



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

**LOGOTERAPI MELALUI PUISI UNTUK
MENGATASI EKSPRESI EMOSI NEGATIF
PEMUDI DI DESA JOMBATAN JOMBANG**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya, Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Ilmu Sosial (S.Sos)**

Oleh :

**ALIFIA FITRI KURNIAWATI
B93217073**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2023**

PERNYATAAN OTENTISITAS PENULISAN SKRIPSI

Bismillahirrohmanirrahim,

Yang beranda tangan dibawah ini :

Nama : Alifia Fitri Kurniawati

NIM : B93217073

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Alamat : Losari-Ploso-Jombang

Mengaku dengan sesngguhnya bahwa :

1. Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan dilembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapat gelar apapun.
2. Skripsi ini adalah benar-benar hasil karya mandiri dan bukan merupakan hasil plagiasi atas karya orang lain.
3. Apabila dikemudian hari terbukti atau dibuktikan skripsi ini sebagai hasil plagiasi, saya akan menanggung konsekuensi hukum yang berlaku.

Jombang, Juni 2023



SEKELUNTAH RUPIAH
10000
METAL
283BAKX494249353

Alifia Fitri Kurniawati

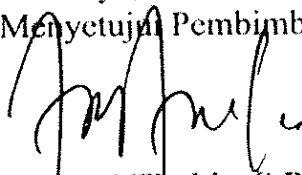
NIM. B93217073

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Alifia Fitri Kurniawati
NIM : B93217073
Progam Studi : Bimbingan Konseling Islam
Judul Skripsi : Logoterapi Melalui Puisi Untuk Mengatasi
Ekspresi Emosi Negatif Pemuda Di Desa
Jombatan Jombang

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, Juni 2023
Menyetujui Pembimbing,



Dr. Mohammad Thohir, S.Pd.I., M.Pd.I.
NIP. 197905172009011007

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

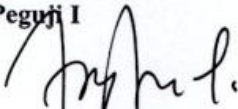
LOGOTERAPI MELALUI PUISI UNTUK MENGATASI
EKSPRESI EMOSI NEGATIF PEMUDI DI DESA JOMBATAN
JOMBANG

SKRIPSI

Disusun Oleh
Alifia Fitri Kurniawati
B93217073

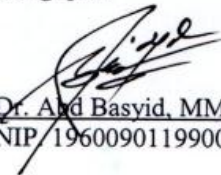
Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu pada
tanggal 05 Juli 2023

Penguji I



Dr. Mohammad Thohir, M.Pd.I
NIP. 197905172009011007

Penguji II



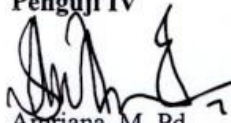
Dr. Abd Basyid, MM
NIP. 196009011990031002

Penguji III



Dr. Agus Santoso, M. Pd
NIP. 197008251998031002

Penguji IV



Amfiana, M. Pd
NIP. 198904112020122019



Sarabaya, 05 Juli 2023

Dekan,

Dr. Moch. Cholul Arif, S.Ag., M.Fil.I

NIP. 197110171998031001

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Alifia Fitri Kurniawati
NIM : B93217073
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : kalifia85@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

**LOGOTERAPI MELALUI PUISI UNTUK MENGATASI EKSPRESI EMOSI
NEGATIF PEMUDI DI DESA JOMBATAN JOMBANG**

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 22 September 2023

Penulis



Alifia Fitri Kurniawati

ABSTRAK

Alifia Fitri Kurniawati (B93217073). Logoterapi melalui puisi untuk mengatasi ekspresi emosi negatif pada pemuda di Jombatan Jombang.

Fokus dalam penelitian ini adalah (1) Bagaimana Proses logoterapi melalui puisi untuk mengatasi ekspresi emosi negatif pada pemuda di Jombatan Jombang? (2) Bagaimana hasil akhir logoterapi melalui puisi untuk mengatasi ekspresi emosi negatif pada pemuda di Jombatan Jombang?

Dalam menjawab pertanyaan tersebut, peneliti menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang menjabarkan hasil penelitian secara deskriptif. Peneliti mengumpulkan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi yang kemudian dianalisis secara komparatif antara data teoritis dan data lapangan.

Logoterapi melalui puisi dimaksudkan untuk menemukan makna hidup konseli yang masih tersembunyi atau tidak disadari untuk mengatasi ekspresi emosi negatif. Tahapan terapinya diadopsi dari tahapan terapi puisi oleh Mazza yang menerapkan komponen Reseptif/Preskriptif, Ekspresif/Kreatif, dan Simbolik seremonial. Puisi ditulis, dibaca, serta didiskusikan untuk memperoleh makna-makna yang berguna bagi konseli. Hasil akhir dari penelitian ini dinyatakan cukup berhasil jika dilihat dari perbandingan skala perubahan konseli dari sebelum dan sesudah dilakukannya terapi.

Kata kunci: *Logoterapi, Puisi, Ekspresi Emosi Negatif*

ABSTRACT

Alifia fitri kurniawati (B93217073), logotherapy trough poetry to overcome the expression of negative emotions in young women at Jombatan Jombang.

The focus on this recsearch is (1) how is the process of logotherapy trough poetry to overcome the expression of negative emotions in young people at jombatan jombang? (2) what is the end result of logotherapy trough poetry to overcome the expression of negative emotions in young people at jombatan jombang?

In answering this question, the resercher uses a qualitative method with a case study approach that described the result of the research descriptively. Researches collected data trough interviews, observation, and documentation wich were then analyzed comparatively between theoretical data and field data.

Logotherapy trough poetry is is intended to find the meaning of the counselee's life that is still hidden or unconscious to overcome negative emotional expressions. The stages of therapy are adopted from the stages of poetry therapy by Mazza who apply Receptive/Perscriptive, Expressive/Creative, and ceremonial Symbolic components. Poetry is written, read, and discussed to obtain useful meanings for counselees. The final results of this study were stated to be quite successful as seen from a comparison of the counselee's change scale from before and after therapy.

Keywords: *Logotherapy, Poetry, Expression of Negative Emotions*

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI.....	i
PENGESAHAN TIM PENGUJI	ii
MOTTO DAN PESEMBAHAN.....	iii
PERNYATAAN OTENTISITAS PENULISAN SKRIPSI.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	x
BAB I: PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
E. Definisi Konsep.....	9
F. Sistematika Pembahasan	14
BAB II: KAJIAN TEORITIK.....	15
A. Kerangka Teoritik	15
1. Logoterapi	15
2. Puisi.....	23
3. Ekspresi emosi negatif	33
4. Prespektif Islam.....	38
B. Penelitian Terdahulu yang Relevan	43
BAB III: METODE PENELITIAN	47
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	47
B. Lokasi Penelitian.....	48
C. Jenis dan Sumber Data.....	48
D. Tahap-Tahap Penelitian	49
E. Teknik Pengumpulan Data.....	50
F. Teknik Validitas Data	52

G. Teknik Analisis Data.....	53
BAB IV: HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN....	55
A. Gambaran Umum Subyek Penelitian.....	55
B. Penyajian Data	62
1. Deskripsi Proses Logoterapi Melalui Puisi Untuk Mengatasi Ekspresi Emosi Negatif Pada Seorang Pemuda	63
2. Deskripsi Hasil Logoterapi Melalui Puisi Untuk Mengatasi Ekspresi Emosi Negatif Pada Seorang Pemuda	117
C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data).....	124
1. Prespektif Teoritis.....	124
2. Prespektif Islam.....	138
BAB V: PENUTUP	142
A. Saran.....	150
B. Kesimpulan	143
DAFTAR PUSTAKA	145
LAMPIRAN.....	151

DAFTAR TABEL

4.1 Perbandingan Data Teori dan Lapangan.....	124
4.2 Skala Keadaan Konseli Sebelum Treatment.....	136
4.3 Skala Keadaan Konseli Sesudah Treatment.....	136

DAFTAR GAMBAR

4.1 Jurnal Satu.....	83
4.2 Jurnal Dua	84
4.3 Puisi Pilihan Konseli.....	86
4.4 Modifikasi Puisi Oleh Konseli.....	88
4.5 Puisi Tema Orangtua Sesi 1	91
4.6 Puisi Tema Orangtua Sesi 2.....	97
4.7 Puisi Tema Teman Spesial Sesi 3	100
4.8 Puisi Tema Teman Spesial Sesi 4	104
4.9 Puisi Tema Diri Sendiri Sesi 5.....	110
4.10 Puisi Tema Diri Sendiri Sesi 6.....	113

4.11 Jurnal Evaluasi Konseli..... 122



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Daftar Pustaka

- Al-Baqi, Safiruddin,. 2015. Ekspresi Emosi Marah, *Buletin psikologi*, Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, vol. 23, no. 2.
- Aminuddin. 2009. *Pengantar Apresiasi Puisi Karya Sastra*, Bandung: Sinar Baru Algesindo.
- Aplikasi KBBI V
- Aplikasi Tafsir Ibnu Katsir, Rekompileasi Kampungsunah.org, Surat Al-A'raf Ayat 150.
- Arifin, Zainal. 2011. *Penelitian Pendidikan Metode dan Paradigma Baru*, Bandung: Rosda Karya.
- Bastaman, Hanna Djumhana. 2007. *Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup Dan Meraih Hidup Bermakna*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Bungin, Burhan,. 2008. *Metodologi Pnelitian Kualitatif*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Creswell, John W. 2015. *Reaserach Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed Edisi Ketiga*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Desmita. 2009. *Psikologi Perkembangan*, Bandung: Rosdakarya.
- Diniari, Ni Ketut Sri. 2017. Logoterapi Sebuah Pendekatan Untuk Hidup Bermakna”, *Tinjauan Pustaka*, Program

Pendidikan Dokter Spesialis I Bagian/SMF Ilmu Kedokteran Jiwa FK Unud RSUP Sanglah Denpasar.

- Ekman, Paul. 2003. *Membaca Emosi Orang*, Yogyakarta: Think.
- Fatimah, Siti Ngatmini, dan Lathif Anshori Kurniawan. 2021. The Poetry's Potencies As Emotion Therapy Media In Society 5.0, *Jurnal Diksi* vol. 9, no.1.
- Frankl, Viktor E. 2003. *Logoterapi Terapi Psikologi Melalui Pemaknaan Eksistensi*, terj. M. Murdadlo. Yogyakarta: Kreasi Wacana.
- Gladding, Samuel T. 2011. *The Creative Arts In Counseling*. USA: American Counseling Associations.
- Grohol, Jhon M. *10 Reasons You Can't Say How You Feel*, diakses pada tanggal 19 Agustus 2020 dari <https://psychcentral.com/lib/10-reasons-you-cant-say-how-you-feel/>
- Gunarsa, Singgih. 2002. *Asas-Asas Psikologi Keluarga Idaman*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hafizah, Noor Dkk. 2016. Puisi Sebagai Media Untuk Mengurangi Inferiority Feeling, *Jurnal Psikostudia Universitas Mulawarman*, vol. 5, no. 2.
- Hasanuddin, W.S. 2016. *Membaca Dan Menilai Sajak*, Bandung: Angkasa.
- Herdiansya, Haris. 2011. *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, Jakarta: Salemba Humanika.

<https://www.merdeka.com/sehat/terapi/-puisi-cara-penyembuhan-jiwa-dengan-kata-kata-bermakna.html>

Hude, M. Darwis. 2006. *Emosi- Penjelajahan Religio-Psikologis Tentang Emosi Manusia Dalam Al-Qur'an*, Jakarta: Erlangga.

Ipka, *Kenali Emosimu*, diakses pada tanggal 13 September 2022 dari <https://lpka.umsida.ac.id/kenaliemosimu/#:~:text=Sedangkan%20emosi%20negatif%20adalah%20emosi,%2C%20ge%20lisah%2C%20bersalah%2C%20dll>

Karnyata, Nugraha Arif. 2012. Komponen Praktek Dalam Terapi Puisi, *Jurnal Wacana*, vol. 4, no.2.

Karnyata, Nugraha Arif. 2012. Terapi Puisi: Dasar-dasar Penggunaan Puisi Sebagai Modalitas Dalam Psikoterapi, *Jurnal Wacana*, vol. 4, no.1.

Kemala, Intan Nurul, Dimiyati, Moch, dan Hiadayat, Dede Rahmat, Pengaruh Terapi Menulis Puisi Terhadap Harga Diri Siswa (Studi Kuasi Eksperimen Terhadap Siswa dengan Harga Diri Rendah Di SMK Farmasi Mandala Tiara Bangsa, *Jurnal Insight* vol.4 no.2.

Khoirudin, Ahmad. 2021. *Menemukan Makna Hidup Model Aplikasi Logoterapi Pada Penderita Kejiwaan di PP. Asy-Syifa*, Sukabumi: Jejak.

Kusumawardhani, Dona, *Pendekatan Konseling: Terapi Puisi*, Diakses pada 21 Agustus 2020 dari

https://www.academia.edu/30457417/Pendekatan_Konseling_Terapi_puisi

- Maharani, Laila Dan Mansur, Muhammad. 2016. Efektivitas Konseling Puisi Sebagai Media Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas VII SMPN 24 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016, *Jurnal KONSELI: Bimbingan Dan Konseling*, vol. 3, no.2.
- Mazza. Nicholas F. dan Hayton, Christopher J. Poetry Therapy: An Investigation Of A Multidimensional Clinical Model, *Florida State University Faculty Research*
- Mazza N. 2003. Poetry therapy, Theory And Practice. New York: Brunner Routledge.
- Nadhiroh, Y.F, Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis Tentang Psikologi Manusia), *Jurnal Saintifica Islamica*, vol.2 no.1., 54. 2015
- Nawawi, Ismail. 2009. *Metode Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nirmala, Rosalia Vica, Hubungan Antara Gaya Kelekatkan dengan Espresi Emosi Marah Konstruktif Pada Remaja, *Skripsi*, Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Pekerti, Widia, dkk. 2008. *Metode Pengembangan Seni*, Jakarta: Universitas Terbuka.

- Puji, Aprinda. *Katarsis, Proses pelepasan emosi dan cara tepat melakukannya*, diakses pada tanggal 19 April 2022 dari <https://helohehat.com/mental/gangguan-mood/katarsis/>
- Qomariyah, Nurul dan Santi, Dyan Evita. 2021. Gambaran Kebermaknaan Hidup Pelaku Non-Suicidal Self Injury (NSSI), *Buku Abstrak Seminar Nasional “Memperkuat Kontribusi Kesehatan Mental Dalam Penyelesaian Pandemi Covid-19: Tinjauan Multidisipliner”*, Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang.
- Ratnasari, Beata Evaria. 2016. Peran Musik Dalam Ekspresi Emosional Remaja Ketika Menghadapi Masalah Pada Kehidupan Remaja Kampung Panjangsari Baru Parakan Temanggung, *Skripsi*, Jurusan Pendidikan Seni, Drama, Tari dan Musik Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Semarang.
- Safaria, Triantoro. 2009. *Manajemen Emosi*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Santoso, Agus. 2021. *Mengontrol Emosi Menjadi Seni (Ekhparsis Tulisan Emosi)*. Surabaya: Global Aksara Pres.
- Silverman, Hirsch. 1986. Poetry Therapy, *Journal The Arts Of Psychotherapy*, vol.13.
- Susanti, Reni dkk. 2013. Pengaruh Expressive Writing Therapy Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Berbicara di Muka Umum Pada Mahasiswa, *Jurnal Psikologi*, vol. 9, no.2.

Ubaya, Artikel *Permasalahan Ekspresi Emosi*, diakses Pada 18 Agustus 2020 dari https://www.ubaya.ac.id/2014/content/articles_detail/170/Permasalahan-Ekspresi-Emosi.html

Usman, Husaini dan Akbar. 1996. Purnomo Setiadi, *Metodologi Penelitian Sosial*, Jakarta: Bumi Aksara.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A