

Share: Social Work Journal	Volume: 14	Nomor: 2	Halaman: 126-134	ISSN: 2339-0042 (p) ISSN: 2528-1577 (e) https://doi.org/10.40159/share.v14i2.56636
----------------------------	------------	----------	------------------	---

STRES DAN STRATEGI *EMOTION-FOCUSED COPING* ANAK BERKONFLIK DENGAN HUKUM DI LPKA KELAS II BANDUNG

¹Fathia Nur 'Ashifa, ²Sahadi Humaedi

¹Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial FISIP UNPAD

²Pusat Studi CSR, Kewirausahaan Sosial dan Pemberdayaan Masyarakat UNPAD

E-mail: fathia20006@mail.unpad.ac.id; sahadhi.humaedi@unpad.ac.id

Submitted: 30 Juli 2024, Accepted: 04 Februari 2025, Published: 04 Februari 2025

ABSTRAK

Fenomena keterlibatan anak dalam tindakan kejahatan membuat mereka berkonflik dengan hukum semakin banyak dijumpai. Anak yang terbukti melakukan tindakan kejahatan dapat dijatuhi hukuman pidana sehingga akan ditempatkan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA). Kehidupan di Lembaga Pembinaan ternyata berpengaruh terhadap kondisi psikologis anak binaan. Terpisahnya anak binaan dengan keluarga dan lingkungan asalnya, terbatasnya interaksi anak dengan dunia dan masyarakat luar, adanya keterbatasan ruang dan waktu untuk melakukan berbagai aktivitas dapat menimbulkan stres bagi anak yang sedang menjalani masa pembinaannya. Untuk itu, diperlukan kemampuan strategi *emotion focused coping* yang baik untuk dapat mengatasi stresor bagi anak yang berkonflik dengan hukum. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Subjek dalam penelitian berjumlah 3 orang dan merupakan anak yang berkonflik dengan hukum berumur 16-20 tahun di LPKA Kelas II Bandung. Kondisi stres yang dialami oleh subjek dalam gejala fisik yaitu sulit tidur, gelisah, gugup, sulit untuk berkonsentrasi, merasa takut gagal, mudah lupa, sedih, mudah marah, kecewa, jenuh, menyesal, menarik diri dan tidak bisa rileks. Kemudian dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ketiga subjek menggunakan kelima dimensi *emotion focused coping* yaitu *distancing*, *escape avoidance*, *accepting responsibility*, *self control*, dan *positive reappraisal*.

Kata kunci: Stres, Strategi *Emotion-Focused Coping*, dan ABH

ABSTRACT

The phenomenon of involvement of children in criminal acts making them conflict with the law is increasingly found. A child who is found to have committed a criminal offence can be sentenced to criminal punishment, so that he will be placed in a special child-building institution. (LPKA). Life at the Construction Institute turns out to have an influence on the psychological condition of the child. The separation of children from their families and their surroundings, the limited interaction of children with the outside world and society, the limitation of space and time for various activities can be stressful for children undergoing their construction. For that, a good emotion focused coping strategy is required to be able to cope with the stressor for children in conflict with the law. This research uses a qualitative approach with descriptive methods. Subjects in the study consisted of 3 people and were children in conflict with the law aged 16-20 years in LPKA Class II Bandung. Stressful conditions experienced by the subject in physical symptoms are difficulty sleeping, restlessness, nervousness, difficulty concentrating, fear of failure, forgetfulness, sadness, anger, frustration, saturation, regret, withdrawal and unable to relax. Later from this study it can be concluded that the three subjects use the five dimensions of emotion focused coping: distancing, escape avoidance, accepting responsibility, self control, and positive reappraisal.

Keywords: Stress, *Emotion-Focused Coping Strategy*, and ABH

PENDAHULUAN

Kejahatan merupakan sebuah tindakan yang melanggar hukum atau norma-norma yang berlaku di masyarakat. Tindakan ini dapat berupa perilaku yang merugikan orang lain baik secara fisik, materi, maupun psikologis. Tindakan kejahatan dapat dilakukan oleh siapa saja dan membuat seseorang mendapatkan sanksi atau hukuman

sesuai dengan aturan yang berlaku di masyarakat (Rahmadani dan Rinaldi, 2024). Pada masa ini, tidak sedikit anak-anak yang terlibat dengan tindak kejahatan (Ihsan, 2016). Dikutip dari laman Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan Republik Indonesia data yang didapat dari Sistem Data Base Pemasarakatan per Juli 2022 terdapat sejumlah

Share: Social Work Journal	Volume: 14	Nomor: 2	Halaman: 126-134	ISSN: 2339-0042 (p) ISSN: 2528-1577 (e) https://doi.org/10.40159/share.v14i2.56636
----------------------------	------------	----------	------------------	---

1940 anak yang tersebar di 33 LPKA seluruh Indonesia. Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan Andi selaku Staf Pembinaan di LPKA Kelas II Bandung, tercatat sejumlah 225 anak yang menjadi pelaku tindak pidana kejahatan per bulan Juli 2024. Terdapat empat faktor yang melatar belakangi anak untuk melakukan tindakan kejahatan yaitu faktor ekonomi, faktor pendidikan, faktor lingkungan, dan faktor lemahnya penegakkan hukum (Ihsan, 2016). Faktor-faktor tersebut dapat membuat anak berhadapan dengan hukum.

Anak yang telah melakukan tindakan kejahatan disebut dengan Anak yang Berkonflik dengan Hukum. Sebagaimana yang disebutkan dalam Undang-Undang No. 11 Tahun 2012 tentang Sistem Peradilan Anak bahwa “Anak yang Berkonflik dengan Hukum merupakan anak yang telah berumur 12 (dua belas) tahun, tetapi belum berumur 18 (delapan belas) tahun yang diduga melakukan tindak pidana”. Anak yang Berkonflik dengan Hukum yang terbukti melakukan tindak pidana kejahatan dapat dijatuhi hukuman pidana berdasarkan peraturan Undang-Undang yang berlaku (Walahe, 2013). Anak yang telah mendapatkan vonis hukuman pidana akan ditempatkan pada Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) (Kesuma, 2016). Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas II Bandung merupakan sebuah lembaga yang menaungi Anak Berhadapan dengan Hukum (ABH) untuk menjalani masa pidana atau pemasarakatannya (Utami & Raharjo, 2021).

Anak yang menjalani pembinaan di LPKA rentan mengalami berbagai tekanan psikologis yang dapat berujung pada stres ataupun kecemasan. Mereka seringkali menghadapi lingkungan yang penuh dengan tekanan dan tantangan baik dari segi fisik maupun emosional yang dapat mempengaruhi kondisi psikologis mereka (Matondang, 2021). Menurut Gussak perasaan sedih yang dialami oleh anak binaan setelah menerima hukuman bukanlah satu satunya dampak negatif yang dapat mereka rasakan. Anak binaan juga menghadapi berbagai hal lainnya seperti perasaan bersalah yang mendalam, menyesal, terenggutnya kebebasan, perasaan malu yang timbul karena status mereka sebagai pelaku tindak kejahatan, serta kehidupan dalam lembaga pembinaan yang sering kali penuh dengan tekanan (Mariana dan Sagita, 2019).

Maslihah (2016) menyebutkan beberapa kondisi yang dapat menimbulkan stres bagi anak

binaan ketika menjalani masa pembinaanya yaitu terpisahnya anak binaan dengan keluarga dan lingkungan asalnya, terbatasnya interaksi anak dengan dunia dan masyarakat luar, adanya keterbatasan ruang dan waktu untuk melakukan berbagai aktivitas. Seluruh faktor tersebut dapat menyebabkan stres yang berat dan memperburuk kondisi mental mereka selama menjalani masa pembinaan (Maslihah, 2018). Menurut Lazarus dan Folkman dalam (Grant et al, 2006) stres merupakan hubungan antara berbagai kejadian atau kondisi yang ada di lingkungan sekitar dengan penilaian kognitif individu terhadap tingkat dan jenis tantangan, kesulitan, kehilangan, maupun ancaman yang mereka hadapi (Sholichatun, 2011). Tekanan atau stres dapat menyebabkan gangguan pada tubuh dan pikiran seseorang, serta menuntut dan membebani individu tersebut untuk segera mengambil tindakan (Andyastanti et al, 2022). Oleh karena itu, diperlukan suatu cara untuk dapat mengatasi stres yang mereka alami selama menjalani pembinaan yaitu dengan strategi *coping*.

Strategi *coping* merupakan suatu upaya untuk mengelola atau mengurangi berbagai tuntutan internal maupun eksternal yang dihadapi. Proses ini melibatkan penggunaan sumber daya yang dimiliki individu untuk mengatasi berbagai kondisi yang menimbulkan stres (Raharjo dan Prahara, 2022). Menurut Lazarus dan Folkman (1984), strategi *coping* dapat dikategorikan menjadi dua jenis yaitu *Problem Focus Coping* yaitu melakukan *coping* dengan cara mengubah situasi untuk mengurangi atau menghilangkan sumber stres. *Emotion Focused Coping* yaitu melakukan *coping* dengan cara menyesuaikan respon emosional individu dengan sumber stres (Rahmania et, al., 2016). Strategi *Emotion Focused Coping* sering dipandang sebagai faktor penting yang berperan sebagai penyeimbang upaya individu dalam mempertahankan penyesuaian diri individu dengan sekitarnya (Arifin, 2011). Merujuk pada uraian mengenai latar belakang tersebut peneliti untuk mengetahui lebih dalam mengenai strategi *Emotion Focused Coping* yang digunakan oleh anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas II Bandung.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan fenomena sosial yang terjadi di masyarakat, khususnya terkait dengan

Share: Social Work Journal	Volume: 14	Nomor: 2	Halaman: 126-134	ISSN: 2339-0042 (p) ISSN: 2528-1577 (e) https://doi.org/10.40159/share.v14i2.56636
----------------------------	------------	----------	------------------	---

kondisi stres dan strategi coping pada anak yang berkonflik dengan hukum di LPKA Kelas II Bandung. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai pengalaman subjektif dan kondisi psikologis anak binaan. Metode ini memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai realitas yang dialami oleh subjek penelitian, sehingga dapat mengungkapkan dinamika yang terjadi dalam kehidupan mereka (Creswell, 2013).

Untuk mengumpulkan data, penelitian ini menggunakan teknik wawancara mendalam (in-depth interview) dan observasi non-partisipasi. Wawancara mendalam dilakukan untuk mendapatkan informasi yang lebih rinci mengenai pengalaman dan persepsi subjek terhadap stres serta strategi coping yang mereka terapkan. Observasi non-partisipasi digunakan untuk mengamati perilaku dan interaksi subjek secara langsung tanpa terlibat dalam aktivitas mereka. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi data primer, yang diperoleh langsung dari wawancara dan observasi, serta data sekunder berupa literatur yang relevan seperti buku, jurnal, artikel, dan modul. Subjek penelitian ini terdiri dari tiga anak binaan yang berusia 16-20 tahun dan terlibat dalam kasus tindak pidana pembunuhan, yang dipilih dengan teknik purposive sampling untuk memastikan relevansi data yang diperoleh dengan fokus penelitian (Patton, 2002).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kondisi Stres

Sarafino (2012) mengemukakan bahwa stres timbul akibat interaksi yang kompleks antara individu dan lingkungannya. Interaksi ini menciptakan kesenjangan signifikan antara tuntutan yang dihadapi dan kemampuan individu untuk memenuhi atau mengatasi tuntutan tersebut. Ketika tuntutan melebihi kapasitas individu, stres pun muncul sebagai respons adaptif. Sarafino juga menyatakan bahwa faktor penyebab stres tidak hanya bersifat internal, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor eksternal. Stres dapat timbul dari aspek biologis, psikologis, dan sosial, yang saling berinteraksi dalam mempengaruhi kondisi mental dan fisik seseorang (Aditama, 2017). Stres dapat terjadi karena adanya stresor. Andreasen & Black (2001) dalam (Musradinur, 2016) menjelaskan bahwa terdapat beberapa sumber stresor yaitu sebagai berikut:

Lingkungan

- a. Sikap Lingkungan. Terdapat tuntutan yang ada dalam masyarakat yang menyebabkan individu harus selalu berperilaku sesuai dengan norma yang berlaku dan diterima di lingkungan tersebut.
- b. Tuntutan dan sikap keluarga. Dalam lingkup keluarga terdapat tuntutan-tuntutan seperti rencana hidup yang harus mengikuti pilihan orang tua yang tidak sesuai dengan keinginan individu sehingga hal ini dapat memberikan tekanan kepada individu tersebut.
- c. Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK). Adanya tuntutan untuk dapat mengikuti perkembangan zaman agar tidak tertinggal dari orang lain.

Diri Sendiri

- a. Kebutuhan Psikologis. Terdapat tuntutan dari diri sendiri untuk mencapai hal yang diinginkan.
- b. Proses Internalisasi Diri. Terdapat tuntutan untuk menyerap hal-hal yang diinginkan sesuai dengan perkembangan.
- c. Pikiran
 - 1) Terkait dengan evaluasi individu terhadap lingkungan dan dampaknya pada dirinya serta persepsi individu terhadap lingkungan.
 - 2) Terkait dengan cara individu menilai adaptasi yang dilakukan oleh dirinya sendiri.

Merujuk pada penyebab stress menurut Andreasen & Black (2001) dapat disimpulkan bahwa sStresor yang berasal dari lingkungan dapat mempengaruhi individu dalam berbagai aspek kehidupan. Tuntutan yang ada dalam masyarakat, seperti norma sosial yang harus dipatuhi, dapat menimbulkan tekanan psikologis bagi individu yang merasa terhambat dalam mengekspresikan diri. Selain itu, dalam keluarga, tuntutan dari orang tua atau keluarga yang memiliki harapan tertentu sering kali bertentangan dengan keinginan individu, yang mengarah pada ketegangan emosional dan stres. Kemajuan teknologi dan ilmu pengetahuan juga menjadi stresor tersendiri, di mana individu merasa harus mengikuti perkembangan zaman agar tetap relevan di masyarakat. Tekanan ini menambah beban psikologis yang harus dihadapi.

Di sisi lain, stres juga dapat muncul dari dalam diri individu. Kebutuhan psikologis yang tinggi, seperti pencapaian tujuan atau pengakuan

Share: Social Work Journal	Volume: 14	Nomor: 2	Halaman: 126-134	ISSN: 2339-0042 (p) ISSN: 2528-1577 (e) https://doi.org/10.40159/share.v14i2.56636
----------------------------	------------	----------	------------------	---

dari orang lain, sering kali menjadi sumber stres ketika individu merasa tidak dapat mencapainya. Proses internalisasi diri yang terjadi dalam diri seseorang, di mana mereka harus menyesuaikan diri dengan harapan lingkungan dan diri sendiri, juga menjadi faktor penyebab stres. Pikiran dan persepsi individu terhadap lingkungannya memainkan peran penting dalam menilai adaptasi diri. Ketidakmampuan untuk menilai dan mengelola stresor dengan baik dapat memperburuk kondisi psikologis individu.

Sarafino dan dan Smith (2012) dalam Aditama (2017) memaparkan dua aspek dari *stress* yaitu sebagai berikut:

1. Aspek Biologis. Aspek biologis dapat dilihat melalui berbagai gejala fisik. Gejala-gejala fisik yang dapat dialami oleh individu ketika dihadapkan dengan stress meliputi sakit kepala, sulit tidur, masalah pencernaan, masalah terhadap pola makan, masalah kulit, keringat yang berlebih. Selain itu, stress dapat menyebabkan otot-otot menjadi tegang, pernapasan dan detak jantung tidak beraturan, merasa cemas, gelisah, gugup, dan sakit pencernaan seperti maag (Wilkinson, 2002 dalam Kesuma 2016).
2. Aspek Psikologis. Aspek psikologis dari stres dapat dilihat melalui gejala-gejala psikis sebagai berikut:
 - a. Gejala kognisi. Stres dapat mempengaruhi proses berpikir seseorang secara signifikan. Seseorang yang mengalami stres cenderung akan terganggu konsentrasinya, menurunnya daya ingat, *self esteem* yang rendah, takut gagal.
 - b. Gejala emosi. Stres dapat mengganggu keseimbangan emosi dari individu. Ketika seorang individu merasakan stres, maka akan timbul gejala mudah marah, sedih, depresi, dan merasa cemas berlebih.
 - c. Gejala tingkah laku. Stres dapat mempengaruhi perilaku seseorang dalam kesehariannya. Seseorang yang mengalami tekanan mental atau stres cenderung terlibat dalam berbagai perilaku negatif atau merugikan. Dampaknya, perilaku negatif ini berpotensi menimbulkan berbagai masalah dalam hubungan interpersonal. Gejala yang ditunjukkan adalah sulit untuk rileks, sulit melakukan kerja sama, mengkonsumsi alkohol, menarik diri, dll.

Dapat disimpulkan bahwa aspek dari *stress* menurut Sarafino dan Smith (2012) dalam Aditama

(2017) bahwa stres dapat mempengaruhi individu dalam dua aspek utama: biologis dan psikologis. Dari aspek biologis, gejala fisik yang muncul sebagai respons terhadap stres dapat mencakup sakit kepala, kesulitan tidur, masalah pencernaan, dan gangguan pola makan. Stres juga dapat menyebabkan ketegangan otot, detak jantung yang tidak beraturan, serta perasaan cemas, gelisah, dan gugup. Gejala fisik ini berhubungan dengan aktivasi sistem saraf dan respons tubuh terhadap ancaman yang dirasakan. Kondisi ini dapat berlanjut jika stres tidak dikelola dengan baik, mempengaruhi kualitas hidup individu.

Dari segi psikologis, stres memengaruhi tiga area utama: kognisi, emosi, dan tingkah laku. Gejala kognitif stres meliputi kesulitan berkonsentrasi, penurunan daya ingat, dan rasa takut akan kegagalan. Secara emosional, stres dapat menimbulkan perasaan mudah marah, kesedihan, kecemasan, atau depresi. Dampak psikologis ini berhubungan erat dengan ketidakmampuan individu untuk mengelola tekanan yang ada. Selain itu, stres juga mempengaruhi perilaku, dengan individu cenderung menarik diri, sulit bekerja sama, dan terlibat dalam perilaku negatif seperti konsumsi alkohol. Gejala perilaku ini berpotensi merusak hubungan sosial dan kesejahteraan secara keseluruhan.

Strategi *Emotion Focused Coping*

Lazarus dan Folkman (1984) *coping* merupakan sebuah proses yang melibatkan upaya-upaya kognitif dan perilaku yang terus berkembang dan berubah. Upaya-upaya ini dirancang untuk membantu individu mengatasi berbagai tuntutan yang berasal dari dalam diri sendiri, yang disebut dengan tuntutan internal maupun dari lingkungan sekitar, yang disebut dengan tuntutan eksternal. Tuntutan ini sering kali dianggap sebagai beban yang berat dan menekan. Sehingga individu merasa bahwa kapasitas sumber daya yang dimiliki tidak memadai untuk mengatasi tuntutan tersebut.

Sementara itu, menurut Sarafino (1994) dalam Itsnaini (2007) *coping* merupakan proses yang dinamis yang melibatkan pola tingkah laku dan pemikiran seorang individu. Proses ini dilakukan secara sadar untuk mengatasi berbagai tuntutan yang muncul dalam situasi yang penuh tekanan (Kesuma, 2016).

Keseluruhan pandangan ini menegaskan bahwa *coping* adalah mekanisme adaptif yang terus berkembang, dimana individu secara aktif

Share: Social Work Journal	Volume: 14	Nomor: 2	Halaman: 126-134	ISSN: 2339-0042 (p) ISSN: 2528-1577 (e) https://doi.org/10.40159/share.v14i2.56636
----------------------------	------------	----------	------------------	---

menggunakan strategi-strategi kognitif dan perilaku untuk mengelola stres yang timbul dari tantangan internal maupun eksternal. Mu'tadin (2002) dalam (Irmayani & Nainggolan, 2015) memaparkan beberapa faktor yang mempengaruhi penggunaan strategi *coping* sebagai berikut:

1. Kesehatan Fisik
2. Keyakinan atau Pandangan Positif
3. Kemampuan Memecahkan Masalah
4. Keterampilan Sosial
5. Dukungan Sosial
6. Dukungan materi

Emotion Focused Coping merupakan salah satu bentuk *coping* yang dapat digunakan oleh individu untuk mengatasi stres yang dirasakannya. Lazarus dan Folkman mendefinisikan *Emotion Focused Coping* sebagai strategi *coping* yang digunakan individu dengan memfokuskan upaya mereka pada pengelolaan emosi tanpa menghadapi sumber stres secara langsung (Arifin, 2011). Terdapat lima dimensi *Emotion Focused Coping* yang dipaparkan oleh Lazarus dan Folkman (1986) yaitu sebagai berikut:

1. *Distancing* yaitu upaya untuk memberikan jarak dengan masalah yang sedang dihadapi.
2. *Escape Avoidance* yaitu upaya mengatasi masalah dengan cara menghindari atau melupakan masalah untuk sementara waktu.
3. *Accepting Responsibility* yaitu penerimaan tanggung jawab ketika menghadapi masalah.
4. *Self Control* yaitu upaya mengendalikan diri dari tindakan-tindakan yang akan merugikan ketika sedang menghadapi suatu masalah.
5. *Positive Reappraisal* yaitu memiliki pandangan positif terhadap masalah yang sedang dihadapi.

Anak yang Berkonflik dengan Hukum

Anak yang berkonflik dengan hukum adalah individu yang berusia di bawah 18 tahun dan terlibat dalam proses hukum akibat dugaan atau tuduhan pelanggaran hukum. Menurut Child Protection Information Sheet (2006), status ini mencakup anak yang terlibat dalam tindakan yang melanggar hukum, baik sebagai pelaku maupun sebagai pihak yang terdampak oleh proses hukum. Dalam konteks ini, mereka tidak hanya berhadapan dengan konsekuensi hukum, tetapi juga menghadapi tantangan psikologis dan sosial yang dapat memengaruhi perkembangan mereka. Oleh karena itu, penting untuk memberikan pembinaan yang mendukung mereka dalam menjalani proses hukum dan pemulihan psikologis. Berdasarkan Undang-Unda No. 12 Tahun 1995 tentang

pemasyarakatan menyebutkan ada 3 kategori anak dalam lembaga pemasyarakatan yaitu:

- a. Anak Pidana yaitu anak yang berdasarkan putusan pengadilan menjalani pidana di LAPAS Anak paling lama sampai berumur 18 (delapan belas) tahun.
- b. Anak Negara yaitu anak yang berdasarkan putusan pengadilan diserahkan pada negara untuk di didik dan ditempatkan di LAPAS Anak paling lama sampai berumur 18 (delapan belas) tahun.
- c. Anak Sipil yaitu anak yang atas permintaan orang tua atau walinya memperoleh penetapan pengadilan untuk dididik di LAPAS Anak paling lama sampai berumur 18 (delapan belas) tahun.

Anak yang berkonflik dengan hukum yang sedang alam proses peradilan memiliki hak-hak yang diatur dalam UU No 11 Tahun 2012 sebagai berikut:

- a. Diperlakukan secara manusiawi dengan memperhatikan kebutuhan sesuai dengan umurnya
- b. Dipisahkan dari orang dewasa
- c. Memperoleh bantuan hukum dan bantuan lain secara efektif
- d. Melakukan kegiatan rekreasi
- e. Bebas dari penyiksaan, penghukuman, atau perlakuan lain yang kejam, tidak manusiawi, serta merendahkan derajat dan martabatnya
- f. Tidak dijatuhi pidana mati atau pidana seumur hidup
- g. Tidak ditangkap, ditahan, atau dipenjara, kecuali sebagai upaya terakhir dan dalam waktu yang paling singkat
- h. Memperoleh keadilan di muka pengadilan anak yang objektif, tidak memihak, dan dalam sidang yang tertutup untuk umum
- i. Tidak dipublikasikan identitasnya
- j. Memperoleh pendampingan orang tua atau wali dan orang yang dipercaya oleh anak
- k. Memperoleh advokasi sosial
- l. Memperoleh kehidupan pribadi
- m. Memperoleh aksesibilitas, terutama bagi anak cacat
- n. Memperoleh pendidikan
- o. Memperoleh pelayanan kesehatan
- p. Memperoleh hak lain sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan

Anak binaan sering kali mengalami stres saat mereka melakukan penyesuaian diri di masa awal pembinaan, mengingat adanya perubahan signifikan dalam hidup mereka. Perubahan tersebut

Share: Social Work Journal	Volume: 14	Nomor: 2	Halaman: 126-134	ISSN: 2339-0042 (p) ISSN: 2528-1577 (e) https://doi.org/10.40159/share.v14i2.56636
----------------------------	------------	----------	------------------	---

menciptakan tekanan psikologis yang harus mereka hadapi. Hal ini sejalan dengan pendapat Agustin (2009), yang menyatakan bahwa stres adalah kondisi di mana individu harus beradaptasi dengan peristiwa atau perubahan dalam hidup mereka. Semakin besar perubahan yang dialami, maka tingkat stres yang dirasakan juga akan semakin tinggi. Proses adaptasi ini memerlukan pengelolaan yang tepat agar stres tidak berlarut-larut. Untuk itu, strategi coping menjadi sangat penting dalam membantu individu, khususnya anak binaan, untuk mengurangi dampak negatif stres. Kesuma (2016) menambahkan bahwa coping strategy atau strategi menghadapi stres berfungsi untuk mengurangi ketegangan psikologis yang timbul dan membantu individu untuk kembali berfungsi secara optimal dalam situasi yang penuh tekanan.

Kondisi Stres Anak yang Berkonflik Dengan Hukum

Hasil dari wawancara yang penulis lakukan dengan subjek, dapat diketahui bahwa pada masa pembinaan ketiga subjek mengalami beberapa gejala stres. Berdasarkan aspek biologis, gejala fisik yang dialami oleh subjek mencerminkan tanda-tanda stres. Subjek AY mengeluhkan sulit tidur dan perasaan gelisah, yang umum terjadi pada individu yang mengalami peningkatan aktivitas sistem saraf simpatik akibat stres (Sarafino & Smith, 2014). Subjek AM juga mengalami kesulitan tidur, yang sering dikaitkan dengan gangguan ritme sirkadian akibat tekanan emosional atau psikologis (American Psychological Association, 2013). Sementara itu, subjek MA sempat merasa gugup dan gelisah, yang merupakan reaksi fisik terhadap rasa cemas dan ketegangan mental (Lazarus & Folkman, 1984). Dari aspek psikologis, gejala stres pada anak binaan dapat dikelompokkan menjadi tiga kategori utama: gejala kognitif seperti kesulitan berkonsentrasi atau berpikir jernih, gejala emosional seperti rasa cemas atau depresi, dan gejala tingkah laku seperti perubahan pola makan atau tidur (Sarafino & Smith, 2014). Pemahaman menyeluruh tentang gejala ini penting untuk intervensi yang efektif.

Gejala kognisi, emosi, dan tingkah laku yang dialami oleh subjek AY, AM, dan MA selama masa pembinaan menunjukkan kompleksitas respons psikologis yang berkaitan erat dengan situasi mereka sebagai penghuni Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA). Subjek AY mengungkapkan ketakutan akan kegagalan, yang

didalami lebih lanjut ternyata terkait dengan tekanan ekspektasi terhadap dirinya untuk berubah selama pembinaan. Ketakutan ini muncul dari kekhawatiran tidak mampu memperbaiki diri atau mendapatkan kembali kepercayaan dari keluarga dan masyarakat. Menurut teori kognitif Beck (1976), pola pikir negatif AY tentang masa depan menciptakan lingkaran kecemasan yang memperburuk rasa takutnya.

Pada subjek AM, sulit berkonsentrasi menjadi kendala utama dalam menjalani aktivitas pembinaan. Wawancara mendalam mengungkap bahwa gangguan konsentrasi ini dipengaruhi oleh perasaan bersalah dan memori tentang kesalahan masa lalu, yang terus menghantui pikiran. Fenomena ini dapat dianalisis menggunakan teori stres Lazarus dan Folkman (1984), di mana ketidakmampuan AM mengelola stresor psikologis menyebabkan kesulitan fokus dan pengambilan keputusan.

Subjek MA, di sisi lain, mengalami kesulitan berkonsentrasi dan mudah lupa, yang diidentifikasi sebagai dampak langsung dari tekanan emosional selama pembinaan. Gejala ini, bila dianalisis menggunakan teori neuropsikologi, mungkin berkaitan dengan peningkatan kortisol akibat stres kronis, yang memengaruhi fungsi memori jangka pendek (McEwen, 2007).

Gejala emosional seperti kesedihan, kecemasan, dan penyesalan juga dialami ketiga subjek. Pada subjek AY, penyesalan mendalam muncul dari tindakan yang telah menyebabkan kerugian bagi orang lain. Peneliti menemukan bahwa emosi ini terkait erat dengan rasa kehilangan makna diri, yang menurut Viktor Frankl (1959), dapat menciptakan perasaan putus asa jika tidak ditemukan nilai baru dalam hidup. Subjek AM mengungkapkan kesedihan mendalam yang disertai kemarahan terhadap dirinya sendiri, yang dipicu oleh kegagalan mengendalikan situasi di masa lalu. Sementara itu, subjek MA merasakan kecemasan yang terhubung dengan ketakutan akan penerimaan kembali oleh lingkungan sosialnya.

Gejala tingkah laku juga bervariasi, dengan subjek AY dan MA yang menunjukkan keinginan untuk menyendiri sebagai cara menghadapi tekanan emosional. Menurut teori perilaku Skinner (1953), perilaku ini bisa menjadi mekanisme penghindaran terhadap situasi yang dianggap penuh ancaman. Di sisi lain, subjek AM merasa sulit untuk rileks karena terus-menerus memikirkan masa depan yang tidak pasti, yang menunjukkan respons hiperaktivasi sistem saraf

Share: Social Work Journal	Volume: 14	Nomor: 2	Halaman: 126-134	ISSN: 2339-0042 (p) ISSN: 2528-1577 (e) https://doi.org/10.40159/share.v14i2.56636
----------------------------	------------	----------	------------------	---

akibat stres. Analisis ini menunjukkan bahwa setiap gejala kognisi, emosi, dan tingkah laku saling berkaitan dan berakar pada pengalaman subjektif masing-masing individu. Pendekatan teoritis yang tepat membantu memahami makna dari respons-respons ini dan memberikan landasan untuk intervensi yang lebih efektif dalam pembinaan.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa kesamaan kondisi stres yang dialami oleh anak binaan di LPKA Kelas II Bandung. Dalam hal ini, anak binaan berusaha untuk mengurangi atau mengatasi stres yang dihadapinya sebagai bentuk dari *coping*.

Emotion Focused Coping Anak yang Berkonflik Dengan Hukum

Ketiga subjek menggunakan *Emotion Focused Coping* untuk mengatasi masalah atau stres yang dialaminya. Berikut ini merupakan beberapa tindakan Emotion Focused Coping yang digunakan oleh anak binaan di LPKA Kelas II Bandung, yaitu (1) *Distancing*. Subjek AY melakukannya dengan cara menyendiri, subjek AM melakukannya dengan cara berolahraga, subjek MA melakukannya dengan cara menyendiri dan memikirkan hal-hal yang positif; (2) *Escape Avoidance*. Subjek AY melakukannya dengan cara meninggalkan masalahnya sementara atau bermain bersama teman di LPKA, subjek AM melakukannya dengan cara menyibukkan diri, subjek MA melakukannya dengan cara mengaji untuk mengalihkan pikiran; (3) *Accepting Responsibility*. Ketiga subjek melakukannya dengan cara pasrah menerima apa yang terjadi dan berkomitmen untuk menjalankan kewajibannya di LPKA; (4) *Self Control*. Ketiga subjek melakukannya dengan cara berpikir sebelum bertindak untuk menahan dirinya ketika sedang emosi; (5) *Positive Reappraisal*. Ketiga subjek memiliki pandangan positif terhadap masalah yang dihadapinya. Masalah dianggap sebagai pembelajaran dalam hidupnya dan motivasi yang membangun untuk menjadi pribadi yang lebih baik. Bagi ketiga subjek, *Emotion Focused Coping* menjadi cara yang efektif untuk mengatasi masalah yang sedang mereka hadapi selama di LPKA Kelas II Bandung.

Ketiga subjek mengelola emosinya ketika merasa tidak bisa mengubah situasi yang menekan. Hal ini sesuai dengan pendapat Davidson & Neale (2001) dalam Itsnaini Oktarina (2007) yang memaparkan bahwa *Emotion Focused Coping*

merupakan upaya untuk mengendalikan respon emosional seorang individu ketika menghadapi situasi yang menimbulkan stres. Ketika seorang individu tidak dapat mengubah stresor yang dihadapinya, ia cenderung berfokus pada pengelolaan emosinya (Kesuma, 2016).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang kondisi stres dan strategi coping yang digunakan oleh anak-anak yang berkonflik dengan hukum di LPKA Kelas II Bandung, ditemukan bahwa anak-anak binaan mengalami tekanan psikologis yang memengaruhi kondisi biologis dan psikologis mereka. Stres yang dialami oleh anak binaan dapat dibagi dalam dua aspek utama, yaitu aspek biologis dan psikologis. Aspek biologis mencakup gejala fisik seperti kesulitan tidur, kecemasan, dan kegelisahan yang dirasakan oleh anak binaan ketika menghadapi stres. Sementara itu, aspek psikologis meliputi gejala kognitif, emosional, dan tingkah laku yang menunjukkan dampak psikologis dari stres yang mereka alami.

Gejala kognitif yang dialami oleh anak-anak ini termasuk kesulitan berkonsentrasi, ketakutan akan kegagalan, dan kecenderungan untuk lupa. Secara emosional, mereka merasakan perasaan sedih, cemas, menyesal, dan frustrasi. Dalam aspek tingkah laku, stres juga berpengaruh pada tindakan mereka, seperti menarik diri dari interaksi sosial dan kesulitan untuk rileks. Hal ini menunjukkan bahwa stres yang dialami oleh anak-anak tersebut tidak hanya berdampak pada kondisi fisik, tetapi juga pada fungsi kognitif, emosional, dan sosial mereka.

Untuk mengatasi stres ini, anak-anak binaan di LPKA Kelas II Bandung menggunakan berbagai dimensi dari strategi *Emotion-Focused Coping*. Strategi ini melibatkan lima dimensi utama: *distancing* (menyendiri atau mencari jarak dari masalah), *escape avoidance* (mengalihkan perhatian dengan aktivitas lain), *accepting responsibility* (menerima tanggung jawab atas situasi yang dihadapi), *self-control* (mengendalikan emosi), dan *positive reappraisal* (memandang masalah dengan cara yang lebih positif dan sebagai pelajaran hidup).

Dalam penelitian ini, setiap subjek menggunakan strategi *Emotion-Focused Coping* dengan cara yang berbeda. Misalnya, subjek AY menggunakan *distancing* dengan menyendiri dan mencari jarak dari masalah, serta *escape avoidance* dengan bermain bersama teman. Subjek AM

Share: Social Work Journal	Volume: 14	Nomor: 2	Halaman: 126-134	ISSN: 2339-0042 (p) ISSN: 2528-1577 (e) https://doi.org/10.40159/share.v14i2.56636
----------------------------	------------	----------	------------------	---

mengalihkan perhatiannya dengan berolahraga dan menyibukkan diri dengan aktivitas yang bermanfaat, sementara subjek MA memilih untuk menyendiri dan merenung, serta mengaji untuk mengalihkan pikirannya. Ketiga subjek memiliki kesamaan dalam menggunakan dimensi *accepting responsibility*, *self-control*, dan *positive reappraisal* dengan cara menerima situasi yang terjadi, berkomitmen untuk menjalankan kewajiban mereka, berpikir sebelum bertindak untuk mengendalikan emosi, dan melihat masalah sebagai pelajaran positif.

Temuan ini menunjukkan bahwa strategi *Emotion-Focused Coping* yang digunakan oleh anak-anak binaan sangat penting dalam membantu mereka beradaptasi dengan stres dan tantangan yang dihadapi selama masa pembinaan. Pendekatan ini juga menggarisbawahi pentingnya pengelolaan emosi dalam proses pembinaan untuk mempersiapkan mereka kembali ke masyarakat. Strategi coping yang tepat dapat meningkatkan kemampuan anak-anak berkonflik dengan hukum dalam mengatasi tekanan psikologis dan mempersiapkan mereka untuk kehidupan yang lebih baik setelah masa pembinaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditama, D. (2017). Hubungan antara spiritualitas dan stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. *Jurnal eL-Tarbawi*, 39-42.
- Arifin, S. (2011). Dukungan sosial, emotional focus coping dan stres peserta program keluarga harapan (Doctoral dissertation, Tesis).
- Della, N. V. (2022). Peran pekerja sosial dalam pendampingan anak yang berhadapan dengan hukum di Kota Padang Panjang. *Jurnal Intervensi Sosial dan Pembangunan (JISP)*, 17-34.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Schetter, C. D., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 992-1003.
- Ihsan, K. (2016). Faktor penyebab anak melakukan tindakan kriminal (Studi Kasus Lembaga Masyarakatan Pekanbaru Kelas II B). *JOM FISIP*, 1-15.
- Kesuma, D. D. (2016). Stress dan strategi coping pada anak pidana. *Psikoborneo*, 391-398.
- Mariana, R., & Sagita, M. P. (2019). Strategi regulasi emosi narapidana anak di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Klas II Tanjung Pati Payakumbuh. *Jurnal PSYCHE 165 Fakultas Psikologi*, 11-20.
- Maslihah, S. (2018). Strategi koping, dukungan petugas, dan kesejahteraan psikologis anak berkonflik dengan hukum. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 13-22.
- Matondang, W. P. (2021). Kondisi mental yang dialami narapidana anak dan upaya penanggulangannya agar bisa kembali ke dalam kehidupan bermasyarakat. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 303-309.
- Musradinur. (2016). Stres dan cara mengatasinya dalam perspektif psikologi. *Jurnal Edukasi*, 183-200.
- Raharjo, S. T., & Prahara, S. A. (2022). Mahasiswa yang bekerja: Problem focused coping dengan academic burnout. *Jurnal Sudut Pandang (JSP)*, 175-192.
- Rahmadani, D. P., & Rinaldi, K. (2024). Pembinaan terhadap narapidana dengan hukuman seumur hidup (Studi Kasus di Lapas Kelas IIA Pekanbaru). *Bureaucracy Journal: Indonesia Journal of Law and Social-Political Governance*, 1222-1234.
- Rahmawati, A., & Mayangsari, W. (2022). Peran pekerja sosial koreksional dalam rehabilitasi dan reintegrasi sosial anak berhadapan dengan hukum di LKSA Bengkel Jiwa Kabupaten Jember. *REHSOS: Jurnal Ilmiah Rehabilitasi Sosial*, 76-92.
- Sholichatun, Y. (2011). Stres dan strategi coping pada anak didik di Lembaga Masyarakatan Anak. *PSIKOISLAMKA, Jurnal Psikologi Islam (JPI)*, 23-42.
- Strauss, A., & Corbin, J. (2003). *Penelitian kualitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 1995 tentang Masyarakatan. (n.d.). Retrieved from Badan Pembinaan Hukum Nasional: <https://bphn.go.id/data/documents/95uu012.pdf>
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2012 tentang Sistem Peradilan Pidana Anak. (n.d.). BPHN. Retrieved June 29, 2023, from

Share: Social Work Journal	Volume: 14	Nomor: 2	Halaman: 126-134	ISSN: 2339-0042 (p) ISSN: 2528-1577 (e) https://doi.org/10.40159/share.v14i2.56636
----------------------------	------------	----------	------------------	---

<https://www.bphn.go.id/data/documents/12uu011.pdf>.

- UNICEF. (2006). *Child protection information sheets*. UNICEF.
- Walahe, S. (2013). Pertanggungjawaban pidana dari anak dibawah umur yang melakukan pembunuhan. *Lex Crimen*, 43-52.
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Sage Publications.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods* (3rd ed.). Sage Publications.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (8th ed.). Wiley.
- American Psychological Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Association.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. Meridian.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- McEwen, B. S. (2007). Physiology and neurobiology of stress and adaptation: Central role of the brain. *Physiological Reviews*, 87(3), 873–904. <https://doi.org/10.1152/physrev.00041.2006>
- Frankl, V. E. (1959). *Man's search for meaning*. Beacon Press.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. Macmillan.