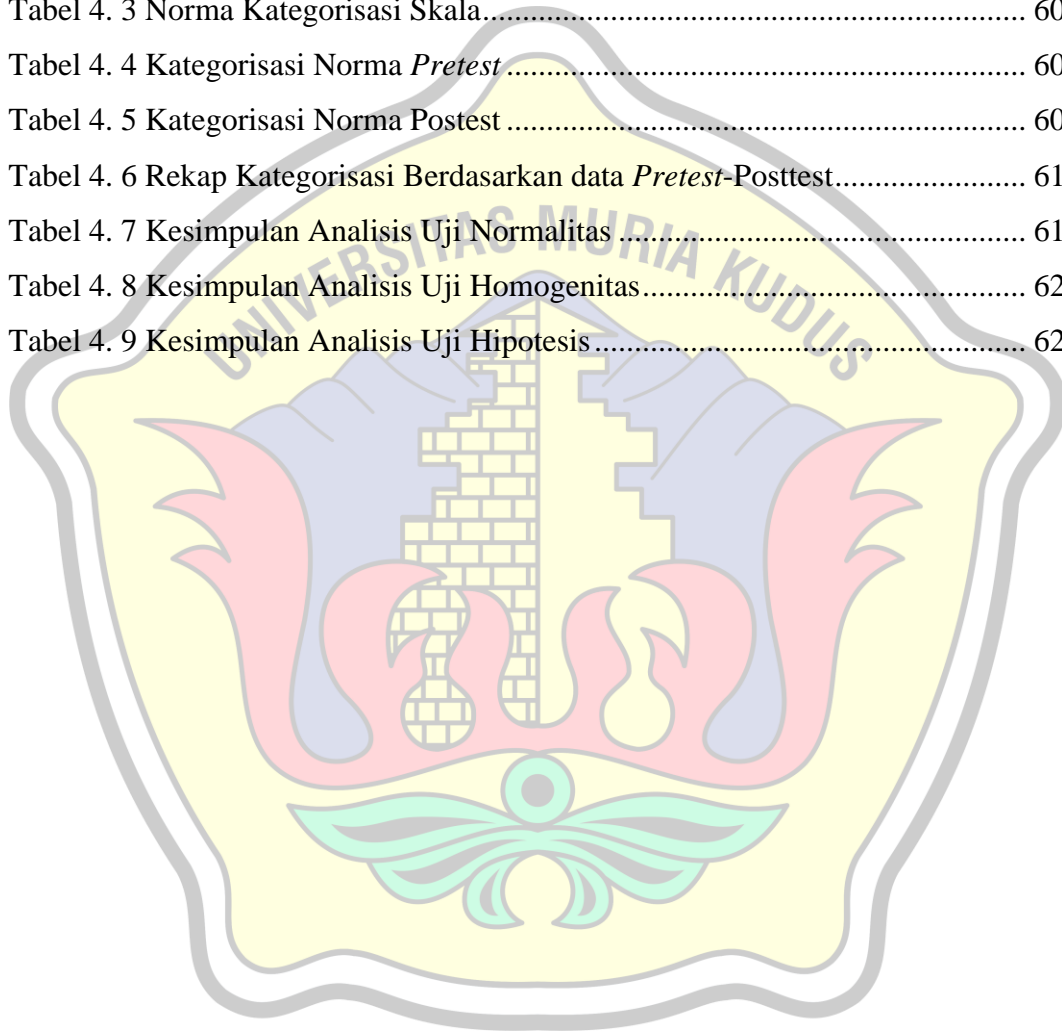
D. Hipotesis	31
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Variabel Penelitian	33
B. Definisi Operasional Variabel	33
1. <i>Post Traumatic Stress Disorder</i>	33
2. <i>Visual art therapy</i>	34
C. Subjek Penelitian	34
1. Populasi	34
2. Sampel	34
D. Rancangan Penelitian	35
E. Instrumen Penelitian	36
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	45
1. Uji Validitas	45
2. Uji Reliabilitas	45
G. Prosedur Pelaksanaan Penelitian	46
H. Metode Analisis Data	47
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Orientasi Kancah Penelitian	48
B. Persiapan Penelitian Dan Pelaksaaan Penelitian	49
1. Persiapan Penelitian	49
2. Pelaksanaan Penelitian	51
C. Hasil Penelitian	59
1. Deskripsi Data Penelitian	59
2. Deskripsi Kategori Data Penelitian	59
3. Uji Prasarat	61

D. Pembahasan	63
BAB V PENUTUP.....	67
A. Kesimpulan	67
B. Saran	67
DAFTAR PUSTAKA.....	68



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Dimensi PTSD Checklist for DSM-5 (PCL-5).....	37
Tabel 3. 2 Blue Print Jumlah Item Skala PTSD PCL-5.....	38
Tabel 4. 1 Statistik Deskriptif <i>Post Traumatic Stress Disorder</i>	52
Tabel 4. 2 Statistik Deskriptif <i>Post Traumatic Stress Disorder</i>	59
Tabel 4. 3 Norma Kategorisasi Skala.....	60
Tabel 4. 4 Kategorisasi Norma <i>Pretest</i>	60
Tabel 4. 5 Kategorisasi Norma <i>Posttest</i>	60
Tabel 4. 6 Rekap Kategorisasi Berdasarkan data <i>Pretest-Posttest</i>	61
Tabel 4. 7 Kesimpulan Analisis Uji Normalitas	61
Tabel 4. 8 Kesimpulan Analisis Uji Homogenitas.....	62
Tabel 4. 9 Kesimpulan Analisis Uji Hipotesis.....	62



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Rancangan *One Group Pretest – Post Test*..... 36



LAMPIRAN

LAMPIRAN A. SKALA PENELITIAN

A-1 SKALA PCL -5

LAMPIRAN B. DATA PENELITIAN

B- 1 Data Penelitian *Pretest*

B-2 Data Penelitian *Posttest*

LAMPIRAN C. Uji Asumsi

C-1 Uji Normalitas

C-2 Uji Homogenitas

C-3 Uji Hipotesis

LAMPIRAN D. SURAT IJIN PENELITIAN

LAMPIRAN E. DOKUMENTASI

LAMPIRAN F. SCREENING JUDUL, FORM A, FORM B

LAMPIRAN G. HASIL TURNITIN

