



**STRATEGI *COPING* STRES PADA NARAPIDANA LANSIA DENGAN
RIWAYAT KASUS PELECEHAN SEKSUAL DI LEMBAGA
PEMASYARAKATAN KELAS IIB TANJUNG PATI**

SKRIPSI

*Ditulis Sebagai Syarat untuk Penyelesaian Studi (S-1)
Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
UIN Mahmud Yunus Batusangkar*

KHOBIBAH NUR ADILA

NIM: 2130306039

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAHMUD YUNUS
BATUSANGKAR
2025**



**STRESS COPING STRATEGIES IN ELDERLY PRISONERS WITH A
HISTORY OF SEXUAL HARASSMENT CASES IN CLASS IIB TANJUNG
PATI CORRECTIONAL INSTITUTION**

THESIS

*Written as a Requirement for Completion of Studies Islamic
Psychology Study Program, Faculty of Ushuluddin Adab and Da'wah
UIN Mahmud Yunus Batusangkar*

KHOBIBAH NUR ADILA

No Reg. 2130306039

**ISLAMIC PSYCHOLOGY STUDY PROGRAM
FACULTY OF USHULUDDIN ADAB AND DAKWAH
MAHMUD YUNUS STATE ISLAMIC UNIVERSITY
BATUSANGKAR
2025**



استراتيجيات التعامل مع الضغوط لدى السجناء المسنين الذين لديهم تاريخ من قضايا
التحرش الجنسي في مؤسسة تانجونج باتي الإصلاحية من الفئة الثانية ب

أَطْرُوحَة

(ال بكالوريوس درجة) الدراسة لإكمال كم تطلب كُتُب

والدعوة والأدب الدين أصول كلية الإسلام، النفس علم دراسة برنامج

بات وسانكار يونس محمود جامعة

بواسطة

خادم نور عديلة

نيم ٢١٣٠٣٠٦٠٣٩

برنامج دراسة علم النفس الإسلامي
كلية اوشولودين الادب والدعوة
جامعة محمود يونس الإسلامية الحكومية
باتوسانكار
٢٥٢٠

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Khobibah Nur Adila

NIM : 2130306039

Jurusan : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul **“Strategi *Coping* Stres Pada Narapidana Lansia Dengan Riwayat Kasus Pelecehan Seksual Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati”** adalah **benar karya sendiri, bukan plagiat** kecuali yang dicantumkan sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku. Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Batusangkar, 10 Agustus 2025
Saya yang menyatakan,

Khobibah Nur Adila
NIM. 2130306039

BIODATA PENULIS



Nama : Khobibah Nur Adila
Nim : 2130306039
Tempat, Tanggal Lahir : Sawah Parik, 15 Februari 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Jorong Sawah Parik, Nagari Tanjung Alam,
Kecamatan Tanjung Baru, Kabupaten Tanah Datar,
Provinsi Sumatera Barat

No HP : 0812-7541-3342
Email : khobibahbts@gmail.com
Nama Orang Tua :
- Ayah : Zulbasri
- Ibu : Syahdiar
Riwayat Pendidikan :

1. PAUD Beringin Sakti pada Tahun 2007-2008
2. TK Beringin Sakti pada Tahun 2008-2009
3. SDN 30 Gantiang Ateh pada Tahun 2009-2015
4. SMPN 1 Tanjung Baru pada Tahun 2015-2018
5. SMAN 1 Salimpaung pada Tahun 2018-2021
6. S1 Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar

Pengalaman Organisasi : Bendahara Komisariat UAD DPC GMNI Kabupaten Tanah Datar

Motto : *“Kesuksesan bukan milik mereka yang pintar, tapi milik mereka yang gigih berusaha”*

HALAMAN PERSEMBAHAN

Sembah sujud dan rasa syukur yang tak terhingga ku panjatkan kepada Allah SWT, Sang Maha Pemilik Kasih dan Sayang. Atas limpahan Rahmat dan Karunia-Nya, Engkau telah menguatkan langkahku, membekaliku dengan ilmu, dan mengajarkanku arti cinta sejati Dengan izin-Mu, karya sederhana ini akhirnya dapat terselesaikan. Shalawat serta salam senantiasa turunkan kepada Nabi Muhammad SAW, teladan mulia bagi seluruh umat manusia, yang membawa cahaya kebenaran ke dunia. Karya ini dengan sepenuh hati kupersembahkan kepada mereka yang paling aku kasahi dan sayangi, sebagai ungkapan rasa hormat, cinta, dan terima kasih yang mendalam.

Ayah Dan Ibu Tercinta

Terima kasih Ayah (Zulbasri) dan Ibu (Syahdiar) telah menjadi pelita dalam setiap gelapku, tempat pulang yang tak pernah letih menerima luka dan lelahku. Doa kalian adalah kekuatan paling sunyi yang tak pernah padam, bahkan saat aku sendiri nyaris menyerah. Tak ada kata yang cukup untuk menggambarkan cinta dan pengorbanan kalian. Keringat yang tak terlihat, tangis yang tak terdengar, dan doa-doa yang tak pernah absen dari setiap malam, semua menjadi pondasi di balik hadirnya skripsi ini. Karya sederhana ini mungkin tak sebanding dengan segala yang telah kalian beri, tapi biarlah menjadi bentuk kecil baktiku, bahwa setiap huruf yang kutulis adalah jejak kasih kalian yang hidup dalam diriku.

Dosen Pembimbing Tugas Akhir

Dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, saya sampaikan yang mendalam kepada Ibunda Mutia Aini Ahmad, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi saya. Terima kasih atas bimbingan yang tulus, arahan yang bijaksana, dan kesabaran dalam membimbing saya selama proses penyelesaian karya ini. Nasihat, ilmu, dan dukungan yang Ibu dan juga menjadi bekal berharga untuk perjalanan saya ke depan. Semoga kebaikan dan dedikasi Ibu menjadi amal jariyah yang terus mengalir. Aamiin aamiin ya Rabbal 'Aalamin

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb

Alhamdulillah segenap puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, karena berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi yang berjudul “Strategi *Coping* Stress Pada Narapidana Lansia Dengan Riwayat Kasus Pelecehan Seksual Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati”, Selanjutnya, shalawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW yang telah meninggalkan dua pedoman hidup untuk manusia sebagai petunjuk kejalan yang benar yakni AL-Qur’an dan Sunnah.

Penulisan skripsi ini adalah syarat untuk melengkapi syarat-syarat dan tugas untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi Islam di Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar. Penghargaan yang tidak terhingga kepada kedua orang tua peneliti yang telah memberikan do’a dan dukungan baik moril maupun materil. Ucapan terima kasih atas do’a dan kasih sayangnya yang tulus dalam setiap jejak langkah hidup penulis, sehingga mampu menyelesaikan penelitian skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan dan motivasi dari banyak pihak, baik secara moril maupun materil. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis sampaikan ucapan terima kasih yang tulus kepada:

1. Teristimewa untuk Ayahanda Zulbasri dan Syahdiar, Terima kasih atas kasih sayang yang tak terhingga, doa yang selalu menyertai setiap langkah penulis, serta segala pengorbanan, nasihat, dan semangat yang mereka berikan tanpa lelah. Dari mereka penulis belajar arti ketulusan, kekuatan, dan keyakinan dalam menjalani hidup. Skripsi ini adalah buah dari perjuangan yang tak akan pernah tercapai tanpa restu dan cinta mereka.

Semoga Allah SWT selalu memberkahi dan menjaga Ayah dan Ibu, serta membalas semua kebaikan dengan balasan terbaik.

2. Prof. Delmus Puneri Salim, S.Ag., Ma., M.Res., Ph.D selaku Rektor Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar, yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menyelesaikan program S1.
3. Dr. Risman Bustamam, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN Mahmud Yunus Batusangkar yang telah memberikan dukungan dan layanan fasilitas dalam proses perkuliahan, selama penulis mengikuti perkuliahan dan menyelesaikan penelitian skripsi.
4. Ibunda Sri Putri Rahayu Z., S.Psi., M.A selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar sekaligus sebagai Dosen Penguji skripsi yang telah meluangkan waktunya untuk penulis menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibunda Mutia Aini Ahmad, M.Psi., Psikolog sebagai dosen pembimbing skripsi penulis, yang sudah membimbing penulis hingga bisa sampai ditahap ini yang meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing penulis serta memberikan saran dan semangat kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Ibunda Dr. Wahidah Fitriani, S.Psi., M.A sebagai Dosen Penguji skripsi yang telah meluangkan waktunya untuk menguji penulis.
7. Bapak Dian Erhan Saputra, S.Psi., Psikolog yang telah meluangkan waktunya sebagai Validator (*Professional Judgment*) dalam penyusunan pedoman wawancara untuk penelitian skripsi ini.
8. Civitas Akademik Fakultas Ushuludin Adab dan Dakwah yang telah membantu kelancaran administrasi Penulisan penulis.
9. Bapak dan ibu dosen yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama menuntut ilmu di UIN MY Batusangkar.
10. Kepada Abang-abang penulis Hendra Kusuma, Eka Putra dan Dio Yohanda, serta Kakak Ipar penulis Irdawati, dan ponakan-ponakan penulis Faris, Fursan, Fatir dan Fikri, serta keluarga besar yang senantiasa

memberikan do'a, semangat, kasih sayang, dukungan serta bantuan moril dan materil sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

11. Bapak Julius Barus selaku Kepala Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati beserta seluruh jajaran Atas izin, bantuan, serta kesempatan yang telah diberikan kepada penulis dalam proses pelaksanaan penelitian. Terima kasih atas keramahan, bimbingan, dan dukungan selama penulis berada di lingkungan Lapas.
12. Kepada Bapak-bapak Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati selaku informan terima kasih banyak sudah meluangkan waktunya untuk membantu penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
13. Kepada sahabat penulis di kampus (Jumiati Putri, Metania Mahardewi, Livia, Deasy Syafitri Maharani, Elvi Rahayu Paramitha) Terima kasih banyak sudah ikhlas untuk penulis repotkan, terima kasih sudah menjadi saudara walau tak sedarah bagi penulis, terima kasih untuk semua hal baik dan buruk yang telah kita lalu bersama. dan seluruh Keluarga Besar Psikologi Islam, khususnya angkatan 2021 yang telah memberikan semangat dan motivasi kepada penulis sehingga sampai pada tahap ini.
14. Dan yang terakhir penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada sosok yang selama ini diam-diam berjuang tanpa henti. Terimakasih kepada penulis skripsi ini yaitu diriku sendiri, Khobibah Nur Adila. Anak bungsu yang sekarang berusia 22 tahun manusia yang sangat keras kepala namun hatinya mudah nangis seperti anak kecil pada umumnya. Terimakasih telah turut hadir didunia ini, telah berjalan sejauh ini, dan terus berjalan melewati tantangan yang semesta hadirkan. Aku bangga atas langaka kecil yang kau ambil, walaupun harapan tidak sesuai dengan apa yang semesta berikan, berbahagialah dimanapun berada, bersinarlah dimanapun dirimu bertumpuh. Aku berdoa semoga langkah dari kaki kecilmu selalu diperkuat, dikelilingi orang-orang hebat, serta mimpimu satu persatu akan terjawab.

Penulis berharap mudah-mudahan Allah SWT membalas semua kebaikan baik berupa bimbingan, motivasi, semangat dan bantuan yang telah diberikan dengan berlipat-lipat ganda dan semoga menjadi amal ibadah di sisi-Nya Aamiin.

Penulis memintamaaf, jika dalam skripsi ini terdapat kekhilafan dan kekeliruan, baik secara teknis maupun isinya. Kritik yang konstruktif dan sehat sangat Penulis harapkan demi sempurnanya skripsi ini.

Batusangkar, 10 Agustus 2025

Penulis

Khobibah Nur Adila

NIM. 2130306039

ABSTRAK

Khobibah Nur Adila, NIM 2130306039 judul skripsi: “**Strategi Coping Stres Pada Narapidana Lansia Dengan Riwayat Kasus Pelecehan Seksual Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati**”. Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN Mahmud Yunus Batusangkar, 2025, 76 halaman.

Berdasarkan fenomena yang terjadi di lapangan dimana narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual merupakan kelompok yang sangat rentan mengalami stres psikologis selama menjalani masa hukuman di lembaga pemasyarakatan kelas IIB Tanjung Pati. Proses penuaan, stigma sosial, keterbatasan fisik, serta minimnya dukungan psikologis menjadi pemicu utama munculnya tekanan mental yang signifikan. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bentuk strategi *coping* stres yang digunakan oleh narapidana lansia dalam menghadapi tekanan selama menjalani hukuman.

Jenis penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara mendalam terhadap narapidana lanjut usia dan warga binaan lain yang berperan sebagai informan pendukung. Sumber data primer dalam penelitian ini sejumlah 2 orang dan sumber data sekunder 1 orang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa narapidana lansia menggunakan berbagai strategi *coping* stres. Strategi *problem-focused coping* tampak dari perilaku seperti mengikuti kegiatan pembinaan, bertani, menyusun rencana masa depan, dan berupaya menyelesaikan masalah melalui konsultasi. Sementara itu, *emotion-focused coping* tampak melalui aktivitas seperti beribadah, menerima keadaan (*acceptance*), mencari dukungan emosional dari sesama narapidana, serta melakukan distraksi diri seperti merokok, tidur, dan bercanda.

Kata Kunci: *Coping* Stres, Narapidana Lansia, Pelecehan Seksual, Lapas, Lazarus dan Folkman.

ABSTRACT

Khobibah Nur Adila, NIM 2130306039, thesis title: "Stress Coping Strategies in Elderly Inmates with a History of Sexual Abuse Cases at the Class IIB Tanjung Pati Penitentiary." Islamic Psychology Study Program, Faculty of Ushuluddin Adab and Da'wah, UIN Mahmud Yunus Batusangkar, 2025, 76 page.

Based on the phenomenon that occurs in the field, elderly inmates with a history of sexual abuse cases are a group that is very vulnerable to experiencing psychological stress while serving their sentences at the Class IIB Tanjung Pati Penitentiary. The aging process, social stigma, physical limitations, and lack of psychological support are the main triggers for the emergence of significant mental stress. This study aims to understand the forms of stress coping strategies used by elderly inmates in dealing with pressure while serving their sentences.

The research used a qualitative approach, with data collection techniques consisting of in-depth interviews with elderly inmates and other inmates who served as supporting informants. Two primary data sources were used, while one secondary data source was used.

The results showed that elderly inmates used various stress coping strategies. Problem-focused coping strategies were evident in behaviors such as participating in developmental activities, farming, making future plans, and attempting to resolve problems through counseling. Meanwhile, emotion-focused coping strategies were evident in activities such as praying, accepting the situation (acceptance), seeking emotional support from fellow inmates, and engaging in distractions such as smoking, sleeping, and joking.

Keywords: Coping with Stress, Elderly Inmates, Sexual Abuse, Prisons, Lazarus and Folkman.

خلاصة

عنوان الرسالة: "استراتيجيات" ٢١٣٠٣٠٦٠٣٩ خديجة نور عادل، رقم الرسالة: ريخ من حالات الاع تداء ال تعامل مع ال ضغط لى ال سجناء المسنين الذين لديهم تا الجنسي في سجن تانجونج باتي، ال فئة ال ثانية ب". برنامج دراسة علم النفس حمود يونس بات وسانكار، 5202، الإسلامى، كلية أصول الدين والأدب والادعوة، جامعة م صفة. ٧٦

الجنسي فئة بناءً على دراسة ميدانية، يُعدّ السجناء المسنون الذين لديهم تاريخ من الاعتداء شديدة التأثير بالضغط النفسية أثناء قضاء عقوبتهم في سجن تانجونج باتي من الفئة الثانية ب. وتُعدّ عملية التقدم في السن، والوصمة الاجتماعية، والإعاقات الجسدية، وقلة الدعم النفسى، من العوامل الرئ يسية المسد بة ل لضغوط ال نفسية ال شديدة. إلى فهم أساليب ال تعامل مع ال ضغط ال تي ي س تخدمها تهدف هذه الدراسة ال سجناء المسنون ل ل تعامل مع ضغط قضاء عقوبتهم.

أظهرت نتائج ال بحث أن ال نزلاء المسنين اس تخدموا استراتيجيات متنوعة ل ل تعامل مع ال ضغط. وظهرت استراتيجيات ال تعامل ال تي تركز على المشكلات في طة ال تدريب، والزراعة، ووضع ال خطط المسد بة بة، سلوكيات مثل المشاركة في أنشطة ومحاولة حل المشكلات من خلال ال اسشارة. في المقابل، تجلى ال تعامل ال ذي يركز على المشاعر في أنشطة مثل الصلاة، وتقبل ال وضع، وطلب ال دعم ال عاطفي من م، زملائهم ال نزلاء، والاندخراط في أنشطة تشهت ال ان تباه مثل ال تدخين، والمواعظ.

ال كلمات المفتاحية: ال تعامل مع ال ضغط، ال سجناء المسنين، ال تحرش الجنسي، ال سجن، ل عازر وف ولمان.

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian.....	7
C. Sub Fokus Penelitian.....	7
D. Pertanyaan Penelitian	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Dan Luaran Penelitian	8
G. Definisi Istilah.....	9
BAB II	10
KAJIAN TEORI	10
A. Landasan Teori	10
1. <i>Coping</i> Stres	10
2. Narapidana.....	18
3. Lansia	22
4. Lembaga Pemasarakatan	26
B. Penelitian Yang Relevan.....	30
BAB III	33
METODE PENELITIAN	32
A. Jenis Penelitian	32
B. Latar Dan Waktu Penelitian	32
C. Subjek Penelitian	33
D. Instrumen Penelitian.....	34
E. Sumber Data.....	34
F. Teknik Pengumpulan Data	34

G. Teknik Analisa Dan Interpretasi Data.....	35
H. Teknik Penjamin Dan Keabsahan Data.....	36
BAB IV	37
TEMUAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	37
A. Temuan Penelitian.....	37
B. Temuan khusus penelitian	41
C. Pembahasan.....	63
BAB V.....	73
PENUTUP.....	73
A. Kesimpulan.....	73
B. Implikasi	74
C. Saran	75
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Waktu Penelitian.....	34
Tabel 4.1 Jumlah warga binaan lembaga pemasyarakatan kelas IIB Tanjung Pati	39
Tabel 4.2 Strategi <i>coping</i> stres	44
Tabel 4.3 Faktor yang mempengaruhi strategi <i>coping</i>	51
Tabel 4.4 Peran Lembaga Pemasyarakatan	54
Tabel 4.5 Dampak Strategi <i>coping</i> terhadap stres	58

DAFTAR LAMPIRAN

Pedoman Wawancara Sumber Data Primer Strategi <i>Coping</i> Stres Pada Narapidana Lansia Dengan Riwayat Kasus Pelecehan Seksual Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati	84
Pedoman Wawancara Sumber Data Sekunder Strategi <i>Coping</i> Stres Pada Narapidana Lansia Dengan Riwayat Kasus Pelecehan Seksual Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati	88
Hasil Wawancara	94
Dokumentasi	123

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lembaga Pemasyarakatan biasanya disingkat dengan lapas, merupakan tahap akhir dalam sistem peradilan pidana di Indonesia, setelah tiga tahap sebelumnya yang melibatkan kepolisian, kejaksaan, dan pengadilan yang menjatuhkan hukuman penjara kepada para terpidana. Lapas memiliki tugas dan fungsi utama untuk membina Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) sesuai dengan sistem, kelembagaan, dan metode pembinaan yang berlandaskan Pancasila. Berdasarkan Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan, proses pembinaan WBP dilakukan secara terpadu, melibatkan pembina, WBP, dan masyarakat. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kualitas WBP sehingga mereka menyadari kesalahan, memperbaiki diri, dan tidak mengulangi tindak pidana. Dengan demikian, setelah menjalani hukuman, WBP diharapkan dapat kembali diterima oleh masyarakat, berkontribusi dalam pembangunan, dan menjalani kehidupan yang layak sebagai warga negara yang baik dan bertanggung jawab.

Dasar hukum mengenai Warga Binaan Pemasyarakatan tercantum dalam UU Pemasyarakatan Pasal 1 Angka 5, yang menyatakan bahwa "Warga Binaan Pemasyarakatan adalah Narapidana, Anak Didik Pemasyarakatan, dan Klien Pemasyarakatan." Narapidana (selanjutnya disebut napi) merujuk pada seseorang yang telah dijatuhi hukuman pidana dan sedang menjalani masa hukuman tersebut, dimana hak kemerdekaannya dicabut oleh Negara, yang dimaksud dengan pencabutan kemerdekaan adalah kondisi di mana narapidana tidak memiliki kebebasan bergerak sama sekali, dan segala tindakannya dibatasi.

Berdasarkan Undang-Undang No. 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan, narapidana adalah individu yang telah dijatuhi hukuman pidana berupa kehilangan kebebasan dan menjalani masa hukuman di lembaga pemasyarakatan. Dengan kata lain, narapidana merupakan

seseorang yang telah terbukti bersalah melanggar hukum, telah divonis oleh pengadilan, dan menjalani hukuman di dalam penjara tanpa memandang jenis kelamin maupun usia, baik anak-anak, remaja, dewasa, maupun lanjut usia. Berdasarkan data observasi awal yang dilakukan pada tanggal 09 Juni 2025, jumlah narapidana yang menjalani hukuman di Lapas Kelas IIB Tanjung Pati tercatat sebanyak 167 orang, yang terdiri dari 98 orang dengan riwayat kasus narkoba, 33 orang dengan riwayat kasus pelecehan, dan 4 orang dengan riwayat kasus pembunuhan.

Perilaku-perilaku tersebut dikategorikan sebagai perilaku menyimpang karena bertentangan dengan norma sosial yang berlaku di masyarakat, yang menganggapnya sebagai tindakan yang melampaui batas kewajaran. Salah satu bentuk perilaku menyimpang yang menjadi perhatian khusus adalah pelecehan seksual, yaitu tindakan yang mengandung unsur seksual yang tidak diinginkan atau dilakukan tanpa persetujuan dari korban. Bentuk pelecehan seksual ini dapat berupa pemaksaan aktivitas seksual, penghinaan yang bernuansa seksual, lelucon berbau seksualitas, serta berbagai tindakan lainnya baik yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung (Triwijati, 2007).

Menurut World Health Organization (WHO), kekerasan seksual mencakup segala bentuk tindakan seksual, percobaan untuk melakukan tindakan seksual, komentar atau godaan bernuansa seksual yang tidak diinginkan, serta berbagai perilaku lain yang menysar seksualitas seseorang melalui pemaksaan, baik secara fisik maupun psikologis. Tindakan ini dapat dilakukan oleh siapa saja, tanpa memandang hubungan pelaku dengan korban, dan bisa terjadi di berbagai tempat, termasuk di lingkungan rumah maupun tempat kerja.

Kasus pelecehan seksual di Indonesia hampir menimpa semua kalangan, baik itu dari anak-anak sampai orang dewasa sangat rentan menjadi korban pelecehan seksual. Dari sejauh ini anak-anak merupakan sasaran yang paling rentan menjadi korban pelecehan seksual, kasus-kasus pelecehan seksual setiap tahunnya selalu didominasi oleh pelecehan seksual

pada anak. Kementerian Pemberdayaan Dan Perlindungan Anak (Kemen PPPA) mencatat terdapat 1.030 perempuan dan anak yang menjadi korban pelecehan seksual di Provinsi Sumatera barat dan 33 orang perempuan dan anak yang menjadi korban pelecehan seksual di Payakumbuh pada tahun 2024.

Memahami fenomena pelecehan seksual tidak terlepas dari bagaimana pelaku membentuk persepsi dan makna terhadap perempuan. Pola pikir pelaku umumnya dipengaruhi oleh konsep patriarki (Wuryaningsih dkk., 2019), yang memposisikan perempuan sebagai sosok lemah dan tidak berdaya dalam kehidupan. Pandangan ini semakin diperburuk dengan anggapan bahwa perempuan hanyalah objek pemuas hasrat laki-laki sebagai wujud penegasan identitas maskulin mereka.

Tindakan kejahatan bisa saja dilakukan oleh siapa saja baik laki-laki maupun perempuan, serta dapat terjadi pada setiap rentang usia, mulai dari anak-anak, remaja, dewasa hingga lansia (Kartono, 2007). *World Health Organization* (2020), mendefinisikan anak-anak sebagai individu dimulai dari usia 6-12 tahun, remaja mulai dari usia 12-18 tahun, desawa di mulai dari usia 19-59 tahun dan lansia dimulai saat berusia 60 tahun ke atas.

Desmita (2009) menyatakan bahwa lansia merupakan individu yang berada pada fase akhir dalam siklus kehidupan manusia, umumnya dimulai pada usia sekitar 60 tahun ke atas. Di tahap ini, seseorang mulai mengalami penurunan secara bertahap dalam aspek fisik, mental, dan sosial, serta dihadapkan pada berbagai tantangan untuk menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan tersebut.

“Satiok malam katiko apak nio ka lalok apak taruih bapikia ka jadi apo, ka manga bisuak kalau alah kalua dari siko, kadang kalau alah tasintak tengah malam mato ko ndak bisa lalok sampai pagi, dunsanak ndak ado yang tibo maabehan apak salamo apak disiko, apak ndak pulo mangupek do apak sadar pulo

apak disiko dek gara-gara karajo apak yang salah” (narasumber1).

“(Setiap malam ketika bapak mau tidur, bapak terus berfikir akan menjadi apa, mau ngapain besok ketika sudah keluar dari sini, kadang jika terbangun di tengah malam mata ini tidak bisa tidur sampai pagi, keluarga tidak ada yang dating membesuk selama bapak disini, bapak ngak juga menyesal bapak juga sadar bapak disini karena perbuatan dan pekerjaan bapak yang salah)”. (Terjemahan dari hasil wawancara narasumber1)

“Semenjak beliau menjalankan masa hukuman di Lp ini saya sering melihat beliau agak sulit untuk berbaur dengan WBP lainnya, hal tersebut saya katakana bahwasanya karena dipengaruhi oleh faktor usia dan kondisi fisik yang menurun, dimana WBP lainnya banyak melakukan kesibukan sedangkan beliau hanya berdiam diri dan melihat apa yang dilakukan oleh WBP yang masih berusia lebih muda dari beliau” (narasumber2).

Berdasarkan hasil wawancara pendahuluan, diketahui bahwa narapidana lanjut usia mengalami gangguan tidur serta kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan kehidupan di dalam penjara. Kendala dalam proses penyesuaian diri ini turut dipengaruhi oleh keterbatasan fasilitas dan infrastruktur yang tersedia di lembaga pemasyarakatan, termasuk terbatasnya akses terhadap layanan konseling yang tidak dapat diselenggarakan secara berkala karena kurangnya tenaga profesional. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa stres merupakan salah satu reaksi psikologis yang umum dialami individu ketika berada dalam tekanan.

Lazarus (1984) mengartikan stres sebagai keadaan psikologis yang muncul ketika seseorang dihadapkan pada masalah internal. Di sisi lain, Nevid, Rathus, dan Greene (2003) menyatakan bahwa stres adalah tuntutan yang mengharuskan individu untuk menyesuaikan diri dengan

lingkungan sekitar. Lebih lanjut, Robbins (2013) menjelaskan bahwa stres dapat bersumber dari berbagai aspek, seperti faktor lingkungan, individu, organisasi, maupun perbedaan antar pribadi. Di samping itu, faktor internal seperti usia, jenis kelamin, pengalaman kerja, serta kondisi fisik juga turut memengaruhi tingkat stres seseorang (Ummar Sumarna dkk, 2018).

Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan bahwa stres yang dialami oleh seseorang dapat memberikan dampak negatif, baik secara fisiologis maupun psikologis. Menurut Zamble & Porporino (1988), stres pada narapidana dapat dipicu oleh tekanan yang berasal dari kondisi fisik, lingkungan, maupun sosial, yang secara keseluruhan dapat menciptakan situasi penuh tekanan di dalam lembaga pemasyarakatan

Narapidana yang berusia lanjut termasuk dalam kelompok yang sangat rentan terhadap tekanan psikologis selama menjalani hukuman di lembaga pemasyarakatan. Bertambahnya usia umumnya disertai dengan penurunan fungsi fisik, mental, dan kemampuan dalam mengelola tekanan psikologis, sehingga mereka mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan kondisi penjara yang keras dan penuh keterbatasan. Situasi ini diperparah oleh kurangnya akses terhadap dukungan sosial, terbatasnya kegiatan yang dapat dilakukan secara produktif, serta ketiadaan layanan psikologis yang optimal.

Lazarus dan Folkman (1984) mengemukakan bahwa coping merupakan upaya kognitif dan perilaku yang dilakukan individu dalam menghadapi tekanan dari luar maupun dalam diri yang dirasakan melebihi kapasitas yang dimilikinya. Dalam konteks narapidana lansia, penerapan strategi coping sangat diperlukan untuk menjaga kestabilan mental di tengah tekanan lingkungan penjara. Secara umum, strategi *coping* terbagi menjadi dua, yaitu coping yang berorientasi pada pemecahan masalah (*problem-focused coping*) dan *coping* yang berfokus pada pengelolaan emosi (*emotion-focused coping*).

Pada kenyataannya, narapidana lansia cenderung lebih sering menggunakan *emotion-focused coping*, seperti berdoa, berserah diri, menjauhi situasi yang memicu konflik, atau menyendiri dari lingkungan sosial. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan fisik maupun peran sosial yang sudah tidak lagi dominan. Pandangan ini didukung oleh Santrock (2012), yang menyatakan bahwa orang lanjut usia lebih cenderung menggunakan pendekatan *coping* yang mengatur emosi dibandingkan menghadapi masalah secara langsung.

Namun demikian, sebagian narapidana lansia juga menerapkan *problem-focused coping* dengan mengikuti program pembinaan yang tersedia, seperti kegiatan keagamaan, pelatihan keterampilan, atau olahraga ringan. Strategi ini digunakan untuk mengurangi tekanan dan meningkatkan rasa berdaya. Akan tetapi, efektivitas *coping* ini sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti keberadaan dukungan sosial, kondisi kesehatan, tingkat pendidikan, dan pengalaman hidup sebelumnya.

Minimnya fasilitas konseling, kurangnya tenaga ahli di bidang psikologi, serta adanya stigma terhadap usia tua di dalam lingkungan lapas turut menjadi kendala dalam proses adaptasi dan pengelolaan stres. Oleh karena itu, diperlukan layanan psikososial yang terarah dan sensitif terhadap kebutuhan lansia guna membantu mereka menghadapi masa hukuman dengan kondisi mental yang lebih stabil. Semua masalah tersebut menimbulkan suatu tekanan dan memunculkan strategi *coping* yang dilakukan oleh subyek narapidana lansia kasus pelecehan seksual di dalam Lapas kelas IIB Tanjung Pati.

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah bagaimana strategi *coping* stress narapidana lansia di Lapas Kelas IIB Tanjung Pati selama masa hukuman. Oleh karena itu, penelitian ini diberi judul **“Strategi Coping Stress pada Narapidana Lansia Dengan Riwayat Kasus Pelecehan Seksual di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati.”**

B. Fokus Penelitian

Untuk mencapai hasil penelitian yang diinginkan akurat dan untuk menghindari perluasan pembahasan, peneliti membatasi cakupan penelitian ini pada fokus utama yaitu Strategi *Coping* Stress Pada Narapidana Lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual Di Lembaga Pemasarakatan Kelas IIB Tanjung Pati.

C. Sub Fokus Penelitian

Berdasarkan fokus penelitian diatas, dapat diketahui sub fokus penelitian sebagai berikut:

1. Jenis strategi *coping* stress yang digunakan narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di lembaga pemsarakatan kelas IIB Tanjung Pati.
2. Faktor yang mempengaruhi pemilihan strategi *coping* stres narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di lembaga pemsarakatan kelas IIB Tanjung Pati.
3. Peran lembaga pemsarakatan kelas IIB Tanjung Pati dalam mendukung strategi *coping* narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual.
4. Dampak strategi *coping* terhadap tingkat stres yang dialami narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di lembaga pemsarakatan kelas IIB Tanjung Pati.

D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang ada, maka peneliti dapat menyusun beberapa pertanyaan penelitian yang akan diangkat, yaitu.

1. Bagaimana bentuk strategi *coping* stres yang digunakan oleh narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di lapas kelas IIB Tanjung Pati?
2. Apa saja faktor yang mempengaruhi pemilihan strategi *coping* stres pada narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di lapas Kelas IIB Tanjung Pati?

3. Bagaimana perbedaan penggunaan *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping* pada narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di lembaga pemasyarakatan kelas IIB Tanjung Pati?
4. Bagaimana lingkungan lapas berperan dalam mendukung atau menghambat strategi *coping* stres narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pertanyaan penelitian, maka tujuan dari penelitian ini, yaitu.

1. Mendeskripsikan bentuk-bentuk strategi *coping* stres yang digunakan oleh narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di Lapas Kelas IIB Tanjung Pati.
2. Mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi pemilihan strategi *coping* stres pada narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di Lapas Kelas IIB Tanjung Pati.
3. Menganalisis perbedaan penggunaan antara *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping* pada narapidana lansia.
4. Menjelaskan peran lingkungan lapas dalam mendukung atau menghambat penerapan strategi *coping* stres pada narapidana lansia.

F. Manfaat Dan Luaran Penelitian

Beberapa manfaat dari penelitian ini, baik itu secara teoritis maupun secara praktis.

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah diharapkan dapat menjadi pedoman dan acuan sebagai masukan yang bermanfaat bagi penulis dan para pembaca.

2. Manfaat Praktis

Penelitian proposal ini sangat diharapkan dapat dipergunakan, dapat menjadi media informasi bagi mahasiswa, dosen, tenaga pendidik dan masyarakat umum, terkhusus bagi masyarakat yang

terjerumus dalam tindakan yang salah sehingga diberi nama seorang narapidana. Dari penelitian ini peneliti berharap pembaca dapat memahami secara mendalam mengenai Strategi *coping* stress pada narapidana lansia yang menjalankan hukuman di Lembaga pemasyarakatan.

3. Luaran Penelitian

Luaran penelitian yang diharapkan oleh peneliti dari temuan penelitian yang dilakukan adalah laporan penelitian berbentuk jurnal dan buku-buku serta artikel yang dimuat pada jurnal ilmiah nasional terakreditasi.

G. Definisi Istilah

Definisi operasional strategi *coping* stres merujuk pada respons individu dalam menghadapi situasi yang dianggap mengancam, baik secara fisik maupun psikologis. Strategi *coping* stres ini terbagi ke dalam dua orientasi utama, yaitu *problem-focused coping* yang berfokus pada penyelesaian masalah secara langsung, serta *emotion-focused coping* yang bertujuan untuk mengelola emosi yang muncul akibat stres.

Pelecehan seksual didefinisikan sebagai tindakan menyalahgunakan dorongan seksual yang dilakukan oleh individu terhadap orang lain, baik dalam bentuk fisik maupun non-fisik, yang menimbulkan ketidaknyamanan, tekanan psikologis, atau melanggar norma.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. *Coping* Stres

a. Pengertian Stres

Stres adalah persoalan yang sering dialami oleh manusia dalam kehidupan sehari-hari. Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan bahwa stres merupakan interaksi antara individu dan lingkungannya, di mana individu menilai situasi tersebut sebagai tekanan atau beban yang melampaui kemampuan yang dimiliki dan berpotensi mengganggu kesejahteraan atau kebahagiaannya.

Menurut Greenberg (2002), stres didefinisikan sebagai keadaan yang timbul akibat tekanan yang membuat seseorang merasa tidak berdaya dan berdampak negatif. Dampak tersebut dapat berupa gejala fisik maupun emosional, seperti sakit kepala, tekanan darah tinggi, mudah marah, perasaan sedih, kesulitan berkonsentrasi, peningkatan nafsu makan, gangguan tidur, atau perilaku seperti merokok secara berlebihan. Stres dipahami sebagai kekuatan yang menciptakan tekanan dalam diri individu, khususnya ketika tekanan yang dihadapi melebihi batas optimal. Dalam konteks pekerjaan, stres kerja merujuk pada respons adaptif yang melibatkan perbedaan individu atau proses psikologis sebagai reaksi terhadap tuntutan psikologis atau fisik yang berlebihan dari aktivitas, situasi, atau kejadian eksternal (Utamingtias dkk., 2015).

Menurut Robbins dan Judge (2007), stres adalah kondisi dinamis yang dialami individu ketika dihadapkan pada peluang, tuntutan, atau sumber daya yang berkaitan dengan apa yang diinginkannya, namun hasilnya tidak pasti dan dianggap penting. Sedangkan menurut David (2010), stres merupakan suatu proses dimana individu menilai dan bereaksi terhadap suatu situasi yang

dianggap dapat mengganggu atau mengancam kesejahteraan dirinya.

b. Pengertian *Coping*

Berbagai cara dapat dilakukan untuk mengurangi, mengendalikan, menerima, dan mengelola tekanan yang muncul, baik yang berasal dari faktor internal maupun eksternal yang menyebabkan seseorang merasa tertekan dan stres. Upaya-upaya yang dilakukan untuk menghadapi tingkat tekanan ini disebut dengan *coping*. Menurut Ismiati (2015), *coping* merupakan suatu proses yang bersifat dinamis, melibatkan pola pikir dan perilaku yang digunakan secara sadar untuk menghadapi serta mengatasi situasi atau permasalahan yang sedang dialami. *Coping* adalah upaya yang dilakukan seseorang untuk menstabilkan emosi dan menangani stres yang muncul sebagai respons terhadap interaksi dengan lingkungan yang dipersepsikan sebagai menekan atau mengancam kesejahtraannya (Taylor, 2012).

Menurut Folkman dan Lazarus (1984) strategi *coping* adalah usaha yang dilakukan secara kognitif dan perilaku untuk mengelola tuntutan internal maupun eksternal yang spesifik, yang dianggap melebihi kemampuan individu. Lazarus dan Folkman (1984) menjelaskan *coping* sebagai proses mengatasi atau menangani tuntutan dari dalam maupun luar diri individu yang dianggap sebagai beban di luar kemampuannya. *Coping* merupakan upaya yang dilakukan seseorang untuk menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan yang dirasakan sebagai tekanan atau beban, baik secara emosional maupun fisik, dengan maksud untuk mengurangi pengaruh stres yang ditimbulkan (Sarafino, 2011).

Coping adalah strategi manajemen perilaku yang bertujuan untuk menyelesaikan masalah dengan cara yang sederhana dan realistis. Strategi ini berfungsi untuk melepaskan diri dari

permasalahan, baik yang bersifat nyata maupun tidak nyata. *Coping* mencakup semua upaya, baik secara kognitif maupun perilaku, yang dilakukan untuk menghadapi, mengurangi, dan bertahan terhadap berbagai tuntutan yang menimbulkan stres.

Dapat disimpulkan bahwa *coping* adalah proses yang dijalani individu untuk menghadapi situasi yang penuh tekanan. *Coping* merupakan respon seseorang terhadap situasi yang dianggap mengancam, baik secara fisik maupun psikologis. Strategi *coping* adalah berbagai cara yang digunakan individu untuk mengubah lingkungan atau situasi, atau untuk mengatasi masalah yang sedang dialami.

c. Pengertian *Coping* Stres

Menurut Lazarus dan Folkman (1984), *coping* stres adalah upaya atau tindakan yang dilakukan individu untuk mengelola tekanan atau stres yang berasal dari dalam maupun luar dirinya. Lazarus juga menyatakan bahwa semakin efektif strategi *coping* yang digunakan, semakin rendah tingkat stres yang dirasakan individu, begitu pula sebaliknya.

Menurut Andriyani (2019), *coping* stress merupakan proses pemulihan dari dampak pengalaman stres, baik secara fisik maupun psikis, yang ditandai dengan munculnya perasaan tidak nyaman, tertekan, atau tidak menyenangkan. Proses ini mencakup strategi kognitif dan perilaku yang diterapkan individu untuk mengatasi situasi yang penuh tekanan serta mengelola emosi negatif yang merugikan.

Aldwin dan Revenson (1987) mendefinisikan *coping* stres sebagai metode yang digunakan oleh individu untuk mengendalikan dan menghadapi situasi yang dianggap menghambat atau mengancam, yang berpotensi menyebabkan stres. Pendapat serupa disampaikan oleh Radley (2005), yang menggambarkan *coping* stres sebagai penyesuaian diri individu,

baik secara kognitif maupun perilaku, untuk mengurangi atau bertoleransi terhadap situasi pemicu stres, sehingga dapat menuju keadaan yang lebih baik.

Menurut Taylor (2012), *coping* stres adalah usaha yang dilakukan individu untuk mengurangi tingkat stres yang dialami. Taylor (2012), menjelaskan bahwa strategi *coping* yang efektif dapat membantu individu mengelola stres, mempertahankan citra diri yang positif, dan membangun hubungan sosial yang sehat. Sebaliknya, *coping* yang kurang efektif dapat menyebabkan perilaku maladaptif yang berpotensi merugikan diri sendiri maupun orang lain.

Berdasarkan penjelasan dari berbagai tokoh di atas, dapat disimpulkan bahwa *coping* stres adalah upaya atau tindakan yang dilakukan individu untuk mengurangi tekanan atau masalah yang berasal dari faktor internal maupun eksternal.

d. Faktor Yang Mempengaruhi *Coping* Stres

Lazarus dan Folkman (1984) menjelaskan bahwa terdapat enam faktor yang memengaruhi *coping* stres, yaitu:

1. Kesehatan fisik: Kemampuan fisik untuk mengerahkan tenaga yang besar dalam menghadapi stres.
2. Keterampilan memecahkan masalah: Keterampilan ini mencakup kemampuan untuk mencari informasi, menganalisis situasi, mengidentifikasi masalah, hingga menjalankan rencana penyelesaian.
3. Keyakinan atau pandangan positif: Keyakinan dan sudut pandang yang optimis terhadap masalah yang dihadapi dapat memengaruhi keberhasilan dalam mengatasi stres.
4. Keterampilan sosial: Kemampuan untuk berkomunikasi dan berperilaku sesuai norma sosial yang berlaku dalam masyarakat.

5. Dukungan sosial: Dukungan dari lingkungan sosial, termasuk pemenuhan kebutuhan emosional, informasi, atau material dari orang-orang di sekitar.
6. Materi: Sumber daya berupa uang, barang, atau layanan yang dapat membantu individu menghadapi tekanan.

Sarafino (2006), menyatakan bahwa stres dapat terjadi kapan saja dan berasal dari berbagai aspek kehidupan manusia. Faktor-faktor yang memicu stres, atau dikenal sebagai stresor, dapat berupa kondisi lingkungan, perubahan fisik, atau interaksi sosial. Dalam kehidupan sehari-hari, sumber stres sering kali berasal dari faktor diri sendiri, keluarga, pekerjaan, atau lingkungan. Stres tidak muncul secara spontan, melainkan dipicu oleh peristiwa yang memengaruhi kondisi psikologis seseorang dan berada di luar kemampuannya untuk mengatasi, sehingga menyebabkan tekanan jiwa.

e. Aspek *Coping* Stres

Lazarus dan Folkman (1984) mengembangkan aspek *coping* stress menjadi *Problem-Focused Coping* dan *Emotional-Focused Coping*.

1. *Coping* yang berfokus pada masalah (*Problem-Focused Coping*)

Problem-focused coping, atau *coping* yang berfokus pada masalah, adalah strategi kognitif yang digunakan individu untuk menghadapi stres dengan cara langsung menangani atau menyelesaikan masalah yang menjadi sumber stres. Pendekatan ini melibatkan upaya untuk memahami dan mengatasi penyebab masalah secara langsung.

- a) Perilaku aktif (*Active Coping*), Merupakan proses pengambilan tindakan secara aktif untuk menghilangkan

stresor atau mengurangi dampaknya. Strategi ini mencakup pengambilan keputusan untuk bertindak langsung serta upaya penyelesaian masalah secara bertahap.

- b) menghadapi stresor, termasuk merancang langkah-langkah yang perlu dilakukan dan menentukan metode terbaik untuk menyelesaikan masalah.
- c) Mencari dukungan instrumental (*Using Instrumental Support*), Mengacu pada upaya mencari nasihat, saran, bantuan, atau informasi yang dapat membantu dalam menyelesaikan masalah.

2. *Coping* yang berfokus pada emosi (*Emotional-Focused Coping*)

Emotion-focused coping mengacu pada respons emosional seseorang terhadap stres, terutama dengan menggunakan mekanisme pertahanan. Strategi ini melibatkan berbagai cara untuk mengelola emosi tanpa langsung menyelesaikan masalah, seperti menghindari situasi, merasionalisasi permasalahan, menyangkal kenyataan, menertawakan situasi, atau mencari dukungan melalui keyakinan religius

- a) Reframing positif (*Positive Reframing*), Menilai kembali suatu masalah secara positif sebagai upaya untuk mengatasi tekanan emosional yang muncul akibat situasi yang dihadapi, dibandingkan langsung menangani masalah itu sendiri.
- b) Penyangkalan (*Denial*), upaya individu untuk menolak atau tidak mengakui bahwa dirinya sedang menghadapi suatu masalah.
- c) Penerimaan (*Acceptance*), Sikap menerima kenyataan atas situasi yang terjadi. Penerimaan dapat bermakna menerima keadaan sebagai sesuatu yang tidak bisa

diubah atau karena belum menemukan solusi untuk menghadapi stresor.

- d) Menggunakan dukungan emosional (*Using Emotional Support*), Hampir serupa dengan dukungan sosial dalam *problem-focused coping*, tetapi lebih berfokus pada usaha untuk menenangkan diri dengan mencari dukungan moral, simpati, atau pemahaman dari orang lain.
- e) Agama (*Religion*), Pendekatan yang dilakukan individu dengan menenangkan diri melalui aspek keagamaan, seperti beribadah, berdoa, atau menyerahkan permasalahan kepada Tuhan sebagai bentuk pencarian ketenangan.
- f) Mengekspresikan perasaan (*Venting*), Kecenderungan individu untuk melepaskan atau mengungkapkan emosi yang dirasakannya.
- g) Pengalihan diri (*Self-Distracton*), Melakukan berbagai aktivitas untuk mengalihkan perhatian dari permasalahan, seperti tidur, menonton televisi, atau melamun.
- h) Perilaku menyimpang (*Behavioral Disengagement*), Bentuk *coping* yang ditandai dengan menurunnya upaya individu dalam menghadapi stresor, bahkan cenderung menyerah ketika menghadapi hambatan dalam mencapai tujuannya.
- i) Penggunaan zat (*Substance Use*), Upaya individu untuk mengurangi tekanan dengan mengonsumsi alkohol atau obat-obatan terlarang sebagai pelarian dari masalah.
- j) Menyalahkan diri sendiri (*Self-Blame*), Sikap individu yang cenderung mengkritik dan menyalahkan dirinya sendiri atas situasi yang terjadi.

k) Lelucon (*Humor*), Strategi *coping* di mana individu mencoba melihat masalah dari sisi humor atau menjadikannya bahan candaan untuk mengurangi ketegangan emosional.

f. Fungsi Strategi *Coping* Stres

Strategi *coping* stres memegang peran krusial dalam membantu individu menghadapi dan mengelola tekanan yang timbul akibat berbagai kondisi yang menantang, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Fungsinya tidak hanya sekadar untuk bertahan dari tekanan, tetapi juga untuk memulihkan keseimbangan psikologis, memperkuat daya tahan mental, serta mendorong proses adaptasi yang sehat dan konstruktif.

1. Mengurangi Dampak Negatif Stres

Strategi *coping* berperan dalam menurunkan intensitas respon stres, sehingga membantu mencegah gangguan kesehatan mental maupun fisik yang dapat muncul akibat tekanan berkepanjangan (Taylor, 2012).

2. Mengelola Emosi

Pendekatan *emotion-focused coping* berfungsi untuk menenangkan perasaan, meredakan kecemasan, dan mengelola emosi negatif agar tidak berkembang menjadi gangguan psikologis yang lebih serius (Lazarus & Folkman, 1984).

3. Menyelesaikan masalah secara aktif

Problem-focused coping memungkinkan individu mengambil tindakan nyata dalam menghadapi masalah, seperti merancang strategi, mencari bantuan, atau melakukan perubahan terhadap sumber stres (Sarafino, 2011).

4. Meningkatkan adaptasi psikologis

Strategi *coping* yang tepat dapat mendukung individu dalam beradaptasi dengan perubahan atau tekanan hidup, sehingga mampu keluar dari kondisi psikologis yang stagnan atau tertekan (Aldwin, 2007).

5. Menjaga Kesehatan Fisik dan Mental

Coping yang sehat dan adaptif dapat mengurangi risiko munculnya penyakit yang berkaitan dengan stres, seperti gangguan jantung, insomnia, depresi, serta kecemasan kronis (Greenberg, 2002).

6. Meningkatkan Resiliensi dan Pertumbuhan Pribadi

Coping tidak hanya bertujuan untuk bertahan dari tekanan, tetapi juga menjadi sarana untuk membentuk ketangguhan psikologis dan menemukan makna baru dari pengalaman sulit atau krisis hidup (Folkman & Moskowitz, 2004).

2. Narapidana

a. Pengertian Narapidana

Narapidana berasal dari dua kata, yaitu "nara" yang berarti orang dan "pidana" yang berarti hukuman atau kejahatan. Oleh karena itu, narapidana dapat diartikan sebagai seseorang yang sedang menjalani hukuman sebagai akibat dari tindak pidana yang dilakukan. Menurut Pasal 1 angka 7 Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan, narapidana adalah terpidana yang sedang menjalani hukuman pidana berupa hilangnya kebebasan di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas).

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), narapidana diartikan sebagai individu yang sedang menjalani hukuman akibat melakukan tindak pidana. Sementara itu, dalam Kamus Induk Istilah Ilmiah, narapidana disebut sebagai orang hukuman atau orang buian. Selain itu, dalam Kitab Undang-Undang Hukum Acara Pidana (KUHAP) Pasal 1 Ayat (32), terpidana didefinisikan sebagai seseorang yang dijatuhi hukuman berdasarkan putusan pengadilan yang telah memiliki kekuatan hukum tetap.

Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995, menyebutkan bahwa narapidana adalah seseorang yang telah dijatuhi hukuman pidana dan menjalani masa tahanan di lembaga pemasyarakatan. Narapidana memiliki hak untuk mendapatkan pembinaan yang bertujuan untuk memperbaiki perilaku dan mempersiapkan mereka untuk kembali ke masyarakat dengan cara yang lebih baik.

Narapidana adalah individu yang dalam konteks budaya tertentu, tindakannya dianggap tidak dapat diterima dan perlu diperbaiki melalui pemberian sanksi berupa pembatasan kebebasan sebagai bentuk penegakan norma atau aturan oleh otoritas negara. Sanksi ini bertujuan untuk melawan dan mengatasi perilaku yang mengancam keberlakuan norma tersebut.

Lembaga Pemasyarakatan (LP) memiliki peran penting dan strategis dalam penegakan hukum pidana, yang diwujudkan melalui pelaksanaan program pembinaan bagi narapidana dan anak binaan. Proses pembinaan ini dilakukan melalui pendekatan pemasyarakatan.

Dalam Undang-Undang No. 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan, Pasal 1 ayat 2 menegaskan bahwa: "Sistem pemasyarakatan adalah suatu sistem yang mengatur arah, batas, dan

pembinaan Warga Binaan Pemasyarakatan yang didasarkan pada Pancasila, dilaksanakan secara terkoordinasi antara pembina, yang dibina, dan masyarakat. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kualitas Warga Binaan Pemasyarakatan agar mereka menyadari kesalahan, memperbaiki diri, dan tidak mengulangi tindak pidana, sehingga dapat diterima kembali oleh masyarakat, berperan aktif dalam pembangunan, dan hidup dengan wajar sebagai warga negara yang baik dan bertanggung jawab."

b. Hak-hak Narapidana

Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 menyebutkan hak-hak narapidana, yang mencakup hak untuk mendapatkan pembinaan yang meliputi pendidikan, keterampilan, serta hak atas kesehatan dan perlindungan diri. Lapas juga diwajibkan untuk memberikan akses bagi narapidana untuk melakukan hubungan dengan keluarga dan masyarakat, serta menyediakan fasilitas untuk kegiatan keagamaan dan sosial, selain itu hak-hak narapidana antara lain:

1. Melakukan ibadah sesuai dengan agama dan kepercayaannya.
2. Mendapatkan perawatan, baik perawatan rohani maupun jasmani.
3. Mendapatkan pendidikan dan pengajaran.
4. Mendapatkan pengajaran dan makanan yang layak.
5. Menyampaikan keluhan.
6. Mendapatkan bahan bacaan dan mengikuti siaran media masa lainnya yang tidak dilarang.
7. Menerima kunjungan keluarga, penasehat hukum, atau orang tertentu lainnya.
8. Mendapatkan upah atau premi atas pekerjaan yang telah dilakukan.

9. Mendapatkan pengurangan masa pidana (remisi).
10. Mendapatkan kesempatan berasimilasi termasuk cuti mengunjungi keluarga.
11. Mendapatkan pembebasan bersyarat.
12. Mendapatkan cuti menjelang bebas.
13. Mendapatkan hak-hak lainnya sesuai perundangan yang berlaku.

Secara umum, hak-hak narapidana mencakup hak atas perlakuan manusiawi, pendidikan, kesehatan, dan komunikasi dengan keluarga serta masyarakat. Semua hak tersebut bertujuan untuk mempersiapkan narapidana kembali ke masyarakat dengan perilaku yang lebih baik dan lebih produktif.

c. Kondisi Psikologis Narapidana

Menjalani masa pidana di dalam lembaga pemasyarakatan dapat menimbulkan tekanan psikologis yang kompleks. Narapidana dihadapkan pada keterbatasan kebebasan, kehilangan peran sosial, stigma masyarakat, dan tekanan batin atas masa lalu. Menurut Hurlock (1980), individu yang mengalami kehilangan kontrol terhadap hidupnya sering kali menunjukkan gejala stres psikologis seperti kecemasan, perasaan tidak berdaya, dan depresi ringan hingga berat.

Beberapa faktor yang memengaruhi kondisi psikologis narapidana antara lain:

1. Durasi masa hukuman: semakin panjang, semakin tinggi potensi stres dan keputusasaan.
2. Jenis tindak pidana: kasus yang mengandung stigma berat seperti pelecehan seksual cenderung menimbulkan tekanan tambahan.
3. Dukungan sosial: ketiadaan dukungan keluarga atau lingkungan dapat memperburuk kondisi psikologis.

4. Usia dan kesehatan: narapidana lansia memiliki kerentanan yang lebih tinggi secara fisik maupun mental.

3. Lansia

a. Pengertian Lansia

Penuaan adalah sebuah proses alami yang dialami oleh setiap individu dan seringkali dapat menimbulkan berbagai permasalahan, baik secara fisik, mental, sosial, ekonomi, maupun psikologis (Mustika, 2019). Masa tua merupakan fase kehidupan yang pasti akan dialami oleh manusia. Menjadi lansia merupakan bagian dari siklus hidup yang alami, di mana setiap orang akan melalui tiga fase utama dalam hidupnya, yaitu masa anak-anak, masa dewasa, dan masa lanjut usia (Mawaddah, 2020).

Masa lanjut usia merupakan periode akhir dalam siklus kehidupan manusia, yang ditandai dengan berbagai perubahan pada aspek fisik, mental, dan emosional. Menurut Hurlock (1980), individu pada tahap ini cenderung mengalami penurunan fungsi tubuh dan energi, serta munculnya perasaan tidak lagi memiliki peran, yang dapat menyebabkan stres, keterasingan sosial, maupun rasa tidak berdaya.

Menurut Desmita (2009), lansia adalah individu yang memasuki tahap akhir kehidupan dengan berbagai perubahan biologis dan psikologis. Hurlock (1980) menyatakan bahwa masa lansia ditandai oleh kemunduran fisik dan meningkatnya ketergantungan. Sementara itu, Santrock (2012) menjelaskan bahwa lansia merupakan individu berusia 60 tahun ke atas yang mengalami penurunan fungsi tubuh dan memerlukan dukungan sosial. Pandangan serupa dikemukakan oleh Monks dkk. (2001) dan Papalia dkk. (2008) yang menekankan pentingnya penyesuaian terhadap perubahan di usia lanjut baik secara fisik maupun sosial

Berdasarkan Undang-Undang No. 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia, Pasal 1 Ayat 2 menyebutkan bahwa usia 60 tahun merupakan awal dari fase lanjut usia. Penuaan sendiri bukanlah suatu penyakit, melainkan proses alami yang bersifat dinamis dan menyebabkan berbagai perubahan, termasuk penurunan daya tahan tubuh terhadap rangsangan baik dari dalam maupun luar tubuh, yang pada akhirnya menuju kematian (Padila, 2013). Lansia didefinisikan sebagai individu yang telah mencapai usia 60 tahun atau lebih, sehingga mereka tergolong dalam kelompok usia akhir dalam perjalanan hidup manusia (Irma, 2019).

Menurut Erik Erikson (1993), manusia mengalami delapan tahap perkembangan psikososial sepanjang hidupnya. Tahap terakhir, yaitu integritas vs. keputusasaan, terjadi pada usia lanjut. Individu pada tahap ini mulai merefleksikan kehidupan mereka dan mengevaluasi apakah hidup mereka bermakna atau justru penuh penyesalan.

Jika seseorang merasa puas dengan pencapaian dan hidupnya, maka ia mencapai integritas, yaitu sikap menerima kenyataan dan merasa damai dengan kehidupannya. Namun jika individu merasa hidupnya gagal atau banyak disesali, maka ia mengalami keputusasaan, yang bisa berujung pada stres, kecemasan, dan kesedihan berkepanjangan.

Dalam konteks penelitian ini, narapidana lansia berada di tengah fase ini. Pengalaman masa lalu, termasuk tindak pidana yang dilakukan, menjadi bahan refleksi yang mendalam. Strategi coping seperti penerimaan (*acceptance*) dan spiritualitas dapat menjadi sarana untuk mencapai ketenangan dan makna, sehingga menghindari keputusasaan.

b. Karakteristik Lansia

Menurut Dewi (2014), lansia memiliki sejumlah ciri khas, antara lain:

1. Berusia di atas 60 tahun.
2. Memiliki beragam kebutuhan dan permasalahan, mulai dari kondisi sehat hingga mengalami gangguan kesehatan, mencakup aspek biologis, psikologis, sosial, hingga spiritual, serta dapat berada dalam situasi yang adaptif maupun tidak adaptif.
3. Tinggal di lingkungan yang beragam.

c. Perubahan Yang Terjadi Pada Saat Lansia

Seiring bertambahnya usia, manusia akan mengalami proses penuaan yang bersifat degeneratif. Proses ini tidak hanya berdampak pada kondisi fisik, tetapi juga memengaruhi aspek psikologis, kognitif, sosial, dan seksual (National & Pillars, 2020).

1. Perubahan Fisik

- a) Sistem tubuh secara umum: Terjadi penurunan tinggi dan berat badan, serta berkurangnya cairan dalam tubuh.
- b) Sistem pendengaran: Prebiakusis adalah gangguan pendengaran yang terjadi akibat berkurangnya kemampuan mendengar, khususnya suara bernada tinggi. Umumnya, kondisi ini dialami oleh orang lanjut usia di atas 60 tahun dan dapat menyebabkan kesulitan memahami kata-kata.
- c) Sistem integumen (kulit): Kulit menjadi lebih tipis, kering, kendur, kehilangan elastisitas, dan tampak berkerut. Kekurangan cairan menyebabkan kulit tampak berbintik atau berbercak.
- d) Sistem otot (muscular): Otot rangka mengalami penurunan kekuatan dan kecepatan kontraksi akibat mengecilnya serabut otot, namun otot polos tidak terpengaruh.

- e) Sistem kardiovaskular: Terjadi pembesaran jantung dan penebalan ventrikel kiri. Elastisitas jantung menurun akibat perubahan jaringan ikat, penumpukan lipofusin, serta degenerasi jaringan konduksi seperti SA node.
- f) Sistem urinaria (perkemihan): Ginjal menyusut, aliran darah ke ginjal menurun, dan fungsi filtrasi glomerulus melemah. Kapasitas kandung kemih berkurang akibat lemahnya otot, sehingga frekuensi buang air kecil meningkat.
- g) Sistem pernapasan: Otot pernapasan melemah dan menjadi kaku, silia mengalami penurunan fungsi, elastisitas paru menurun, ukuran paru membesar, jumlah alveoli menurun, dan penyerapan oksigen maksimal berkurang.
- h) Sistem pencernaan: Kemampuan mengecap rasa berkurang karena iritasi kronis pada selaput lendir dan penurunan sensitivitas saraf pengecap. Produksi asam lambung menurun dan sinyal rasa lapar berkurang.
- i) Sistem penglihatan: Lansia mengalami presbiopi, yaitu kesulitan melihat dalam jarak dekat, penurunan ketajaman visual, serta kesulitan membedakan warna.
- j) Sistem saraf: Sensitivitas terhadap sentuhan menurun, berat otak berkurang hingga 10–20%, dan terjadi kemunduran dalam fungsi saraf otonom.

2. Perubahan Kognitif

Pada usia lanjut, sering terjadi gangguan pada memori jangka pendek, kemampuan berpikir, berbicara, dan gerakan motorik. Penurunan ini bisa menyebabkan hilangnya pengetahuan dan keterampilan yang sebelumnya telah dikuasai, serta berisiko tinggi mengalami demensia.

3. Perubahan Psikososial

- a) Kesepian: Rasa sepi dapat timbul akibat kehilangan pasangan atau teman dekat, terutama ketika kesehatan menurun karena

penyakit fisik serius, gangguan mobilitas, atau gangguan sensorik seperti tuli.

- b) **Gangguan kecemasan:** Lansia dapat mengalami berbagai bentuk kecemasan seperti fobia, serangan panik, gangguan kecemasan umum, PTSD, dan gangguan obsesif-kompulsif. Hal ini sering berkaitan dengan kondisi medis, depresi, efek samping obat, atau penghentian obat secara tiba-tiba.
- c) **Gangguan tidur:** Masalah tidur merupakan penyebab umum gangguan kesehatan pada lansia, yang dapat mengakibatkan kantuk berlebihan di siang hari, gangguan perhatian dan memori, suasana hati yang tertekan, peningkatan risiko jatuh, serta penurunan kualitas hidup secara keseluruhan.

4. Lembaga Pemasyarakatan

a. Pengertian Lembaga Pemasyarakatan

Menurut *Dictionary of Law Complete Edition*, Lembaga Pemasyarakatan adalah institusi yang berfungsi untuk menjalankan pembinaan terhadap narapidana dan anak didik pemasyarakatan. Sementara itu, pengertian Lembaga Pemasyarakatan menurut Kamus Bahasa Indonesia adalah sebagai berikut:

1. Lembaga diartikan sebagai organisasi atau badan yang menjalankan penyelidikan atau melaksanakan suatu usaha.
2. Pemasyarakatan adalah istilah yang mencakup seluruh kegiatan di bawah pengelolaan dan kewenangan Departemen Hukum dan HAM, yang berkaitan dengan pemberian bantuan atau pendampingan kepada narapidana atau mantan tahanan, termasuk mantan terdakwa atau mereka yang terkait dalam tindak pidana yang dibawa ke pengadilan, dengan tujuan mempersiapkan mereka untuk kembali ke masyarakat

Rivai (2014), Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) adalah tempat yang digunakan untuk membina narapidana dan anak didik

pemasyarakatan. Menurut Pasal 1 angka 1 dalam Undang-Undang Nomor 12 Tahun) 1995 tentang Pemasyarakatan, pemasyarakatan diartikan sebagai kegiatan yang bertujuan membina Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) melalui sistem, lembaga, dan metode pembinaan yang menjadi bagian akhir dari sistem pemidanaan dalam proses peradilan pidana.

Sudarto (2008), mendefinisikan lembaga pemasyarakatan (lapas) sebagai institusi yang bertugas melaksanakan pembinaan bagi narapidana dengan tujuan utama rehabilitasi dan reintegrasi sosial. Menurutnya, lapas berfungsi sebagai tempat di mana narapidana dipersiapkan untuk kembali ke masyarakat sebagai warga yang taat hukum dan beretika Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan menyebutkan bahwa lembaga pemasyarakatan adalah tempat untuk melaksanakan pembinaan bagi narapidana dan anak didik pemasyarakatan yang telah dijatuhi pidana dan bertujuan mengembalikan mereka menjadi anggota masyarakat yang baik dan produktif.

b. Tugas Lembaga Pemasyarakatan

Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan menyatakan bahwa lembaga pemasyarakatan bertugas untuk melaksanakan pembinaan bagi narapidana dan anak didik pemasyarakatan. Pembinaan ini bertujuan agar mereka dapat kembali menjadi warga masyarakat yang baik dan produktif setelah menjalani pidana

Sudarto (2008), menjelaskan bahwa tugas utama lembaga pemasyarakatan adalah untuk melaksanakan pembinaan narapidana agar mereka dapat kembali menjadi anggota masyarakat yang taat hukum. Lapas bertujuan untuk mengembalikan narapidana ke masyarakat dalam keadaan yang lebih baik, melalui rehabilitasi dan reintegrasi sosial. Tugas Lembaga Pemasyarakatan berfokus pada pelaksanaan pembinaan terhadap narapidana, selain menjaga

keamanan. Pembinaan ini dilakukan secara menyeluruh agar Warga Binaan Pemasyarakatan dapat kembali ke masyarakat sebagai individu yang baik dan dapat berkontribusi dalam pembangunan setelah selesai menjalani hukuman.

Oleh karena itu, petugas, sebagai pelayan negara dan masyarakat, harus menjalankan tugas pembinaan dengan mematuhi prinsip-prinsip yang membuatnya efektif, efisien, dan tepat sasaran. Petugas juga perlu memiliki profesionalisme tinggi dan menjaga integritas moral. Arah layanan pembinaan dan bimbingan yang dilakukan oleh petugas ditujukan untuk memperbaiki perilaku narapidana agar tujuan pembinaan dapat tercapai. Lembaga Pemasyarakatan bertujuan untuk menimbulkan efek jera pada pelanggar hukum dan berusaha membimbing serta membina mereka agar kembali menjadi warga yang bermanfaat.

c. Tujuan Lembaga Pemasyarakatan

Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995, menetapkan bahwa tujuan lembaga pemasyarakatan adalah untuk melaksanakan pembinaan terhadap narapidana dan anak didik pemasyarakatan, agar mereka dapat kembali menjadi anggota masyarakat yang baik dan produktif setelah menjalani pidana. Proses ini bertujuan untuk memperbaiki dan mengubah perilaku narapidana melalui berbagai program pembinaan

Sudarto (2008), berpendapat bahwa tujuan utama lembaga pemasyarakatan adalah untuk membina narapidana agar dapat kembali menjadi anggota masyarakat yang taat hukum. Lapas berperan penting dalam proses rehabilitasi dan reintegrasi sosial, yang mempersiapkan narapidana untuk berfungsi sebagai individu yang lebih baik dan produktif setelah menjalani masa hukuman.

Arief (2010) menjelaskan bahwa tujuan lembaga pemasyarakatan adalah untuk mencegah terjadinya tindak pidana ulang melalui pendidikan, pelatihan, dan pembinaan keterampilan

kepada narapidana. Tujuan ini sejalan dengan upaya untuk menyiapkan narapidana agar bisa hidup mandiri dan berguna bagi masyarakat setelah keluar dari lapas

Tujuan pemasyarakatan adalah membentuk narapidana menjadi individu yang utuh, menyadari kesalahan, memperbaiki diri, dan tidak mengulangi perbuatan pidana, sehingga mereka bisa diterima kembali dimasyarakat, berperan aktif dalam pembangunan, dan menjalani hidup sebagai warga negara yang baik dan bertanggung jawab.

d. Fungsi Lembaga Pemasyarakatan

Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan menyatakan bahwa lembaga pemasyarakatan memiliki fungsi utama untuk membina narapidana dan anak didik pemasyarakatan agar mereka dapat kembali menjadi anggota masyarakat yang baik dan produktif. Pembinaan ini dilakukan melalui berbagai program yang dirancang untuk memperbaiki perilaku narapidana dan mempersiapkan mereka untuk hidup kembali di masyarakat dengan sikap yang lebih positif dan produktif.

Sudarto (2008), menyatakan bahwa fungsi utama lembaga pemasyarakatan adalah untuk melaksanakan pembinaan terhadap narapidana, yang bertujuan untuk mempersiapkan mereka agar kembali ke masyarakat dalam keadaan yang lebih baik dan lebih taat hukum. Fungsi ini mencakup berbagai aspek, mulai dari rehabilitasi psikologis, pendidikan, hingga pelatihan keterampilan yang dapat membantu narapidana hidup mandiri setelah keluar dari lapas

Fungsi Lapas adalah membina narapidana agar menjadi individu yang berkualitas, yaitu orang yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berbudi pekerti luhur, memiliki kepribadian, mandiri, maju, tangguh, cerdas, kreatif, terampil, dan

berdisiplin. Selain itu, narapidana dibina agar memiliki kesadaran beragama, bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara, serta memiliki kemampuan intelektual dan kesadaran hukum. Sebagai lembaga pembangunan, Lapas bertugas membentuk narapidana menjadi individu produktif yang berkontribusi, baik selama mereka berada di dalam Lapas maupun setelah kembali ke masyarakat.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan Lembaga Pemasyarakatan adalah badan hukum yang berperan sebagai wadah untuk menampung kegiatan pembinaan bagi narapidana, baik dalam aspek fisik maupun spiritual, dengan tujuan agar mereka dapat kembali hidup secara normal di tengah masyarakat.

B. Penelitian Yang Relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh **Ihya Ulumuddin (2024)** dengan judul "*Strategi Coping Stress Narapidana Lansia di Lapas Kelas IIB Sleman*" memiliki persamaan dengan penelitian penulis, yaitu sama-sama mengkaji strategi coping stres pada narapidana lansia. Perbedaannya terletak pada subjek penelitian, di mana Ihya meneliti narapidana lansia secara umum, sedangkan penelitian penulis secara khusus meneliti narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di Lapas Kelas IIB Tanjung Pati.
2. Penelitian yang dilakukan oleh **Aljanata Gusti Patria Nagara (2017)** berjudul "*Strategi Coping Stress pada Narapidana Remaja di Lapas Anak Kelas IA Kutoarjo*". Persamaannya dengan penelitian penulis adalah sama-sama membahas strategi coping stres narapidana. Perbedaannya terletak pada fokus subjek, di mana Aljanata meneliti narapidana remaja, sedangkan penelitian penulis meneliti narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di Lapas Kelas IIB Tanjung Pati.

3. Penelitian oleh **Muhamad Nurdin (2022)** dengan judul "*Strategi Coping Stres pada Narapidana Wanita di Rutan Kelas IIB Ponorogo*" juga memiliki relevansi dengan penelitian penulis, yaitu sama-sama membahas strategi coping stres pada narapidana. Namun, perbedaannya adalah penelitian Nurdin berfokus pada narapidana wanita, sementara penelitian penulis berfokus pada narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di Lapas Kelas IIB Tanjung Pati.
4. Penelitian yang dilakukan oleh **Moch. Farhan Samsul Falah (2022)** dengan judul "*Strategi Coping pada Narapidana Pelaku Pelecehan Seksual di Lapas Kelas IIA Banceuy*" memiliki persamaan dengan penelitian penulis, yaitu sama-sama meneliti strategi coping stres pada narapidana kasus pelecehan seksual dan menggunakan pendekatan kualitatif. Perbedaannya adalah Farhan tidak membatasi usia subjek, sedangkan penelitian penulis secara spesifik meneliti narapidana lansia berusia 60 tahun ke atas di Lapas Kelas IIB Tanjung Pati.
5. Penelitian oleh **Rahmawati (2018)** dengan judul "*Strategi Coping Lansia di Panti Sosial*" juga relevan dengan penelitian ini. Persamaannya adalah sama-sama meneliti strategi coping stres pada lansia serta menggunakan metode penelitian kualitatif. Perbedaannya terletak pada subjek, di mana Rahmawati meneliti lansia yang tinggal di panti sosial, sementara penelitian penulis meneliti narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di Lapas Kelas IIB Tanjung Pati.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat *postpositivisme*, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti ialah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif atau kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi (Sugiyono, 2016).

Berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti melakukan penelitian ini dengan jenis penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif kualitatif dimana metode ini akan berusaha mengungkapkan fenomena dengan cara mengumpulkan data yang ada dilapangan, Instrument wawancara digunakan oleh peneliti untuk mendapatkan informasi secara langsung dan lebih banyak data juga mendalami tentang apa yang akan diteliti. Data dan informasi yang telah didapatkan kemudian dijabarkan secara rinci sesuai dengan apa yang ditemukan peneliti dilapangan. Penelitian ini menjelaskan bagaimana strategi *coping* stress narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di Lapas Kelas IIB Tanjung Pati.

B. Latar Dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan oleh peneliti di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati yang berlokasi di Jln. Jendral Sudirman NO. 15 Payakumbuh. Penelitian ini dilakukan dengan cara turun langsung kelapangan untuk mengetahui bagaimana strategi *coping* stres narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di lembaga pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati yang menjadi tujuan dari penelitian ini. Peneliti tertarik dengan fenomena yang terjadi dilapangan dan belum

ada dilakukan penelitian sebelumnya ditempat ini maka peneliti melakukan penelitian ini berdasarkan fenomena narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di lembaga pemasyarakatan kelas IIB Tanjung Pati yang sedang menjalankan masa hukumannya.

Tabel 3.1. Waktu Penelitian

NO	Kegiatan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Agust
1.	Pembuatan Proposal	√						
2.	Bimbingan Proposal	√	√	√	√			
3.	Seminar Proposal					√		
4.	Penelitian Skripsi						√	
5.	Bimbingan Skripsi						√	
7.	Sidang Munaqasah							√

C. Subjek Penelitian

Pada penelitian ini yang berkontribusi sebagai subjek penelitian adalah Narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati berdasarkan kriteria, kriteria informan yang dipilih dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Narapidana Lapas Kelas IIB Tanjung Pati
2. Narapidana yang sudah berusia 60 tahun keatas.
3. Narapidana dengan kasus pelecehan seksual.

D. Instrumen Penelitian

Pada penelitian kualitatif ini yang menjadi instrument penelitian adalah peneliti sendiri. Peneliti menggunakan beberapa alat pendukung yaitu, pedoman wawancara berupa daftar pertanyaan, hal tersebut berguna untuk mendapatkan informasi dari Narapidana yang tergolong kedalam kriteria yang ingin peneliti teliti. Instrument penunjang sebagai pelengkap dalam penelitian ini adalah buku catatan dan pena, serta *tape recore* (menggunakan Handpone) dan kamera (Handpone).

E. Sumber Data

Dalam penelitian sumber data adalah hal yang sangat penting. Sari & Zefri,(2019) sumber data merupakan suatu hal yang dapat memberikan informasi mengenai data. Data penelitian kualitatif ada dua yaitu :

1. Data primer (utama)

Data primer yaitu data yang peneliti dapat dari sumber pertama atau data yang didapatkan secara langsung. Sumber data primer ialah sumber data utama dalam sebuah penelitian. Pada penelitian kali ini sumber data utamanya adalah data yang didapatkan dari narasumber atau subjek penelitian baik itu respon ataupun dari hasil pernyataan wawancara. Data diambil langsung dar responden untuk mendapatkan informasi yang dikumpulkan melalui interview kepada warga binaan Lapas Kelas IIB Tanjung pati yang berusia 60 tahun keatas dengan riwayat kasus pelecehan seksual.

2. Data sekunder (pelengkap)

Data sekunder sama dengan data pelengkap dalam penelitian yang didapat dari literatur riview, jurnal, atau informasi tambahan lainnya terkait dengan apa yang akan diteliti oleh peneliti. Seperti bentuk-bentuk tindakan subjek yang menggambarkan bagaimana strategi *coping* stress narapidana di lembaga pamarayakatan.

F. Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian kali ini peneliti menggunakan wawancara sistematik dengan menyiapkan gayet wawancara yang telah direncanakan

sebelumnya. Metode ini dipakai untuk mendapatkan data yang sesuai dengan strategi *coping* stress pada narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di Lapas Kelas IIB Tanjung Pati. Beberapa subjek akan diwawancarai mengenai bagaimana strategi *coping* stress narapidana lansia.

G. Teknik Analisa Dan Interpretasi Data

Penelitian ini menggunakan teknik yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman (1984) menyatakan kegiatan analisis data kualitatif dilaksanakan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenu, yang meliputi :

1. Tahap pengumpulan data

Hal pertama yang dilakukan peneliti adalah mencari data sebelum penelitian dilakukan yaitu data yang sudah jadi untuk memfokuskan fokus penelitian. Data diambil dan dianalisis melalui proses wawancara.

2. Reduksi data

Reduksi data adalah rangkuman, mengambil data yang penting, lalu mengkategorikannya. Reduksi data dilakukan dengan menggabungkan data yang sudah dapat lalu dibuat menjadi sebuah kalimat yang sudah dianalisis dari ringkasan wawancara juga observasi dan dokumentasi yang sudah sesuai dengan format yang ditentukan.

3. Display data

Mengolah data yang setengah jadi kedalam bentuk kalimat. Menurut Miles dan Huberman menyajikan data dalam bentuk teks yang dideskripsikan.

4. Ringkasan atau verifikasi

Ringkasan yang tertuju pada respon pertanyaan yang diajukan dan menunjukkan data yang diperoleh dilapangan berdasarkan data yang telah dianalisis.

H. Teknik Penjamin Dan Keabsahan Data

Menurut Wiliam Wiersma (1986), triangulasi dalam menguji kredibilitas mengacu pada proses memeriksa data dari berbagai sumber, menggunakan metode yang bervariasi, dan dilakukan pada berbagai waktu. Menurut Moleong, terdapat beberapa jenis triangulasi, yaitu:

1. Trigulasi dengan Sumber

Triangulasi sumber merupakan metode untuk memverifikasi keandalan data yang diperoleh dalam penelitian dengan cara memeriksa informasi dari berbagai sumber yang berbeda. Melalui pendekatan ini, peneliti dapat melakukan perbandingan terhadap informasi yang dihasilkan dari sumber-sumber yang beragam.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan triangulasi sumber untuk menjamin keabsahan data. Triangulasi sumber dilakukan dengan cara membandingkan dan mengecek kembali data yang diperoleh dari berbagai informan yang berbeda, namun masih terkait dengan fokus penelitian.

Adapun pelaksanaannya adalah dengan melakukan wawancara mendalam kepada dua narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual sebagai subjek utama penelitian, kemudian mengonfirmasi serta melengkapi informasi tersebut melalui wawancara dengan seorang narapidana lain yang menjadi informan sekunder. Data yang diperoleh dari subjek utama dan informan sekunder kemudian dibandingkan, apakah terdapat kesesuaian atau perbedaan dalam menjelaskan strategi *coping* stres yang digunakan.

BAB IV

TEMUAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Temuan Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan melalui wawancara, peneliti dapat mendeskripsikan sejumlah temuan di lapangan sebagai berikut:

1. Gambaran umum tempat penelitian
 - a. Sejarah singkat lapas kelas IIB Tanjung Pati

Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati, sebelumnya dikenal sebagai Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Payakumbuh, mengalami perubahan nama berdasarkan Keputusan Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia Nomor M.HH-02.OT.01.03 tanggal 20 Maret 2023 tentang Perubahan Nomenklatur Lembaga Pemasyarakatan dan Lembaga Pembinaan Khusus Anak. Saat ini, Lapas Kelas IIB Tanjung Pati berstatus sebagai Unit Pelaksana Teknis (UPT) di bidang pemasyarakatan yang berada di bawah naungan Direktorat Jenderal Pemasyarakatan, serta bertanggung jawab langsung kepada Kantor Wilayah Kementerian Migrasi dan Pemasyarakatan Provinsi Sumatera Barat.

Lapas ini memiliki sejarah panjang sejak didirikan oleh Pemerintah Hindia Belanda pada tahun 1883. Pada awalnya, bangunan ini berfungsi sebagai penjara untuk masyarakat pribumi. Namun, seiring dengan diberlakukannya sistem pemasyarakatan di Indonesia pada tahun 1964, fungsinya dialihkan menjadi lembaga pemasyarakatan. Dasar hukum operasional lembaga ini diperkuat melalui Keputusan Menteri Kehakiman Republik Indonesia Nomor M.01.PR.07.03 Tahun 1985 tentang Organisasi dan Tata Kerja Lembaga Pemasyarakatan.

Lapas ini berlokasi di Jalan Jenderal Sudirman No. 15, Kota Payakumbuh, dengan luas tanah mencapai 3.550 m² dan luas

bangunan sebesar 2.263 m². Bangunan-bangunan yang terdapat di dalamnya meliputi bengkel/hanggar permanen seluas 70 m², tempat ibadah dan gedung pertemuan masing-masing seluas 70 m², gedung utama seluas 240 m², rumah dinas golongan I tipe C dan D masing-masing seluas 70 m² dan 63 m², serta bangunan kantor permanen seluas 1.660 m². Sebagian bangunan telah mengalami renovasi, antara lain gedung kantor yang diperbaiki pada tahun 1994, serta atap blok dan tembok keliling yang direnovasi pada tahun 2000.

Saat ini, Lapas Kelas IIB Tanjung Pati memiliki kapasitas hunian sebanyak 53 orang, yang terdiri dari 9 kamar utama berukuran besar dan sedang, serta 4 kamar kecil yang berfungsi sebagai blok sel atau kamar karantina.

Tabel 4.1
Jumlah warga binaan lembaga pemasyarakatan kelas IIB
Tanjung Pati tanggal 02 Agustus 2025

NO	Nama Kamar	Isi
1.	Siap sedia	19
2.	Pengabdian	15
3.	Kst. Bangsa	26
4.	Bgn. Bangsa	8
5.	Bela Bangsa	25
6.	Perjuangan	35
7.	Kesabaran	38
8.	Ketabahan	29
9.	Kejujuran	27
10.	Harapan Bangsa	57
11.	Perenungan	1
12.	Pertaubatan	4
Jumlah		284

Sumber : Buku apel penjagaan lapas kelas IIB Tanjung Pati

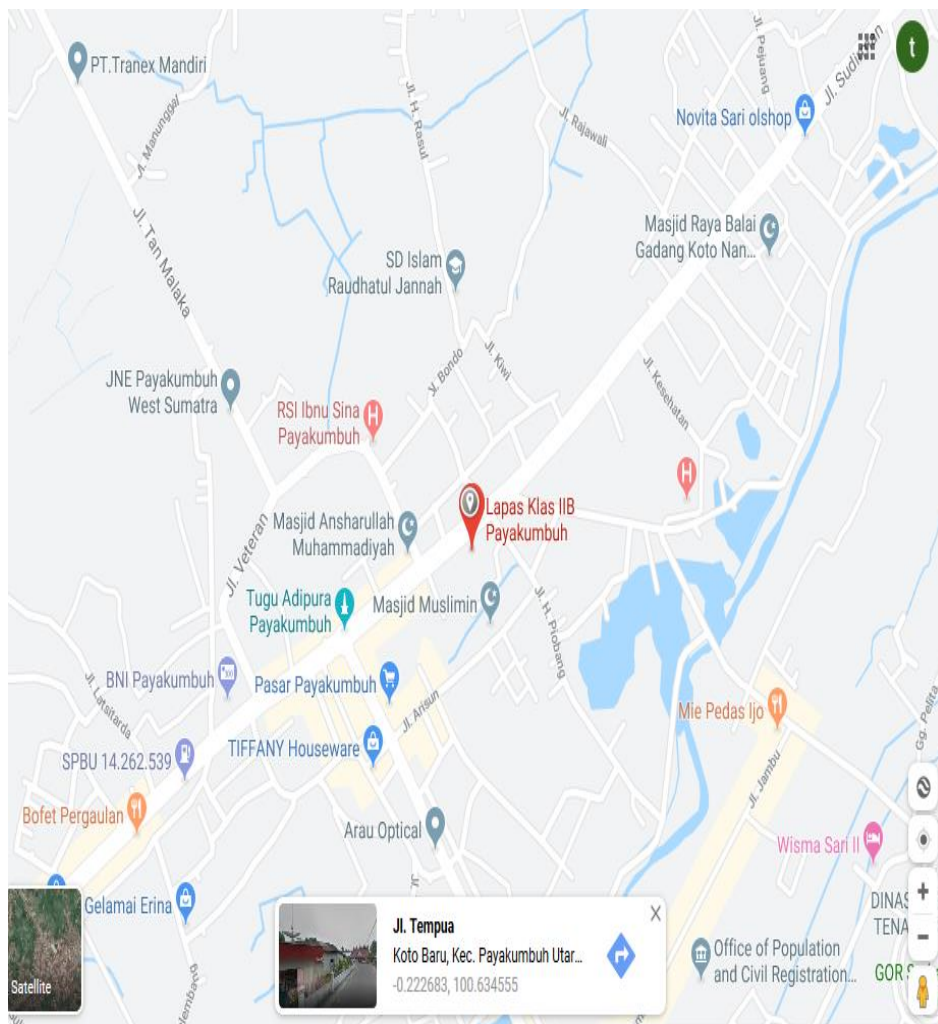
b. Letak Geografis

Lembaga Pemasarakatan Kelas IIB Payakumbuh berlokasi di Koto Baru, Payakumbuh Utara, Kota Payakumbuh, Sumatera Barat 26218

-0.222512, 100.634645

Gambar 4.1

Letak Lapas kelas IIB Tanjung Pati



Sumber: <https://maps.app.goo.gl/tPBLq9DujtN99cDp9> (Diakses pada 03 Agustus 2025)

2. Gambaran umum subjek penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan data primer yang diperoleh dari dua orang narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati. Sementara itu, data sekunder diperoleh dari satu orang narapidana dengan riwayat kasus penggelapan yang merupakan teman satu kamar dari subjek data primer.

a. Gambaran umum 2 orang subjek yang menjadi data primer yaitu:

1) Subjek 1

Subjek pertama dalam penelitian ini berinisial E, seorang narapidana lanjut usia yang sedang menjalani hukuman pidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati. E merupakan narapidana dengan riwayat kasus pelecehan seksual, dan saat ini berusia 67 tahun. Ia telah dijatuhi hukuman selama 8 tahun 1 bulan, dengan masa tahanan yang telah dijalankannya selama 18 bulan sejak pertama kali ditahan. E berasal dari Nagari Bukit Apik, yang terletak di Kecamatan Guguk Danguang-Danguang, Kabupaten Lima Puluh Kota, Provinsi Sumatera Barat. Ia berjenis kelamin laki-laki. E diketahui memiliki dua orang istri, serta empat orang anak. Dari pernikahan dengan istri pertama, E memiliki dua anak, yaitu satu anak laki-laki dan satu anak perempuan begitu juga dengan istri kedua nya.

2) Subjek 2

Subjek kedua dalam penelitian ini berinisial B, seorang narapidana lanjut usia yang sedang menjalani hukuman pidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati dengan kasus pelecehan seksual. Saat ini, B berusia 68 tahun dan dijatuhi hukuman pidana selama 10 tahun, di mana ia telah menjalani masa tahanan selama 6 tahun sejak pertama kali ditahan. B berasal dari Nagari Gaduik,

Kecamatan Lareh Sago Halaban, Kabupaten Lima Puluh Kota, Provinsi Sumatera Barat. Ia berjenis kelamin laki-laki, dan diketahui memiliki tiga pasang anak (tiga anak laki-laki dan tiga anak perempuan).

b. Gambaran umum subjek yang menjadi data sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari seorang narapidana berinisial HA, yang merupakan teman satu kamar dari kedua subjek data primer di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati. HA merupakan narapidana dengan riwayat kasus penggelapan, dan saat ini berusia 47 tahun. HA dijatuhi hukuman pidana selama 14 tahun, dan telah menjalani masa tahanan selama 2 tahun. Meskipun bukan merupakan bagian dari fokus utama penelitian, keterlibatan HA sebagai informan sekunder sangat penting untuk memberikan perspektif tambahan terhadap dinamika sosial, interaksi, serta respons emosional kedua subjek primer selama berada di dalam kamar tahanan.

B. Temuan khusus penelitian

Penelitian ini mendeskripsikan Strategi *Coping* Stress Pada Narapidana Lansia Dengan Riwayat Kasus Pelecehan Seksual Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati. Dimana telah dilakukan penelitian pada bulan Juli 2025 di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati, dengan subjek 2 orang narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual sebagai data primer dan satu orang teman sekamar sebagai data sekunder. Sebelum melakukan penelitian ini, penulis membuat pedoman wawancara yang telah di validasi oleh bapak Dian Erhan Saputra ,S.Psi.,Psikolog. Untuk peneliti gunakan sebagai pedoman dalam membuat berbagai pertanyaan yang sesuai dengan tema dalam penelitian ini.

Temuan dari penelitian ini diperoleh berdasarkan hasil dari wawancara yang telah dilakukan terhadap narapidana lansia dengan

riwayat kasus pelecehan seksual di lembaga pemasyarakatan kelas IIB Tanjung Pati. Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa narapidana lansia mampu menghadapi berbagai rintangan semasa menjalani masa hukuman di lembaga pemasyarakatan kelas IIB Tanjung Pati. Beberapa faktor yang mempengaruhi strategi *coping* stress narapidana lansia diantaranya kesehatan fisik, keterampilan memecahkan masalah, keyakinan dan pandangan positif, keterampilan sosial, dukungan sosial dan materi.

Kemampuan narapidana lansia dalam bertahan menghadapi masa hukuman atas kasus pelecehan seksual didasari oleh penerimaan terhadap keadaan serta tingkat spiritualitas yang tinggi. Subjek menunjukkan keyakinan bahwa semua yang terjadi merupakan takdir dari Tuhan dan bagian dari proses hidup yang harus dijalani dengan ikhlas. Dalam hal ini, subjek mengandalkan pendekatan religius dan dukungan emosional dari sesama narapidana sebagai bentuk *coping* terhadap tekanan psikologis yang mereka alami.

Selain itu, subjek juga menunjukkan komitmen untuk memperbaiki diri melalui kegiatan keagamaan seperti shalat, mengaji, zikir, dan mengikuti ceramah rutin di dalam lapas. Kegiatan ini tidak hanya memberikan ketenangan batin, tetapi juga menjadi sarana introspeksi dan penguatan spiritual. Komitmen ini tercermin dari sikap disiplin dan keikutsertaan aktif dalam setiap kegiatan keagamaan yang tersedia. Meskipun berada dalam kondisi terbatas, subjek tetap berusaha menjalani hari-hari dengan lebih tenang dan terarah, serta menyusun rencana untuk masa depan setelah bebas, seperti bekerja di ladang atau berkumpul kembali dengan keluarga.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa subjek memiliki cara tersendiri dalam mengelola tekanan psikologis selama menjalani masa hukuman. Strategi yang digunakan antara lain dengan menyendiri atau tidur untuk menenangkan pikiran, merokok sebagai bentuk pelarian dari stres, serta berbagi cerita (curhat) kepada teman sekamar sebagai bentuk

pelepasan emosi. Selain itu, subjek juga menjalankan aktivitas spiritual seperti salat, mengaji, dan mengikuti pengajian, yang diyakini mampu memberikan ketenangan batin, memperkuat keimanan, serta membantu menerima kenyataan hidup di dalam lapas dengan lebih ikhlas.

Adapun temuan lain dimana strategi *coping* stres pada narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual dianalisis melalui sub focus penelitian berikut:

1. Jenis strategi *coping* stress yang digunakan narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di lembaga pemasyarakatan kelas IIB Tanjung Pati.

Terkait hasil wawancara peneliti dengan narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di lapas kelas IIB Tanjung Pati seperti data yang terdapat pada table di bawah ini:

Tabel 4.2
Strategi *coping* stres

Subjek	Indikator	Kutipan Verbatim
E	Agama (<i>Religion</i>)	Yaa mengapa, mintak ajalah, mintak beribadah, mengaji, sahalat itu aja buk.
	Penerimaan (<i>Acceptance</i>)	Ya harus diterima buk.
	Mengalihkan Diri (<i>Self-Distracton</i>)	Ya begitulah buk, ngak ada ngak bisa buk, kalau disini jalan sana jalan sini aja buk ngak ada pemecahan ngak ada buk cuman tidur itu aja buk, kalau ngak dibawa tidur nanti pening dan pingsan.
	Mengekspresikan	Ya setelah mengaji, shalat

	Perasaan (<i>Venting</i>)	ya beransur-ransurlah pikiran itukan tenang.
	Penggunaan Zat (<i>Substance Use</i>)	Ya, sebetulnya saya ngak merokok sudah lama buk, tapi merokok dua hidup tiga hirup kan tenang pikiran rasanya, saya berhenti merokok semenjak mulai <i>covid</i> , mulai sakit jantung ngak ngerokok lagi, tapi selama didalam ini buk, kacau kali pikiran ha ngerokok jadi tenang, sering saya lakukan.
	Penyangkalan (<i>Denial</i>)	Jadi berat jadinya buk, sebab kita tidak melakukan itu berat jadinya pikiran itu buk.
	Perencanaan (<i>Planning</i>)	Kita dikampung bertani jadi meningkatlah dari bertani itu.
	Mencari Dukungan Instrumental	Ada kawan,ngak usah lah dipikirkan kali itu kata kawan kan, yaudahhlah udah takdir kita berdoa aja kita, itulah kata kawan itu. Kita mintak kepada Allah.
B	Agama (<i>Religion</i>)	Yo lai, wak kalau sumbayang tetap wakotunnyo wak jago,

		<p>indak ma nan kawan-kawan ee, duduk jago sumbayang lai mode tu taruih de, berarti awak alah adok di mushalla ten awak dulu aa pado kawan-kawan de aa, kadang awak cari urang untuk adzan bagai, aa lai pandai adzan? Lai. Aa adzan, tu modenyo, bokeh urang tuo awak (<i>ya ada, saya kalau shalat tetap tepat waktu saja jaga, jika ada teman yang masih tertidur saya akan bangunkan begitu terus, begitulah bukti kalau saya ada keingin ke mushala dengan cara terlebih dahulu dating di bandingkan teman-teman, terkadang saya juga mencari orang untuk adzan dengan cara bertanya apakah bisa adzan, jika bisa adzan lah di mushala</i>).</p>
	<p>Penerimaan (<i>Acceptance</i>)</p>	<p>Yo jo lapang dada ajo wak tarimo lainyo (<i>ya dengan lapang dada saya terima</i>).</p>
	<p>Mengalihkan Diri (<i>Self-Distractio</i>n)</p>	<p>Ancak awak mangaji lai dari pado maiyak lai, rancak wak</p>

	duduk di mushalla lai (<i>lebih baik saya mengaji dari pada tidak ada kegiatan, lebih baik saya duduk di mushala</i>).
Penggunaan Zat (<i>Substance Use</i>)	Takana dek wak rokok tu rokok sabatang, tu nan manyonangan (<i>teringat oleh saya rokok. Ya merokok saya satu batang, itu yang membuat saya senang</i>).
Candaan (<i>Humor</i>)	Bagora dalam kamar tu lai, sonang ati, ancak bagurau-gurau bitu ajo nyo (<i>bercanda dalam akamar tentu ada, sekedar bercanda-canda saja</i>).
Penyangkalan (<i>Denial</i>)	Kalau panyasalan itu lai, ba kok sampai awak ka dalam iko, itu ajo penyesalan awak nyo (<i>kalau penyesalan tentu ada, kenapa saya sampai ke sini, itu aja yang menjadi penyesalan bagi saya</i>)
Perencanaan (<i>Planning</i>)	Pikiran awak itu ajo nyo baa nak elok jo ka usao liak ba supayo nak tabantu anak liak itu ajo pikirayo (<i>pikiran saya hanya itu saja bagaimana supaya berjalan</i>

		<i>baik usaha dan bisa terbantu anak kembali)</i>
--	--	---

Hasil wawancara menunjukkan narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di lembaga pemasyarakatan kelas IIB Tanjung Pati memiliki kemampuan dalam strategi *coping* mereka dalam menghadapi stress selama mereka menjalani masa hukuman di lembaga pemasyarakatan kelas IIB Tanjung Pati. Hal ini terlihat bagai mana mereka menjalani kehidupan sehari-hari di dalam lapas.

Subjek menunjukkan bahwa dalam menghadapi tekanan selama masa tahanan, mereka lebih banyak menggunakan strategi *emotion-focused coping*. Salah satu strategi utama yang muncul adalah peningkatan aktivitas spiritual.

Subjek E, menenangkan diri dengan memperbanyak ibadah seperti salat dan mengaji: *“Yaa mengapa, mintak ajalah, mintak beribadah, mengaji, sahalat itu aja buk.”* Hal serupa juga ditunjukkan oleh Subjek B yang aktif menjalankan ibadah dan bahkan terlibat dalam kegiatan mencari warga binaan lainnya untuk adzan di mushalla: *“Yo lai, wak kalau sumbayang tetap waketunyo wak jago... kadang awak cari urang untuk adzan (ya, kalau shalat selalu tepat waktu, dan sesekali saya juga mencari orang untuk adzan)”*

Temuan dalam penelitian ini menguatkan posisi spiritualitas sebagai fondasi utama dalam strategi *coping* berbasis emosi. Ibadah seperti salat, mengaji, dan keterlibatan dalam kegiatan religius lainnya bukan hanya menjadi bentuk rutinitas, tetapi juga menjadi wadah bagi narapidana lansia untuk memperoleh ketenangan, meredam rasa bersalah, dan menumbuhkan harapan.

“Yo wak salah, tapi disiko wak minta ampun jo Allah, sumbayang, mengaji..(iya benar saya salah, tapi disini saya minta ampun kepada Allah, shalat, mengaji).” (subjek B)

Dari pertanyaan tersebut dapat di simpulkan bahwa narapidana lansia menggunakan aktivitas spiritual atau agama dalam strategi *coping* stress mereka.

Selain itu, kedua subjek menunjukkan adanya penerimaan terhadap kondisi yang mereka alami. Subjek E menyampaikan dengan singkat, "*Ya harus diterima, Buk,*" sebagai bentuk sikap menerima kenyataan hidup di dalam lapas.

Sementara itu, Subjek B menyatakan, "*Yo jo lapang dada ajo wak tarimo lainyo (ya dengan lapang dada, saya terima)*" yang mencerminkan sikap penerimaan dan berusaha menerima takdir dengan lapang dada. Pernyataan ini menunjukkan adanya proses penerimaan emosional terhadap situasi yang tidak dapat mereka ubah.

Strategi pengalihan diri juga tampak dari perilaku keduanya dalam mengatasi stres. Subjek E memilih untuk berjalan-jalan atau tidur sebagai bentuk distraksi dari tekanan yang dirasakan, dengan mengatakan, "*...jalan sana jalan sini aja, Buk... kalau nggak dibawa tidur nanti pening dan pingsan.*" Subjek B pun cenderung mengalihkan emosinya melalui aktivitas religius, seperti mengaji, daripada mengekspresikan kesedihan secara langsung. B berkata, "*Ancak awak mangaji lai dari pado maiyak lai, (lebih baik kita menyaji dari pada melalukuna hal yang tidak bermanfaat lainnya)*" yang menunjukkan bahwa aktivitas spiritual menjadi cara efektif untuk meredakan beban emosionalnya.

Ekspresi emosi secara tidak langsung juga terlihat dari cara mereka merespons tekanan. Subjek E merasakan ketenangan setelah melaksanakan ibadah, "*Ya setelah mengaji, shalat ya beransur-ansurlah pikiran itu kan tenang.*" Sebaliknya, Subjek B cenderung memendam perasaannya sendiri dan enggan menceritakan secara terbuka: "*Eee ndak ado deh, ndak takona dek awak (ngak ada, ngak teringat oleh saya)*".

Coping yang digunakan subjek juga mencakup bentuk maladaptif, yaitu penggunaan rokok sebagai pelarian emosional. *coping* maladaptif muncul ketika individu merasa tidak memiliki alternatif strategi yang lebih sehat. Merokok dalam konteks ini tidak menyelesaikan masalah, tetapi memberi efek jangka pendek berupa rasa tenang.

Subjek E mengatakan, "...*ngerokok jadi tenang, sering saya lakukan,*" sedangkan Subjek B menyampaikan hal serupa, "*Takana dek wak rokok sabatang, tu nan manyonangan (teringat oleh saya, saya ngerokok satu batang dulu, itu yang membuat saya senag).*" Hal ini menunjukkan bahwa keduanya menggunakan rokok sebagai bentuk pelarian untuk mengurangi ketegangan psikologis.

Dalam aspek *problem-focused coping*, kedua subjek memiliki rencana masa depan sebagai bentuk harapan dan tujuan hidup setelah bebas. Subjek memiliki rencana untuk kembali bertani atau bekerja setelah masa tahanan berakhir. Ini menunjukkan penggunaan *problem-focused coping* yang berkaitan dengan *hope-based coping*. Subjek E menyatakan keinginannya untuk kembali bertani di kampung: "*Kita di kampung bertani, jadi meningkatlah dari bertani itu.*" Sementara Subjek B berencana kembali bekerja demi membantu anaknya: "*Baa nak elok jo ka usao liak ba, supaya nak tabantu anak liak (bagaimana usaha akan baik, biar bisa membantu anak kembali)*"

Keduanya juga mendapatkan dukungan instrumental dari teman satu kamar. Subjek E menyebut, "*Ada kawan... yaudahlah, udah takdir kita, berdoa aja kita,*" yang menunjukkan bahwa keberadaan teman dapat memberikan rasa nyaman dan semangat untuk menjalani masa hukuman.

Berdasarkan hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati memiliki kemampuan dalam menerapkan strategi *coping* stres selama menjalani masa hukuman.

Strategi *coping* yang paling dominan digunakan adalah *emotion-focused coping*, khususnya melalui peningkatan aktivitas spiritual seperti salat, mengaji, dan keterlibatan dalam kegiatan keagamaan lainnya, yang memberikan ketenangan batin bagi subjek.

Selain itu, kedua subjek menunjukkan sikap penerimaan terhadap keadaan sebagai bagian dari proses adaptasi terhadap lingkungan dan kenyataan hidup di dalam lapas. Mereka juga menggunakan strategi pengalihan diri, seperti tidur, berjalan, atau mengaji untuk meredakan tekanan pikiran. Mekanisme pengekspresian perasaan dilakukan secara terbatas, baik melalui kegiatan ibadah maupun menyendiri dalam diam.

Strategi *coping* yang cenderung pasif seperti “penerimaan” banyak ditemukan pada narapidana lansia. Hal ini karena usia lanjut membawa perubahan fisiologis dan psikologis, termasuk menurunnya daya adaptif aktif.

Beberapa subjek juga menggunakan zat seperti rokok sebagai bentuk pelarian untuk mengurangi stres, yang dirasakan membantu menenangkan pikiran dalam kondisi tertentu. Di sisi lain, aspek *problem-focused coping* juga muncul, terutama dalam bentuk perencanaan masa depan, seperti kembali bertani atau bekerja demi anak setelah bebas. Dukungan sosial instrumental dari teman satu kamar atau sesama warga binaan juga menjadi salah satu sumber kekuatan dalam menjalani masa tahanan.

Dengan demikian, strategi *coping* stres yang digunakan oleh narapidana lansia mencerminkan upaya aktif dan pasif dalam menyesuaikan diri terhadap tekanan psikologis yang dihadapi di lingkungan lembaga pemasyarakatan, dengan pendekatan yang dipengaruhi oleh spiritualitas, penerimaan diri, dan harapan akan masa depan.

2. Faktor yang mempengaruhi pemilihan strategi *coping* stress

Terkait hasil wawancara peneliti dengan narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di lapas kelas IIB Tanjung Pati seperti data yang terdapat pada table di bawah ini:

Tabel 4.3
Faktor yang memepengaruhi strategi *coping*

Subjek	Indikator	Kutipan Verbatim
E	Religiusitas	Yaa mengapa, kita disini hanya bisa berdoa, mintak ajalah, mintak beribadah, mengaji, shalat itu aja buk
	Penerimaan terhadap keadaan	Ya harus diterima buk, mau ngak mau kita haus terima dengan ikhlas buk.
	Fisik dan psikologis	Ya terima saja buk, kita tidur, jika tidak bisa muntah-muntah, tidak bisa memecahkan kepala ini kan pening,muntah-muntah, pingsan
B	Dukungan sosial dari sesama narapidana	Bagora dalam kamar tu lai, sonang ati, ancak bagurau-gurau bitu ajo nyo (<i>bercanda di dalam kamar tentu ada, hati senang, bercanda gurau dengan teman begitu aja</i>).
	Penerimaan terhadap keadaan	Yo jo lapang dado ajo wak tarimo lai nyo (<i>ya dengan lapang dada saya terima</i>)

	penyesalan dan pengalaman hidup	Kalau panyasalan itu laii, ba kok sampai awak ka dalam iko, itu ajo penyesalan awak nyo. <i>(kalau penyesal tentu ada kenapa saya sampai ke sini, itu aja penyesalan diri saya)</i>
--	---------------------------------	---

Berdasarkan hasil wawancara, terdapat beberapa faktor yang memengaruhi pemilihan strategi *coping* stres pada narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di Lapas Kelas IIB Tanjung Pati. Faktor-faktor ini muncul baik dari dalam diri subjek maupun dari lingkungan sekitar yang berinteraksi dengan mereka selama menjalani masa hukuman.

Sebagai individu yang telah memasuki tahap akhir kehidupan, subjek mengalami berbagai keterbatasan fisik dan penurunan energi. Hal ini berdampak pada pemilihan strategi *coping* yang lebih bersifat pasif atau emosional dibandingkan strategi aktif. Lansia cenderung menghindari bentuk *coping* yang menuntut perubahan lingkungan, dan lebih memilih pendekatan spiritual, pasrah, atau penerimaan.

Salah satu faktor utama yang memengaruhi strategi *coping* adalah tingkat religiusitas. Kuatnya nilai-nilai keagamaan dalam diri subjek mendorong mereka untuk memilih aktivitas spiritual sebagai bentuk utama dalam menghadapi tekanan psikologis. Subjek E menuturkan, “*Yaa mengapa, mintak ajalah, mintak beribadah, mengaji, shalat itu aja buk,*” sementara Subjek B juga menunjukkan keterlibatan aktif dalam kegiatan keagamaan seperti menjadi muadzin: “*Yo lai, wak kalau sumbayang tetap wakotunnyo wak jago... kadang awak cari*

urang untuk adzan (ya ada, shalat saya selalu tepat waktu, terkadang saya juga mencari orang untu adzan) ”.

Faktor lainnya adalah dukungan sosial dari sesama narapidana, yang memberikan rasa tenang dan membuat beban psikologis terasa lebih ringan. Subjek B menyampaikan bahwa suasana dalam kamar sering diisi dengan gurauan yang menghibur: *“Bagora dalam kamar tu lai, sonang ati, ancak bagurau-gurau bitu ajo nyo.”* Hal ini juga ditegaskan oleh informan HA: *“Yaaa mereka kebanyakan curhat kemudian dengan bercanda gurau...”*

Kehadiran teman satu kamar dan warga binaan lain yang suportif turut membantu subjek dalam menghadapi tekanan hidup di dalam lapas. Percakapan ringan, canda, dan kebersamaan menciptakan suasana yang menenangkan dan mengurangi rasa terasing.

Penerimaan terhadap keadaan juga menjadi faktor penting yang mendorong individu menggunakan strategi yang lebih pasif namun stabil. Subjek E mengungkapkan, *“Ya harus diterima buk,”* dan Subjek B menyatakan, *“Yo jo lapang dado ajo wak tarimo lai nyo.”* Sikap ini menunjukkan adanya proses penerimaan yang membantu mereka bertahan dan tidak terlalu larut dalam tekanan. Sikap penerimaan tersebut merupakan bagian dari *emotion-focused coping* dalam bentuk *acceptance*, yaitu penerimaan terhadap kenyataan yang tidak dapat diubah.

Selain itu, kondisi fisik dan psikologis subjek turut memengaruhi pemilihan *coping*. Subjek E, misalnya, mengeluhkan tekanan berat hingga menyebabkan pusing dan pingsan: *“...tidur, muntah-muntah, tidak bisa memecahkan kepala ini kan pening, muntah-muntah, pingsan.”* Dalam kondisi seperti itu, strategi seperti tidur dan menyendiri menjadi pilihan.

Faktor lain yang tidak kalah penting adalah penyesalan dan pengalaman hidup yang mendorong subjek untuk merenung dan memperbaiki diri. Subjek B menyampaikan, *“kalau panyasalan itu laii, ba kok sampai awak ka dalam iko, itu ajo penyesalan awak nyo,(kalau penyesalan tentunya ada, kenapa saya sampai disini, hanya itu saja penyesalan saya)”* yang menunjukkan dorongan reflektif untuk menerima dan memperbaiki keadaan diri.

Dari sisi lingkungan, ketersediaan program pembinaan dan kegiatan keagamaan di lapas juga turut memengaruhi strategi coping narapidana. Informan HA menyebutkan, *“sekitar 80-90% kegiatan agama itu membantu mereka untuk menyelesaikan masalah.”* Selain itu, dorongan untuk memperbaiki masa depan turut menjadi penggerak coping aktif, seperti disampaikan: *“...mereka mempunyai rencana bagaimana ekonomi mereka menjadi lebih baik...”*

Dengan demikian, pemilihan strategi *coping* stres oleh narapidana lansia dipengaruhi oleh kombinasi antara kekuatan internal seperti religiusitas dan penerimaan diri, serta faktor eksternal seperti dukungan sosial dan program pembinaan yang tersedia di dalam lembaga pemasyarakatan.

3. Peran lembaga pemasyarakatan kelas IIB Tanjung Pati dalam mendukung strategi *coping* pada narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual.

Terkait hasil wawancara peneliti dengan narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di lapas kelas IIB Tanjung Pati seperti data yang terdapat pada table di bawah ini:

Tabel 4.4
Peran Lembaga Pemasarakatan

Subjek	Indikator	Kutipan Verbatim
B	Manfaat dari kegiatan keagamaan	Yo lai, wak kalau sumbayang tetap waktunnyo wak jago. kadang awak cari urang untuk adzan (<i>Iya ada, saya jika shalat tepat pada waktunya, terkadang saya juga mencari oaring untuk adzan</i>).
HA	Manfaat dari kegiatan keagamaan	Sekitar 80-90% kegiatan agama itu membantu mereka untuk menyelesaikan masalah.
	Lingkungan sosial yang relatif suportif	Yaaa mereka kebanyakan curhat kemudian dengan bercanda gurau
	Mendorong narapidana untuk memiliki rencana hidup yang lebih baik,	Mereka setelah keluar dari sini mempunyai rencana bagaimana ekonomi mereka menjadi lebih baik, bagaimana berbuat baik kepada sesama.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa Lembaga Pemasarakatan Kelas IIB Tanjung Pati memiliki peran signifikan dalam mendukung proses *coping* stres yang dialami oleh narapidana lansia. Salah satu bentuk dukungan yang menonjol adalah penyediaan lingkungan yang kondusif bagi pelaksanaan aktivitas keagamaan dan pembinaan spiritual. Kegiatan seperti salat berjamaah, pengajian, dan ceramah agama yang dilaksanakan secara rutin menjadi sarana utama bagi narapidana lansia dalam menenangkan diri dan memperkuat hubungan spiritual dengan Tuhan.

Salah satu kontribusi utama lembaga pemasyarakatan adalah menyediakan ruang dan waktu untuk kegiatan keagamaan secara rutin. Subjek dalam penelitian ini menunjukkan keterlibatan aktif dalam salat, mengaji, serta kegiatan ibadah berjamaah di mushalla lapas. Kegiatan tersebut bukan hanya dipandang sebagai kewajiban agama, tetapi juga sebagai media *coping spiritual* untuk meredakan kecemasan dan tekanan psikologis yang muncul selama masa tahanan.

Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati memiliki peran penting dalam mendukung strategi *coping* narapidana lansia, khususnya melalui penyediaan fasilitas keagamaan dan terciptanya suasana sosial yang suportif.

Kedua subjek menyampaikan bahwa mereka merasa terbantu dengan adanya mushalla, kegiatan salat berjamaah, pengajian, dan ceramah agama yang rutin dilaksanakan di dalam lapas. Kegiatan ini menjadi media spiritual yang membantu subjek dalam menenangkan diri dan menguatkan batin mereka selama menjalani masa tahanan.

Subjek B menyatakan bahwa ia sering mencari narapidana untuk mengumandangkan azan, "*kadang awak cari urang untuk adzan (kadang saya juga mencari orang untuk adzan)*". yang menurutnya menjadi bentuk keterlibatan aktif dalam kegiatan spiritual lapas. Subjek E juga menyebutkan "*bahwa setelah salat dan mengaji, ia merasa pikirannya lebih tenang*".

Informan sekunder (HA) menegaskan bahwa sebagian besar narapidana lansia merasakan dampak positif dari kegiatan keagamaan tersebut. Ia menyatakan, "*Sekitar 80–90% kegiatan agama itu membantu mereka untuk menyelesaikan masalah.*" Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan spiritual tidak hanya menjadi rutinitas keagamaan, tetapi juga

berperan sebagai mekanisme *coping* yang efektif secara emosional dan psikologis.

Selain fasilitas ibadah, suasana sosial di dalam lapas juga mendukung terbentuknya strategi *coping* interpersonal. Teman satu kamar, rekan sesama warga binaan, dan rutinitas bersama menciptakan hubungan yang cukup suportif. Subjek mengungkapkan bahwa mereka merasa lebih ringan dalam menghadapi tekanan ketika bisa bercanda dan berbagi cerita dengan sesama warga binaan.

Dukungan pihak lapas juga tercermin dari keterlibatan aktif narapidana dalam kegiatan mushalla. Seperti yang disampaikan oleh Subjek B: *“Yo lai, wak kalau sumbayang tetap wakotunnyo wak jago... kadang awak cari urang untuk adzan (Iya ada, saya jika shalat tepat pada waktunya, terkadang saya juga mencari oaring untuk adzan).”* Ungkapan ini menggambarkan bahwa narapidana tidak hanya menjadi peserta pasif, tetapi juga dilibatkan secara aktif dalam aktivitas keagamaan, yang pada gilirannya meningkatkan rasa berharga dan keterlibatan sosial mereka.

Selain pembinaan spiritual, pihak lembaga juga berperan dalam menciptakan lingkungan sosial yang relatif suportif. Interaksi antarnarapidana dalam bentuk berbagi cerita, bercanda, dan saling menyemangati turut membantu mengurangi perasaan terasing atau terisolasi. Hal ini ditegaskan oleh HA yang menyatakan, *“Yaaa mereka kebanyakan curhat kemudian dengan bercanda gurau...”* Interaksi sosial semacam ini menjadi bagian dari strategi *coping* yang bersifat emosional, serta membantu memperkuat daya adaptasi narapidana lansia dalam menjalani masa hukuman.

Lebih lanjut, informan juga menyampaikan bahwa pihak lapas mendorong narapidana untuk menyusun rencana hidup mereka pasca-bebas, khususnya dalam aspek ekonomi. Ia menyebutkan, *“...mereka*

mempunyai rencana bagaimana ekonomi mereka menjadi lebih baik...” Pernyataan ini menunjukkan adanya pendekatan pembinaan yang bersifat rehabilitatif, yaitu tidak hanya menekankan pada aspek hukuman, tetapi juga pada pemulihan fungsi sosial dan persiapan reintegrasi ke masyarakat.

Meskipun tidak terdapat layanan psikolog atau konseling profesional secara rutin, kegiatan spiritual dan kebersamaan antarsesama narapidana menjadi bentuk dukungan alternatif yang nyata. Subjek menggunakan fasilitas yang tersedia dan memanfaatkan lingkungan sekitar sebagai sumber kekuatan dalam menghadapi tekanan batin.

Secara keseluruhan, Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati turut memberikan ruang dan suasana yang memungkinkan narapidana lansia mengembangkan strategi *coping* secara mandiri, meskipun masih terdapat keterbatasan dalam aspek pembinaan psikososial yang lebih terarah.

4. Dampak strategi *coping* terhadap tingkat stress yang dialami narapidana lansia di lembaga pemasyarakatan kelas IIB Tanjung Pati.

Terkait hasil wawancara peneliti dengan narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di lapas kelas IIB Tanjung Pati seperti data yang terdapat pada table di bawah ini:

Tabel 4.5
Dampak Strategi *Coping* Terhadap Stres

Subjek	Indikator	Kutipan Verbatim
E	Agama (<i>Religion</i>)	Yaa mengapa, mintak ajalah, mintak beribadah, mengaji, sahalat itu aja buk.
		Ya setelah mengaji, shalat ya beransur-ransurlah pikiran

		itukan tenang
	Penerimaan terhadap keadaan	Ya harus diterima buk
	Pengalihan diri	kalau ngak saya bawa tidur nanti pening dan pingsan
	Penggunaan zat	Ya, sebetulnya saya ngak merokok sudah lama buk, tapi merokok dua hirup tiga hirup kan tenang pikiran rasanya, saya berhenti merokok semenjak mulai covid, mulai sakit jantung ngak ngerok lagi , tapi selama didalam ini buk, kacau kali pikiran haaa ngerokok jadi tenang, sering saya lakukan
B	Agama (<i>Religion</i>)	Yo lai, wak kalau sumbayang tetap wakotunyo wak jago... kadang awak cari urang untuk adzan (<i>Iya ada, saya jika shalat tepat pada waktunya, terkadang saya juga mencari oaring untuk adzan</i>).
	Penerimaan terhadap keadaan	Yo jo lapang dado ajo wak tarimo lai nyo. (<i>Ya dengan lapang dada saya terima</i>).
	Penggunaan zat	Takana dek wak rokok sabatang, tu nan manyonangan. (<i>teringat oleh saya rokok, ya saya merokok satu batang itu menyenangkan bagi saya</i>).

HA	Penurunan tingkat stress yang dialami narapidana	rata-rata mereka menerima apa adanya... dan kegiatan agama itu sangat membantu mereka untuk menyelesaikan masalah.
----	--	--

Hasil wawancara menunjukkan bahwa penggunaan strategi *coping*, khususnya jenis *emotion-focused coping*, memiliki dampak yang signifikan dalam membantu narapidana lansia mengelola tingkat stres selama menjalani masa hukuman. Salah satu bentuk *coping* yang paling dominan adalah keterlibatan dalam aktivitas keagamaan, yang tidak hanya berfungsi sebagai rutinitas spiritual, tetapi juga menjadi sarana efektif untuk menenangkan pikiran dan meredakan emosi negatif.

strategi *coping* oleh narapidana lansia menunjukkan dampak positif terhadap kondisi psikologis mereka selama menjalani masa tahanan. Kedua subjek mengalami penurunan tekanan emosional, mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, dan menunjukkan stabilitas dalam menjalani hari-hari di lapas.

Salah satu bentuk *coping* yang paling memberikan pengaruh adalah aktivitas spiritual, seperti salat, mengaji, dan keterlibatan dalam kegiatan keagamaan lainnya.

Subjek E mengungkapkan bahwa ibadah seperti salat dan mengaji memberikan efek menenangkan terhadap kondisi psikologisnya. Ia berkata, “*Yaa mengapa, mintak ajalah, mintak beribadah, mengaji, sahalat itu aja, Buk,*” dan lebih lanjut menjelaskan bahwa “*setelah mengaji, shalat ya beransur-ransurlah pikiran itu kan tenang.*”

Hal serupa juga dirasakan oleh Subjek B, yang aktif mengikuti kegiatan keagamaan di dalam lapas, termasuk menjadi muadzin di mushalla: “*Yo lai, wak kalau sumbayang tetap wakotunnyo wak jago...*”

kadang awak cari urang untuk adzan. (Iya ada, saya jika shalat tepat pada waktunya, terkadang saya juga mencari oaring untuk adzan).” Aktivitas spiritual ini memberikan efek ketenangan batin serta menumbuhkan rasa bermakna di tengah keterbatasan situasi yang dihadapi.

Selain itu, strategi *coping* berupa penerimaan diri terbukti membantu subjek dalam mengelola emosi secara lebih tenang. Mereka cenderung tidak memberontak terhadap kondisi, melainkan menerima dengan ikhlas dan mencoba menjalaninya dengan sabar. Hal ini memperkuat sikap pasrah dan menjauhkan mereka dari tekanan yang berlebihan.

Subjek E menyatakan secara singkat, “*Ya harus diterima, Buk,*” sedangkan Subjek B menyampaikan, “*Yo jo lapang dada ajo wak tarimo lai nyo (Ya dengan lapang dada saya terima).*” Ungkapan tersebut mencerminkan adanya kemampuan untuk berdamai dengan kenyataan dan menerima situasi sebagai bagian dari proses hidup, yang berkontribusi dalam menurunkan beban psikologis yang bersifat kronis.

Strategi *self-distraction* seperti berjalan-jalan, tidur, atau membaca Al-Qur’an juga membantu mengalihkan perhatian dari stres yang dirasakan. Meskipun bersifat sementara, cara ini tetap efektif dalam menstabilkan perasaan saat beban psikologis sedang tinggi. Dalam konteks lansia, strategi pengalihan seperti ini juga penting karena membantu menyeimbangkan antara tekanan dan kebutuhan istirahat.

Subjek E, lebih memilih tidur atau berjalan-jalan di sekitar lingkungan lapas sebagai bentuk pengalihan, sebagaimana dikatakan, “*Kalau nggak dibawa tidur nanti pening dan pingsan.*” Pernyataan ini menunjukkan bahwa *coping* tersebut membantu mengendalikan respons psikosomatik yang timbul akibat tekanan batin.

Sebagian *coping* yang digunakan tergolong maladaptif, misalnya penggunaan rokok untuk menenangkan pikiran. Subjek menyampaikan bahwa merokok membuat mereka merasa lebih tenang. Meskipun tidak membahayakan langsung secara sosial, *coping* ini hanya bersifat sementara dan tidak menyelesaikan akar masalah. Maka, diperlukan pendekatan penguatan *coping* sehat melalui kegiatan atau pembinaan alternatif.

Subjek E mengatakan bahwa strategi *coping* yang tergolong maladaptif dapat memberikan efek tenang terhadap dirinya meskipun E dilaranf merokok oleh dokter karena E menderita penyakit *“Ya, sebetulnya saya gak merokok sudah lama buk, tapi merokok dua hirup tiga hirup kan tenang pikiran rasanya, saya berhenti merokok semenjak mulai covid, mulai sakit jantung gak ngerok lagi , tapi selama didalam ini buk, kacau kali pikiran haaa ngerokok jadi tenang, sering saya lakukan”*

Subjek B juga mengakui bahwa merokok menjadi cara cepat untuk menenangkan pikiran: *“Takana dek wak rokok sabatang, tu nan manyonangan (teringat oleh saya rokok, ya saya merokok satu batang itu menyenangkan bagi saya).”* Strategi ini memang memberikan efek jangka pendek dalam meredakan stres, namun tidak bersifat adaptif dan tidak memberikan solusi jangka panjang yang konstruktif.

Secara keseluruhan, strategi *coping* yang diterapkan oleh narapidana lansia menunjukkan pengaruh yang positif terhadap penurunan tingkat stres yang mereka alami. Hal ini tercermin dari kemampuan mereka dalam menjalani keseharian di dalam lapas secara lebih tenang, terkendali, dan tidak menunjukkan gejala stres berat yang membahayakan kesejahteraan psikologis. Informan sekunder (HA) turut menguatkan temuan ini dengan menyatakan bahwa *“...rata-rata mereka menerima apa adanya... dan kegiatan agama itu sangat membantu mereka untuk menyelesaikan masalah.”*

Berdasarkan temuan, strategi *coping* yang digunakan oleh narapidana lansia berdampak positif terhadap pengelolaan stres mereka selama menjalani hukuman. Aktivitas spiritual, penerimaan, dan harapan masa depan merupakan bentuk *coping* yang efektif dalam menjaga kestabilan psikologis. Sementara itu, strategi maladaptif seperti merokok menunjukkan adanya kebutuhan untuk memperkuat pembinaan psikososial, agar *coping* yang digunakan tetap sehat dan fungsional.

Secara keseluruhan, strategi *coping* berperan sebagai peredam tekanan psikologis sekaligus penguat mental bagi narapidana lansia, terutama ketika dilakukan secara konsisten dan didukung oleh lingkungan yang memungkinkan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa strategi *coping*, khususnya yang berbasis spiritual dan penerimaan diri, memainkan peran penting dalam menjaga kestabilan psikologis narapidana lansia, serta membantu mereka menjalani masa hukuman dengan lebih adaptif dan bermakna.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data, telah ditemukan beberapa hal terkait dengan Strategi *coping* stres pada narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di lembaga pemasyarakatan kelas IIB Tanjung Pati. Hasil temuan tersebut dikelompokkan berdasarkan sub fokus, yaitu:

1. **Jenis strategi *coping* stres yang digunakan narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di lembaga pemasyarakatan kelas IIB Tanjung Pati.**

Temuan ini mengindikasikan dimana narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati menerapkan kombinasi dari dua jenis strategi *coping* stres, yaitu *emotion-focused coping* dan *problem-focused coping*. Hal ini sesuai dengan teori *coping* dari Lazarus dan Folkman (1984), yang

membagi strategi *coping* menjadi dua bentuk utama: *coping* yang berfokus pada pengelolaan emosi dan *coping* yang berorientasi pada pemecahan masalah.

Strategi *emotion-focused coping* terlihat lebih dominan, terutama dalam bentuk peningkatan aktivitas keagamaan seperti salat, mengaji, serta keterlibatan dalam kegiatan spiritual di dalam lapas. Aktivitas ini digunakan subjek sebagai cara untuk menenangkan diri dan meredakan tekanan psikologis yang dirasakan selama masa tahanan. Selain itu, *coping* emosional juga diwujudkan dalam bentuk penerimaan terhadap keadaan (*acceptance*), pengalihan diri (*self-distraction*), dan ekspresi perasaan secara terbatas.

Hal ini sejalan dengan temuan penelitian Nurjanah & Suryani (2020) yang menemukan bahwa warga binaan cenderung mengandalkan ibadah, seperti salat dan membaca Al-Qur'an, sebagai bentuk penguatan spiritual untuk mengelola tekanan psikologis. Aktivitas keagamaan memberikan rasa tenang, penerimaan, dan harapan baru di tengah keterbatasan hidup di balik jeruji.

Dengan demikian, temuan penelitian ini mendapat penguatan dari berbagai studi sebelumnya yang menegaskan bahwa strategi *emotion-focused coping* khususnya melalui pendekatan spiritual, penerimaan, dan pengalihan diri merupakan bentuk adaptasi yang paling banyak digunakan oleh narapidana lansia. Strategi ini tidak hanya relevan dalam konteks psikologi perkembangan lansia, tetapi juga sesuai dengan realitas sosial dan religius masyarakat Indonesia yang menjadikan agama sebagai pilar dalam menghadapi ujian hidup.

Sementara itu, *problem-focused coping* juga tampak melalui adanya perencanaan masa depan. Kedua subjek menyampaikan harapan untuk kembali menjalankan aktivitas produktif seperti bertani atau bekerja setelah bebas dari masa hukuman. Hal ini menunjukkan adanya orientasi jangka panjang dan upaya untuk membangun kembali kehidupan yang lebih baik.

Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Sutanto & Ariani (2016) yang menemukan bahwa sebagian narapidana menggunakan perencanaan masa depan sebagai mekanisme untuk mengurangi kecemasan terhadap ketidakpastian hidup pasca-bebas. Harapan untuk kembali bekerja, berdamai dengan keluarga, atau berkontribusi dalam masyarakat memberikan rasa kontrol atas hidup dan memotivasi individu untuk tetap bertahan selama masa pidana.

Dalam konteks lansia, temuan ini juga dikuatkan oleh Indrawati (2021) yang menekankan bahwa lansia yang memiliki tujuan hidup meskipun dalam ruang terbatas tetap menunjukkan daya juang yang tinggi. Orientasi ini seringkali tidak bersifat material semata, namun juga dilandasi oleh nilai kebermanfaatan bagi orang lain, seperti membantu anak atau kembali berkontribusi di lingkungan sosial. Hal ini tampak dalam pernyataan subjek yang ingin kembali bertani atau bekerja demi keluarganya.

Dengan demikian, temuan penelitian ini memperkuat bahwa strategi *problem-focused coping* juga digunakan oleh narapidana lansia, meskipun tidak sekuat dominasi strategi emosional. Bentuk nyata dari strategi ini adalah munculnya harapan dan rencana masa depan, yang tidak hanya mencerminkan semangat hidup dan optimisme, tetapi juga menjadi mekanisme penting dalam menjaga keseimbangan psikologis selama menjalani masa tahanan.

Secara keseluruhan, subjek menggunakan kombinasi antara *emotion-focused coping* dan *problem-focused coping*, namun dengan dominasi strategi emosional. Hal ini dapat dimengerti karena lansia cenderung memilih *coping* yang lebih mengelola emosi dibanding menyelesaikan masalah secara langsung (Santrock, 2012). Selain itu, keterbatasan kontrol terhadap lingkungan lapas juga menjadikan *coping* emosional lebih relevan.

Strategi *emotion-focused coping* menjadi bentuk penyesuaian yang adaptif, khususnya di lingkungan yang penuh batasan seperti

lembaga pemasyarakatan. Kegiatan spiritual memberi kekuatan emosional dan makna hidup, sedangkan perencanaan masa depan memberi arah dan tujuan yang menjaga semangat hidup.

2. Faktor yang mempengaruhi pemilihan strategi *coping* stres

Temuan ini mengindikasikan terkait dengan pemilihan strategi *coping* oleh subjek sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya adalah kondisi usia lanjut, latar belakang sosial, dan ketersediaan aktivitas pembinaan di dalam lembaga pemasyarakatan selaras dengan teori *coping* dari Lazarus dan Folkman (1984). Mereka menjelaskan bahwa strategi *coping* seseorang sangat dipengaruhi oleh penilaian individu terhadap situasi serta berbagai faktor pendukung internal dan eksternal seperti usia, kondisi kesehatan mental, pengalaman hidup, dukungan sosial, dan nilai-nilai spiritual.

Hal ini sejalan dengan penelitian Kusuma & Handayani (2017) menyebutkan bahwa latar belakang sosial dan pengalaman hidup sebelumnya sangat berpengaruh terhadap cara seseorang merespon stres. Individu yang tumbuh dalam lingkungan religius dan kolektif seperti masyarakat Minangkabau, misalnya, cenderung mengandalkan spiritualitas dan kebersamaan dalam menghadapi tekanan hidup. Hal ini selaras dengan subjek dalam penelitianmu yang menunjukkan kecenderungan kuat menggunakan aktivitas spiritual sebagai bentuk *coping*.

Pada penelitian ini, usia lanjut menjadi hambatan bagi subjek untuk melakukan *coping* aktif yang membutuhkan energi atau keterlibatan fisik tinggi. Oleh karena itu, pendekatan religius dan penerimaan diri menjadi pilihan utama dalam menghadapi tekanan. Selain itu, keberadaan teman satu kamar yang memberikan dukungan emosional juga menjadi sumber kekuatan tersendiri dalam proses *coping*. Faktor budaya Minangkabau yang kuat

dengan nilai-nilai religius dan kekeluargaan turut memperkuat penggunaan strategi *coping* berbasis spiritual.

Hal ini sejalan dengan temuan penelitian Sari & Permana (2018) menggaris bawahi bahwa dukungan sosial dari sesama warga binaan, petugas, maupun keluarga, sangat menentukan dalam pemilihan *coping* yang sehat. Narapidana lansia yang merasa diterima dan memiliki hubungan yang baik dengan orang lain cenderung lebih mampu menyesuaikan diri secara emosional dibandingkan mereka yang merasa terisolasi.

Dengan demikian, hasil penelitian ini sejalan dengan berbagai temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa strategi *coping* yang dipilih narapidana lansia dipengaruhi oleh kombinasi antara kondisi personal (seperti usia dan kondisi fisik), latar belakang sosial dan religius, serta faktor lingkungan (termasuk fasilitas pembinaan dan dukungan sosial). Hal ini mendukung pandangan Lazarus & Folkman bahwa *coping* adalah proses yang dinamis dan dipengaruhi oleh interaksi antara individu dan lingkungannya.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa strategi *coping* narapidana lansia sangat dipengaruhi oleh usia, kondisi kesehatan, pengalaman hidup, religiusitas, dukungan sosial, dan lingkungan lapas. Faktor-faktor ini saling berinteraksi dalam membentuk pola *coping* yang dipilih oleh individu.

Dengan kata lain, *coping* bukan hanya soal “cara” menghadapi stres, tetapi juga ditentukan oleh siapa yang mengalaminya dan di mana ia berada. Temuan ini menegaskan pentingnya pendekatan holistik dalam memahami strategi *coping*, khususnya pada narapidana lansia yang berada dalam kondisi rentan secara fisik, sosial, dan emosional.

3. Peran lembaga pemasyarakatan kelas IIB Tanjung Pati dalam mendukung strategi *coping* stres pada narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati memiliki peran penting dalam mendukung strategi *coping* para narapidana, khususnya melalui penyediaan fasilitas ibadah, kegiatan spiritual, dan suasana sosial yang suportif antar warga binaan. Meskipun layanan konseling profesional belum tersedia secara berkelanjutan, keberadaan fasilitas religius seperti mushalla, kegiatan salat berjamaah, dan dukungan antar narapidana memberikan kontribusi besar terhadap stabilitas emosi para narapidana lansia.

Temuan ini selaras dengan pandangan Lazarus dan Folkman (1984) yang menyatakan bahwa *coping* akan berkembang lebih adaptif apabila individu memiliki akses terhadap dukungan lingkungan yang positif. Dukungan lingkungan ini mencakup ruang aman secara emosional, relasi sosial yang mendukung, dan fasilitas yang mendorong individu untuk mengatasi stres secara konstruktif.

Penelitian oleh Sari & Yuniarti (2020) juga mendukung hal ini, yang menunjukkan bahwa kegiatan religius terstruktur di lembaga pemasyarakatan berperan sebagai sarana *coping* emosional bagi narapidana. Kegiatan seperti salat berjamaah, ceramah agama, dan pengajian rutin terbukti mampu menurunkan tingkat stres dan kecemasan, serta menumbuhkan harapan dalam diri warga binaan.

Selain itu, Wahyuni & Abdullah (2018) mengemukakan bahwa hubungan sosial antar narapidana yang saling mendukung memiliki efek protektif terhadap tekanan psikologis. Lapas yang mendorong interaksi sosial yang sehat dapat memfasilitasi *coping*

sosial, di mana individu tidak merasa sendirian dalam menghadapi masa hukuman.

Namun, seperti juga yang ditemukan, berbagai studi sebelumnya juga menyoroti keterbatasan layanan psikologis dan psikiatri di banyak lembaga pemasyarakatan. Marzuki et al. (2019) menyatakan bahwa belum optimalnya kehadiran tenaga profesional seperti psikolog dan konselor menjadi hambatan besar dalam pengembangan *coping* adaptif jangka panjang, terutama bagi kelompok rentan seperti lansia, dan narapidana dengan riwayat trauma.

Dengan demikian, temuanmu diperkuat oleh berbagai penelitian yang menekankan bahwa keberadaan fasilitas religius dan iklim sosial yang suportif di dalam lapas sangat membantu narapidana dalam mengembangkan strategi *coping*. Walau demikian, masih terdapat kebutuhan mendesak akan layanan psikologis formal yang berkesinambungan, agar pembinaan tidak hanya bersifat spiritual dan sosial, tetapi juga menyentuh aspek mental secara klinis dan profesional. Hal ini sejalan dengan urgensi pendekatan rehabilitatif dalam sistem pemasyarakatan modern.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa peran lembaga pemasyarakatan dalam mendukung *coping* stres narapidana lansia sangat penting, terutama melalui pendekatan spiritual dan sosial. Namun, masih terdapat kebutuhan akan penguatan layanan psikososial yang lebih terstruktur dan profesional. Lingkungan lapas yang kondusif dapat menjadi faktor protektif terhadap stres, tetapi akan lebih optimal jika didukung oleh program konseling dan pendampingan psikologis jangka panjang.

Dengan demikian, lembaga pemasyarakatan tidak hanya berfungsi sebagai tempat pembinaan hukum, tetapi juga sebagai ruang pemulihan psikologis, terutama bagi kelompok narapidana

yang rawan stres seperti lansia dengan riwayat trauma atau pelecehan seksual.

4. **Dampak strategi *coping* stres terhadap tingkat stres yang dialami narapidana lansia di lembaga pemasyarakatan kelas IIB Tanjung Pati**

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan strategi *coping* yang dilakukan oleh narapidana lansia memberikan dampak yang konstruktif dalam menurunkan tingkat stres selama menjalani masa pidana. Strategi spiritual, pengalihan diri, dan perencanaan masa depan terbukti berkontribusi dalam menjaga kestabilan psikologis para subjek. Hal ini sejalan dengan pandangan Lazarus & Folkman (1984) yang menegaskan bahwa strategi *coping* yang tepat dapat mengurangi distress psikologis dan memperkuat kemampuan individu dalam menghadapi situasi penuh tekanan.

Studi oleh Rahmat & Fitriani (2019) menyatakan bahwa keterlibatan dalam aktivitas spiritual seperti ibadah rutin dapat menurunkan gejala depresi dan kecemasan pada narapidana. Spiritualitas menjadi sumber makna dan ketenangan batin yang mendalam, terutama bagi individu yang mengalami keterbatasan fisik, sosial, dan kebebasan, seperti narapidana lansia.

Selain itu, Utami & Suprapti (2020) mengungkapkan bahwa strategi *self-distraction* seperti tidur, berjalan-jalan, atau melakukan aktivitas ringan lainnya memang memiliki efek sementara, tetapi dapat berfungsi sebagai bentuk pemulihan psikologis jangka pendek. Strategi ini penting dalam mengurangi tekanan emosional yang bersifat akut meskipun tidak menyelesaikan masalah secara tuntas.

Dalam konteks *coping* maladaptif, seperti merokok, beberapa studi seperti Rohmana & Diah (2017) mengkategorikan perilaku tersebut sebagai bentuk pelarian sementara dari stres.

Meskipun memberi efek relaksasi sesaat, perilaku ini berisiko bila menjadi satu-satunya bentuk *coping*. Oleh karena itu, penting untuk mengedukasi narapidana agar mengganti *coping* tidak sehat ini dengan mekanisme yang lebih konstruktif seperti olahraga ringan, meditasi, atau terapi spiritual.

Lebih lanjut, harapan akan masa depan yang lebih baik dan keinginan untuk berkontribusi kembali pada keluarga atau masyarakat merupakan bagian dari *hope-based coping* yang disebutkan dalam penelitian Fauziah & Hendriani (2021). Harapan memberikan arah dan makna hidup, serta memperkuat daya tahan psikologis (resiliensi) individu selama berada di dalam lapas. Lansia yang memiliki tujuan hidup cenderung lebih tahan terhadap stres dan menunjukkan semangat hidup yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang putus harapan

Dengan demikian, temuan ini didukung oleh berbagai studi yang menunjukkan bahwa strategi *coping* seperti spiritualitas, pengalihan diri, dan perencanaan masa depan berperan penting dalam menurunkan tingkat stres narapidana lansia. *Coping* yang tepat tidak hanya meredakan tekanan emosional, tetapi juga memperkuat ketahanan mental dan memberi arah hidup yang positif. Sebaliknya, *coping* maladaptif seperti merokok memang bisa meredakan stres sesaat, tetapi memerlukan penggantian dengan pendekatan yang lebih sehat dan berkelanjutan.

Secara keseluruhan, strategi *coping* yang digunakan narapidana lansia di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati berdampak signifikan terhadap penurunan tingkat stres psikologis. Strategi yang paling efektif adalah *emotion-focused coping* berbasis spiritual, penerimaan diri, serta adanya harapan terhadap masa depan. Strategi ini tidak hanya membantu mereka bertahan, tetapi juga memungkinkan individu menjalani masa tahanan dengan lebih bermakna.

Meski demikian, keberadaan *coping* maladaptif seperti penggunaan rokok menunjukkan perlunya intervensi psikososial yang lebih terarah, agar strategi-strategi yang digunakan dapat bersifat jangka panjang dan konstruktif. Maka, dukungan lingkungan lapas perlu diimbangi dengan layanan psikologi klinis untuk mendampingi proses adaptasi lansia selama menjalani hukuman.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati. Strategi *coping* stres yang digunakan oleh narapidana lansia terbagi ke dalam dua bentuk utama sebagaimana dijelaskan oleh Lazarus dan Folkman (1984), yaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Subjek penelitian menunjukkan kecenderungan untuk menerapkan kedua strategi tersebut secara bersamaan guna mengelola stres yang mereka alami selama menjalani masa tahanan.

Strategi *problem-focused coping* tercermin melalui perilaku aktif (*active coping*), seperti keterlibatan dalam kegiatan pembinaan, menjaga rutinitas harian yang produktif, serta menjalin hubungan positif dengan sesama narapidana maupun petugas lapas. Selain itu, subjek juga menerapkan perencanaan (*planning*) untuk menjaga kondisi fisik dan mental selama berada di dalam lingkungan pemasyarakatan.

Sementara itu, strategi *emotion-focused coping* tampak melalui pendekatan religius (*religion*), penerimaan terhadap keadaan (*acceptance*), pengekspresian perasaan (*venting*), serta pengalihan perhatian (*self-distraction*). Strategi ini membantu subjek meredakan tekanan emosional akibat beban psikologis yang ditimbulkan oleh masa tahanan maupun stigma sosial dari kasus hukum yang mereka alami.

Pemilihan strategi *coping* tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain usia lanjut yang memengaruhi kesiapan dalam menerima realitas hidup, adanya dukungan sosial dari sesama narapidana, lingkungan pembinaan yang bernuansa

religius, serta keterbatasan kontrol terhadap kondisi eksternal. Keseluruhan faktor ini mendorong subjek untuk mengembangkan strategi *coping* yang lebih adaptif dan berorientasi pada pengelolaan emosi serta penciptaan makna positif selama menjalani hukuman.

Selain itu, peran lembaga pemasyarakatan juga terbukti signifikan dalam mendukung proses *coping* narapidana lansia. Kegiatan keagamaan, keterlibatan dalam kerja lapas, serta suasana kamar tahanan yang kondusif turut memberikan kontribusi positif dalam membantu narapidana mengelola stres dan menjaga kesehatan mental mereka.

Dengan demikian, strategi *coping* stres yang digunakan oleh narapidana lansia bersifat adaptif dan kontekstual, serta berperan penting dalam membantu mereka menghadapi berbagai tantangan psikologis selama menjalani masa pidana di lembaga pemasyarakatan.

B. Implikasi

1. Penelitian ini memperkuat teori *coping* stres dari Lazarus dan Folkman (1984), yang menyatakan bahwa individu menghadapi stres melalui dua pendekatan utama: *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Temuan menunjukkan bahwa narapidana lansia dengan riwayat kasus pelecehan seksual cenderung menggunakan strategi *coping* berbasis emosi seperti penerimaan, berdoa, dan mencari dukungan sosial, namun juga terdapat upaya *problem-focused coping* dalam bentuk perilaku aktif dan perencanaan. Hal ini memberikan kontribusi terhadap pemahaman bahwa dalam konteks populasi yang rentan dan terbatas (seperti lansia di lapas), pemilihan strategi *coping* sangat dipengaruhi oleh kondisi psikologis, usia, dan lingkungan sosial.

2. Secara sosial, hasil penelitian ini membuka wawasan masyarakat luas agar lebih memahami bahwa narapidana, termasuk yang berusia lanjut, tetap memiliki potensi untuk berubah dan bangkit dari tekanan psikologis melalui *coping* yang sehat. Pendekatan humanis dan empatik dalam memperlakukan narapidana dapat mendukung proses reintegrasi sosial setelah masa tahanan berakhir.

C. Saran

1. Bagi Lembaga Pemasyarakatan
Diharapkan pihak Lapas dapat menyediakan program pembinaan psikologis secara berkelanjutan, khususnya bagi narapidana lansia yang memiliki riwayat kasus berat seperti pelecehan seksual. Pendampingan rohani dan konseling rutin penting untuk mendukung proses *coping* stres secara sehat, serta membantu narapidana menjaga kestabilan mental selama menjalani masa hukuman.
2. Bagi Petugas dan Konselor Lapas
Disarankan agar petugas dan konselor lapas lebih memperhatikan kondisi emosional narapidana lansia dengan riwayat kasus sensitif. Pendekatan yang empatik, suportif, dan tidak menghakimi dapat membangun rasa aman dalam diri narapidana sehingga mereka lebih terbuka dalam mengungkapkan beban psikologisnya.
3. Bagi Narapidana
Disarankan agar narapidana lebih memperkuat diri dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT melalui ibadah seperti salat, membaca Al-Qur'an, doa, serta mengikuti kegiatan keagamaan yang ada di dalam lapas. Selain itu, narapidana juga diharapkan mampu memanfaatkan waktu selama masa tahanan dengan kegiatan yang bermanfaat dan produktif, seperti mengikuti program pembinaan atau keterampilan, sehingga

masa hukuman dapat dijalani dengan lebih bermakna. Penting pula bagi narapidana untuk membangun hubungan sosial yang sehat dengan sesama warga binaan maupun petugas, agar tercipta suasana yang harmonis dan mengurangi rasa kesepian. Narapidana juga perlu belajar menerima keadaan sebagai bagian dari konsekuensi perbuatan, sehingga dapat lebih fokus pada perbaikan diri daripada terus-menerus menyalahkan keadaan. Dengan memiliki penerimaan diri serta menyusun harapan dan rencana setelah bebas, misalnya kembali bekerja atau berkontribusi dalam keluarga, narapidana akan memiliki motivasi yang kuat untuk bertahan, tetap optimis, dan lebih siap menjalani kehidupan pasca-hukuman.

4. Bagi Keluarga Narapidana

Keluarga diharapkan tetap menjalin komunikasi dan memberikan dukungan moral kepada anggota keluarga yang sedang menjalani hukuman. Kehadiran dan penerimaan keluarga merupakan faktor penting dalam membantu narapidana lansia menjalani masa tahanan dengan lebih tenang dan memperkuat strategi *coping* yang positif.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini masih terbatas pada dua subjek utama dan satu informan sekunder. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk melibatkan lebih banyak subjek dengan latar belakang yang beragam guna memperoleh pemahaman yang lebih luas mengenai strategi *coping* stres narapidana, khususnya yang berada pada kategori lansia dan memiliki riwayat kasus serupa.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriyani, J. 2019. Strategi Coping Stres dalam Mengatasi Problema Psikologis. *Jurnal AT-Taujih*. 2 (2).
- Aldwin, C. M. (2007). *Stress, Coping, and Development: An Integrative Perspective* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Aldwin, C. M., & Revenson, T. A. (1987). Does coping help? a reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 337.
- Arief, Barda Nawawi. (2010). *Bunga Rampai Kebijakan Hukum Pidana*. Jakarta: PT CitraAditya Bakti.
- Avandi, N. S., dan Subroto, M, "Implementasi Program Pembinaan Terhadap Narapidana Lanjut Usia Di Lapas Kelas IIB Sleman", *jurnal Hukum Samudra Keadilan*, 2023 hlm. 297.
- Carver, C.S. (1997). You Want to Measure Coping But Your Protocol's Too Long: Consider the Brief Cope. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92 -100.
- Carver, C.S. Scheir M.F & Weintraub J.K. 1989. Assesing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal Of Personality and Social Psychology*. 56 (2).
- Citra Anggraeni Puspitasari, "Tanggung Jawab Pemerintahan Dalam Pelanggaran Hak Narapidana Dan Tahanan Pada Lembaga Pemasyarakatan/Rumah Tahanan", *Jurnal Panorama Hukum*, 1 (2018), 33-34.
- Desmita. (2009). *Psikologi perkembangan: Peserta didik usia kanak-kanak hingga remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Dewi, S. R. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Ediati, A. 2016. Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Wanita Semarang. *Jurnal Empati*, 5(3), 537–542.
- Erikson, E. H. (1993). *Childhood and society* (Edisi ke-2). New York: Norton.
- Fahmi, M. 2019. *Koping Stres pada Warga Binaan Wanita di Lembaga Pemasyarakatan*. Yogyakarta: Penerbit Universitas Gajah Mada.

- Falah, M. F. S. (2023). Strategi coping pada narapidana pelaku pelecehan seksual di Lapas kelas II A Banceuy. *Skripsi Sarjana*. Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati. Bandung.
- Fatimah, S., & Nugroho, R. A. (2019). *Peran Program Pembinaan dalam Menurunkan Stres Narapidana di Lapas*. *Jurnal Rehabilitasi Sosial*, 7(3), 90–98.
- Fauziah, N., Yusmansyah, & Utaminingsih, D. 2015. Hubungan Penggunaan Strategi Coping dengan Prestasi Akademik Pada Siswa Kelas XI. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(2): 1-11.
- Fauziah, S., & Hendriani, W. (2021). *Harapan Hidup dan Resiliensi pada Narapidana Lansia*. *Jurnal Psikologi Klinis*, 9(2), 78–85.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*, 55, 745–774.
- Greenberg, J.S. (2002). *Comprehensive stress management* (7th ed.). New York: McGraw-Hill Companies, Inc.
- <https://maps.app.goo.gl/tPBLq9DujtN99cDp9>(Diakses pada 03 Agustus 2025)
- Hurlock, E. B. (1980). *Developmental Psychology: A Life-Span Approach* (5th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Ilmi, Z., Susanti,D., & Rahman, F. (2017). *Stres dan Koping Pada Narapidana Wanita di Lembaga Permasalahatan*. Surabaya: Penerbit Universitas Airlangga.
- Indrawati, M. (2021). *Makna Hidup pada Lansia di Lembaga Pemasyarakatan*. *Jurnal Psikologi Humanistik*, 10(2), 60–70.
- Ismiati, I. (2015). Problematika Dan Coping Stres Mahasiswa Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Uin Ar-Raniry Dalam Menyusun Skripsi. *Jurnal Al-Bayan: Media Kajian Dan Pengembangan Ilmu Dakwah*.
- Kartono, Kartini. 2007. *Patologi Sosial 2: Kenakalan Remaja dan Penyimpangan Sosial*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Kusuma, D. & Handayani, S. (2017). *Pengaruh Latar Belakang Sosial terhadap Strategi Coping pada Narapidana*. *Jurnal Psikologi Sosial*, 15(1), 50–58.

- Lazarus, R.S & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York : McGraw-Hill, Inc.
- Lestari, W., & Widuri, E. (2021). Dukungan sosial dan strategi coping pada narapidana lansia. *Jurnal Psikologi Klinis*, 9(3), 44–52.
- Marzuki, I., Safitri, D., & Nugroho, T. (2019). *Kebutuhan Layanan Psikologis dalam Pembinaan Narapidana Rentan*. *Jurnal Rehabilitasi Sosial*, 6(2), 48–56.
- Mawaddah, N., & Wijayanto, A. (2020). Peningkatan Kemandirian Lansia Melalui activity Daily Living Training Dengan Pendekatan komunikasi Terapeutik di Rsj Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang Nurul. *Hospital Majapahit*, 12(1), 32–40.
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Haditono, S. R. (2001). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagian*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Mustika, I. W. (2019). Buku Pedoman Model Asuhan Keperawatan Lansia Bali Elderly Care (BEC). *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Myers, D. G. (2010). *Psychology* (9th ed.). New York: Worth Publishers.
- Nagara, A. G. P. (2017). Strategi coping stress pada narapidana remaja di Lapas Anak Kelas I-A Kutoarjo. *Skripsi*. UIN Sunan Kalijaga. Yogyakarta.
- National, G., & Pillars, H. (2020). *Keperawatan Gerontik*. Bahan Ajar Cetak Keperawatan Gerontik, 22(1), 1–13.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2003). *Psikologi Abnormal Jilid 1 (Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, Penerjemah.)*. Jakarta: Erlangga.
- Nurdin, M. (2022). Strategi coping stres pada narapidana wanita di Rutan Kelas IIB Ponorogo. *Skripsi*. Institut Agama Islam Negeri Ponorogo.
- Nurjanah, S., & Suryani, E. (2020). *Religiusitas dan Koping Stres pada Narapidana*. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 18(1), 35–44.

- O Welta dan I. M. Agung, "Kesesakan dan Masa Hukuman dengan Stres pada Narapidana". *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, vol 8 1 (Tahun 2017), helm.62.
- Observasi terhadap Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tanjung Pati, 9 April 2024.
- Padila. (2013). *Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human Development* (11th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. Guilford Press.
- Putri, N. R., & Anwar, R. (2020). *Strategi Coping Stres pada Lansia Ditinjau dari Kesehatan Fisik dan Dukungan Sosial*. *Jurnal Psikologi*, 18(2), 77–86.
- Radley, A. (2005). *Making sense of illness. The social psychology of health and disease*. London: Sage Publication.
- Rahmat, M., & Fitriani, D. (2019). *Spiritualitas dan Penurunan Stres pada Narapidana*. *Jurnal Psikologi Agama*, 6(2), 34–41.
- Rahmawati, L. (2018). *Strategi coping stres pada lansia di panti sosial*. *Jurnal Psikologi Islam*, 6(1), 89–98.
- Rivai, (2014). *Buku Pintar Pemasyarakatan*. Jakarta: Lembaga Kajian Pemasyarakatan.
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2013). *Organizational Behavior* (15th ed.). New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2017). *Perilaku organisasi* (Edisi 16, diterjemahkan oleh Ratna Saraswati & Febriella Sirait). Jakarta: Salemba Empat.
- Rohmana, A., & Diah, R. (2017). *Coping Tidak Sehat pada Narapidana dan Strategi Pengganti yang Disarankan*. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 5(3), 61–69.
- Rohmana, A., & Diah, R. (2017). *Strategi Coping Maladaptif pada Narapidana dan Penanganannya*. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 5(3), 61–69.

- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development* (14th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Sarafino, E. P. (2006). *Psikologi kesehatan: Teori dan aplikasi* (edisi ke-6, diterjemahkan oleh Yohanes Surya). Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (7th ed.). New York: Wiley.
- Sari, D. M., & Yuniarti, R. (2020). *Aktivitas Keagamaan sebagai Strategi Coping Narapidana dalam Menghadapi Stres*. *Jurnal Pemasarakatan*, 15(1), 65–74.
- Sari, M. S., & Zefri, M. (2019). Pengaruh Akuntabilitas, Pengetahuan, dan Pengalaman Pegawai Negeri Sipil Beserta Kelompok Masyarakat (Pokmas) Terhadap Kualitas Pengelola Dana Kelurahan Di Lingkungan Kecamatan Langkapura. *Jurnal Ekonomi*, 21(3), 311.
- Sari, P., & Permana, Y. (2018). *Dukungan Sosial dan Strategi Coping pada Narapidana Lansia*. *Jurnal Psikologi Klinis*, 6(1), 33–41.
- Sari, R. N., dan Wibowo, P. " Faktor Psikologis yang mempengaruhi tingkat kesehatan mental narapidana lansia di rutan kelas IIB Trenggalek." *Justitia: Jurnal Ilmu Hukum dan Humaniora*, vol. 8:1 (Tahun 2021).
- Sistem Database Pemasarakatan Publik. Duektorat Jenderal Pemasarakatan, Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia, <https://sdppublik.ditjenpas.go.id>, diakses tanggal 01 Januari 2025.
- Sudarto. (2008). *Hukum dan Sistem Pemasarakatan di Indonesia*. Jakarta: PT Citra Aditya Bakti.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumarna, U., Sugiharto, T., & Mulyana, A. (2018). *Perilaku keselamatan kerja: Teori dan implementasi di tempat kerja*. Bandung: Alfabeta.
- Sutanto, H., & Ariani, D. (2016). *Harapan dan Rencana Masa Depan Narapidana*. *Jurnal Psikologi Sosial*, 14(2), 87–96.
- Sutanto, H., & Ariani, D. (2016). *Perencanaan Masa Depan Narapidana sebagai Strategi Coping Aktif*. *Jurnal Psikologi Sosial*, 14(2), 87–96.

- Taylor, S. E. (2012). *Health Psychology*. Mc Graw Hill, New York.
- Triwijati, N. (2007). *Pelecehan seksual di tempat kerja: Dampak dan penanganannya*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia.
- Ulumuddin, I. (2024). Strategi Coping Stres Pada Narapidana Lansia Di Lapas Kelas II B Sleman. *Skripsi*. Uin Sunan Kalijaga. Yogyakarta.
- Undang-Undang (UU) Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia.
- Undang-undang nomor 22 tahun 2002 tentang pemasyarakatan, pasal 2.
- Undang-undang Republik Indonesia Nomer 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan.
- Utami, P. N., & Suprpti, E. (2020). *Self-distraction sebagai Strategi Coping Emosional Narapidana*. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(1), 22–30.
- Utamingtias, D., Rachmawati, R., & Hadi, S. (2015). *Manajemen stres kerja: Konsep dan aplikasi di tempat kerja*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Wahyuni, R., & Abdullah, M. (2018). *Peran Dukungan Sosial dalam Strategi Coping Warga Binaan Pemasyarakatan*. *Jurnal Psikologi Sosial*, 12(2), 91–100.
- World Health Organization. (2020). *Pedoman klasifikasi umur: Anak, remaja, dewasa, dan lanjut usia*. Jenewa: World Health Organization.
- Wulandari, A. (2020). *Strategi Coping Stres Narapidana dalam Menjalani Masa Tahanan di Lapas Kelas IIA Yogyakarta*. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(2), 101–112.
- Wuryaningsih, E., Susanti, R., & Lestari, D. (2019). *Patriarki dan kekerasan terhadap perempuan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Zamble, E., & Porporino, F. J. (1988). *Coping, Behavior, and Adaptation in Prison Inmates*. In Springer (1st ed.). Springer.