

***COPING STRESS* PADA ANAK BERHADAPAN HUKUM SAAT
MENGHADAPI PUTUSAN PENGADILAN DI BALAI PERLINDUNGAN
DAN REHABILITASI SOSIAL REMAJA YOGYAKARTA**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)**

Oleh:

Tika Wahyu Saputri

NIM: 15220077

Dosen Pembimbing:

Slamet, S.Ag, M.Si

NIP: 19691214 199803 1 002

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2019



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Marsda Adisucipto, Telp. 0274-515856, Yogyakarta 55281, E-mail: fd@uin-suka.ac.id

PENGESAHAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR

Nomor: B-1053/Un.02/DD/PP.05.3/05/2019

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul:

Coping Stress pada Anak Berhadapan Hukum Saat Menghadapi Putusan Pengadilan di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta


yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Tika Wahyu Saputri
NIM/Jurusan : 15220077/BKI
Telah dimunaqasyahkan pada : Selasa, 23 April 2019
Nilai Munaqasyah : 95 (A)


dan dinyatakan diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

TIM MUNAQASYAH


Ketua Sidang/Penguji I,


Slamet, S.Ag, M.Si.
NIP 19691214 199803 1 002

Penguji II,


Dr. Hj. Casmini, M.Si.
NIP 19711005 199603 2 002

Penguji III,


Nailul Falah, S.Ag, M.Si.
NIP 19721001 199803 1 003

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 8 Mei 2019
Dekan,


Dr. Hj. Nurjannah, M. Si.
NIP 19680310 198703 2 001





KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856
Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr.wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Tika Wahyu Saputri
NIM : 15220077
Judul Skripsi : *Coping Sress* Pada Anak Berhadapan Dengan Hukum Saat Menghadapi Putusan Pengadilan Di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta.

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Dkwah dan Komunikasi Jurusan/Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Bimbingan Konseling Islam.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqsyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 11 April 2019

Mengetahui:
Ketua Prodi BKI

A. Said Hasan Basri, S.Ps.i., M.Si
NIP. 19750427 200801 1 008

Pembimbing Skripsi

Slamet, S.Ag., M.Si
NIP: 19691214 199803 1 002

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini;

Nama : Tika Wahyu Saputri

NIM : 15220077

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi yang berjudul: *Coping Stress* Pada Anak Berhadapan Dengan Hukum Saat Menghadapi Putusan Pengadilan Di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu penyusun ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penyusun siap mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 11 April 2019

Yang menyatakan,



Tika Wahyu Saputri
NIM. 15220077

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Saya yang bertanda tangan di bawah ini mahasiswa:

Nama : Tika Wahyu Saputri

NIM : 15220077

Jurusan : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya saya memakai jilbab dan tidak menuntut kepada Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta atas pemakaian jilbab dalam ijazah Strata Satu saya, seandainya suatu hari terdapat instansi yang menolak ijazah karena penggunaan jilbab. Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka saya yang akan mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 11 April 2019

Yang menyatakan,



Tika Wahyu Saputri
NIM. 15220077

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucap puji dan syukur atas segala petunjuk dan nikmat yang telah Allah SWT berikan, karya ini kupersembahkan untuk:

Kedua orang tua saya, Bapak Warsito dan Ibu Sri Widayati. Terima kasih atas segala doa, cinta kasih, semangat dan motivasi serta kerja keras yang telah dilakukan untuk menghidupi, membiayai dan yang terpenting mencurahkan seluruh kasih sayang yang diberikan kepada saya tiada tara bagaikan sang surya yang menyinari dunia ini.

~ I Love You Pak, Ma ~



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا
اِكْتَسَبَتْ

“Allah tidak membebani seseorang kecuali sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (kebajikan) yang dikerjakannya dan dia mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya...” (QS. Al-Baqarah: 286)¹



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

* Departemen Agama Al-Quran, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2009), hlm. 49.

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan kekuatan, kesabaran yang tak terhingga dan nikmat-Nya sehingga skripsi yang berjudul “*Coping Stress* Pada Anak Berhadapan Hukum Saat Menghadapi Putusan Pengadilan Di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta” dapat penulis selesaikan dengan baik. Selanjutnya syalawat serta salam kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW suri tauladan bagi umat manusia.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyelesaian skripsi ini telah mendapat dukungan dan motivasi serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Drs. KH. Yudian Wahyudi, B.A., M.A., Ph.D. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Dr. Hj. Nurjannah, M.Si, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak A. Said Hasan Basri, S.Psi, M.Si. selaku Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak Dr. Irsyadunnas, S.Ag., M.Ag. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing dan mengarahkan selama penulis menuntut ilmu di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

5. Bapak Slamet, S.Ag., M.Si. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang selalu bersedia memberikan tenaga, pikiran, waktu serta ilmu untuk membimbing dan mengarahkan penulis guna mencapai hasil yang maksimal dalam penulisan skripsi ini.
6. Seluruh Dosen Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi dan segenap karyawan/karyawati yang telah memberikan ilmu pengetahuan, bantuan dan pelayanan administrasi.
7. Bapak Drs. Fatchan, M.Si. selaku Kepala Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta.
8. Bapak Drs. Cornelius Bambang Santosa Hadi selaku Kepala Seksi Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial, Bapak Drs. Sutoyo selaku Koordinator Pekerja Sosial dan Ibu Suryani, serta Peksos, Pramsos yang telah berkenan membantu penulis selama penelitian.
9. Tiga Anak Berhadapan dengan Hukum DM, DR dan FD yang namanya penulis samarkan selaku subjek penelitian. Terima kasih banyak atas kesediaannya menjadi subjek dan berkenan membagikan pengalaman kepada penulis dan motivasi yang diberikan kepada penulis untuk bertanggungjawab atas kesalahan yang dibuat.
10. Keluarga besar, Bapak, Ibu, Mas Iwan, Mas Imam, Mbak Ida, serta kedua ponakan penulis kak Hafizh & Dik Abid, Pakdhe, Budhe, dan seluruh keluarga yang selalu memberikan dukungan dan semangat, serta doa yang selalu dipanjatkan tiada henti

11. *My best partner*, Dita Exnes, Yulia Putri, Intan Nurfika, Mekha Eka, terima kasih selalu *support*, selalu ada buat penulis, saling membantu serta suka rela menjadi tempat keluh kesah penulis.
12. *My support system*, Amin Aulawi, Salma Husniyati, Indra Gunawan, Farikhah Yuniarti, Mariatul Qibti, Sundari, Andini Bestari, Eva Rahmanitami, Luthfia, terima kasih selalu mendukung dan menjadi *partner* yang baik.
13. *My best friend*, Tyas Wulandari dan Kongidatun Tri Fauziah terima kasih telah menjadi sahabat terbaik yang selalu ada buat penulis.
14. Teman-teman BKI UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta angkatan 2015, semoga perjuangan yang dilakukan tidak sia-sia, mampu memberikan manfaat untuk siapapun dan semoga silaturahmi ini tetap terjalin selamanya.
15. Teman-teman seperjuangan BOM-F Mitra Ummah, Afaaf, Yudi, Anom, Rizki, dkk, yang telah memberikan banyak pelajaran dan pengalam selama berproses berorganisasi
16. Teman-teman seperjuangan HMPS BKI, Rahmanisa, Ela, Adib, dkk yang telah memberikan banyak pelajaran dan pengalaman dalam berorganisasi.
17. Teman-teman PPL di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta Yulia, Sundari, Eva, Nisma, Mar'ul, Rohmah dan Fauzi yang telah menemani dan berjuang bersama selama dua bulan.
18. Teman-teman KKN UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 96 (Lala, Siti, Ulfa, Yunita, Amel, Hera, Latief, Izzi dan Burhan) kelompok 12, Dusun Tegalrejo, Desa Hargowilis, Kecamatan Kokap, Kabupaten Kulon Progo,

DIY, yang memberikan pengalaman luar biasa ketika mengabdikan di masyarakat.

19. Seluruh pihak yang telah memberikan motivasi, semangat, dukungan, dan doa yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, terima kasih, tanpa kalian penulis tidak akan mampu sekuat dan sesabar ini dalam menyusun skripsi.

Semoga dukungan dan bantuan yang telah diberikan menjadi amal baik serta dibalas oleh Allah SWT. Penulis menyadari skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis mengharap kritik dan saran yang konstruktif dari berbagai pihak. Semoga buah karya ini dapat bermanfaat. *Amin.*

Alhamdulillahil' alamin...

Yogyakarta, 11 April 2019

Penulis

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
Tika Wahyu Saputri
15220077

ABSTRAK

TIKA WAHYU SAPUTRI (15220077), *Coping Stress* Pada Anak Berhadapan Hukum Saat Menghadapi Putusan Pengadilan Di Balai Perlindungan Dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta. Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Penelitian deskriptif-kualitatif ini bertujuan untuk mengetahui bentuk *coping stress* yang digunakan anak berhadapan dengan hukum saat menghadapi putusan pengadilan. Subjek adalah anak yang berhadapan dengan hukum yang sedang menghadapi putusan pengadilan di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta. Proses pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara terstruktur/mendalam, observasi non-partisipan dan dokumentasi.

Subjek penelitian adalah DM (17 tahun) kasus pertama, berada di BPRSR sudah 6 bulan sedang menunggu putusan pengadilan. DR (15 tahun) kasus pertama berada di BPRSR sudah 1 bulan sedang menunggu putusan pengadilan. FD (16 tahun) kasus ketiga, berada di BPRSR sudah 8 bulan sedang menunggu putusan pengadilan. Objek penelitian adalah bentuk *coping stress* yang digunakan anak berhadapan dengan hukum saat menghadapi putusan pengadilan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam mengatasi *stressor* yang dialami oleh anak berhadapan dengan hukum saat menghadapi putusan pengadilan, bentuk *coping stress* yang dilakukan oleh subjek DM, DR dan FD yaitu *emotional focused coping* sebagai upaya menerima keadaan, dukungan sosial dan mengalihkannya dengan kegiatan yang positif. Selain itu, seluruh subjek menggunakan *coping* ketabahan. Hal ini didasarkan pada upaya *coping* setiap ABH untuk menerima kenyataan dan menjalani setiap proses hukum.

Kata Kunci: *Coping Stress*, Anak Berhadapan dengan Hukum.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	iv
SURAT PERNYATAAN BERJILBAB	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK	xii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang	2
C. Rumusan Masalah	6
D. Tujuan Penelitian	6
E. Manfaat Penelitian	7
F. Tinjauan Pustaka	8
G. Kerangka Teori	12
H. Metode Penelitian	45

BAB II : GAMBARAN UMUM

A. Profil Balai Perlindungan Dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta	55
1. Sejarah Berdirinya BPRSR Yogyakarta	55
2. Letak Geografis BPRSR Yogyakarta	57
3. Dasar Hukum BPRSR Yogyakarta	57
4. Visi dan Misi BPRSR Yogyakarta	58
5. Tugas Pokok dan Fungsi BPRSR Yogyakarta	59
6. Tujuan Pelayanan BPRSR Yogyakarta	60
7. Organisasi dan Tata Kerja BPRSR Yogyakarta	61
8. Sasaran Pelayanan BPRSR Yogyakarta	61
10. Persyaratan Masuk BPRSR Yogyakarta	61
11. Proses Pelayanan BPRSR Yogyakarta	62
B. Profil Anak Berhadapan Dengan Hukum	63
1. Ekonomi Anak Berhadapan Dengan Hukum	63
2. Penyebab Kasus Kriminal ABH	63
3. Alur Penerimaan ABH	64
4. Program Pelayanan ABH	66
5. Jenis Pelayanan ABH	66
6. Data ABH di BPRSR Yogyakarta	67

**BAB III : BENTUK *COPING STRESS* PADA ANAK BERHADAPAN
DENGAN HUKUM SAAT MENGHADAPI PUTUSAN
PENGADILAN**

A. <i>Emotion Focused Coping</i>	71
B. <i>Problem Focused Coping</i>	78

BAB IV : PENUTUP

A. Kesimpulan.....	85
B. Saran.....	85

DAFTAR PUSTAKA	87
-----------------------------	-----------

CURRICULUM VITAE	103
-------------------------------	------------



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Data Anak Berhadapan Hukum BPRSR Tahun 2018.....	68
Tabel 3.1 Analisis Strategi <i>Coping</i> Anak Berhadapan Dengan Hukum Saat Menghadapi Putusan Pengadilan	82



DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Konsep Terjadinya <i>Coping</i>	81
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I: Pedoman Obsevasi, Dokumentasi dan Wawancara	90
A. Pedoman Observasi	90
B. Pedoman Dokumentasi.....	90
C. Pedoman Wawancara	91
Lampiran II: Dokumentasi	97



BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Penulis akan memberikan penjelasan dan pembatasan istilah-istilah untuk menghindari kesalahpahaman dalam pembahasan skripsi yang berjudul “*Coping Stress* Pada Anak Berhadapan Hukum Saat Menghadapi Putusan Pengadilan Di Balai Perlindungan Dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta”, yaitu:

1. *Coping Stress*

Definisi dari *coping stress* adalah suatu usaha untuk mengontrol, mengurangi atau belajar mentoleransi ancaman yang menyebabkan *stress*.² Dalam penelitian ini *coping stress* menitikberatkan pada bentuk *coping stress* yang dilakukan oleh anak berhadapan hukum saat menghadapi putusan persidangan.

2. Anak Berhadapan Dengan Hukum

Definisi dari anak berhadapan dengan hukum adalah anak yang berkonflik dengan hukum, anak yang menjadi korban tindak pidana, dan saksi tindak pidana.³ Namun, yang dimaksud dalam penelitian ini ialah anak yang telah berumur 12 (dua belas) tahun, tetapi belum berumur 18 (delapan belas) tahun yang diduga melakukan tindak pidana.

² Robert S Feldman, *Pengantar Psikologi: Understanding Psychology*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), hlm. 220.

³ Soesilo, *Kitab Undang-Undang Pidana dan Kita Undang-Undang Hukum Acara Pidana, BAB III: Tentang Hal-Hal Yang Menghapuskan, Mengurangi atau Memberatkan Pidana Pasal 45*, (t.t.: Gama Press, 2008), hlm. 28.

3. Menghadapi Putusan Pengadilan

Menghadapi putusan pengadilan adalah seorang narapidana yang sedang menanti sesuatu yang diucapkan oleh hakim di depan persidangan dan bertujuan mengakhiri atau menyelesaikan suatu perkara atau suatu sengketa antara para pihak yang bersangkutan.⁴

4. Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja

Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja yang dimaksud di sini adalah Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja yang mempunyai tugas sebagai pelaksana teknis dalam pelayanan perlindungan, rehabilitasi, advokasi sosial, reunifikasi dan rujukan bagi remaja bermasalah sosial dan anak yang berhadapan dengan hukum.

Berdasarkan istilah-istilah di atas maka yang dimaksud dengan judul “*Coping Stress* Pada Anak Berhadapan Hukum Saat Menghadapi Putusan Pengadilan Di Balai Perlindungan Dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta adalah penelitian yang mendeskripsikan tentang bentuk mengatasi *stress* pada anak yang berkonflik dengan hukum saat menghadapi putusan pengadilan terhadap tindak pidana yang sedang dijalannya.

B. Latar Belakang Masalah

Masa pertumbuhan anak remaja akan terjadi krisis identitas, kehilangan jati diri, terpaan informasi, lingkungan heterogen tanpa pendampingan dan dukungan sosial hingga menjadi frustrasi.

⁴ M. Nur Rasaid, *Hukum Acara Perdata*, (Jakarta: Sinar Grafika Offset, 2003), hlm. 158.

Pendampingan orang-orang terdekat dan juga penguatan psikologi sangat dibutuhkan dalam hal ini agar anak diversi benar-benar tidak mengulangi perbuatannya kembali.

Berdasarkan data Polda DIY tahun 2017, setidaknya terdapat 79 geng pelajar di DIY. Besarnya jumlah geng pelajar di Yogyakarta menunjukkan bahwa geng pelajar masih saja diawetkan oleh para pelajar baik senior, junior maupun alumni.

Setahun yang lalu tepatnya pada tahun 2017 jajaran petugas kepolisian Sleman, Yogyakarta membekuk 8 remaja pelaku klithih yang akhir-akhir ini meresahkan warga Yogyakarta. Petugas juga berhasil mengamankan dan menyita barang bukti berupa belasan senjata tajam yang digunakan pelaku untuk melukai korban. Satu Pelaku ber inisial DS warga Condong Catur, Sleman saat ini masih menjalani proses hukum di Polsek Depok Timur, sementara 7 pelaku lainnya di wilayah hukum Polsek setempat masing-masing. Hal tersebut mengingat tempat terjadinya perkara yang berada dimasing-masing wilayah hukum yang berbeda. Ada 4 TKP yakni satu di kawasan hukum Polsek Depok Timur, dua di Polsek Depok Barat dan satu di wilayah hukum Polsek Kalasan, sementara untuk Polsek Kalasan pelaku ditangani langsung oleh Polres Sleman.

Para pelaku sendiri merupakan teman bermain setiap harinya dan masih berstatus sebagai pelajar, ada juga yang putus sekolah. Salah satu pelaku DS mengaku, dirinya hanya sebagai Joki atau menyetir sepeda motor, DS juga mengatakan melakukan aksi pembacokan tersebut

dikarenakan adanya dendam lama. Namun korban justru didapati salah sasaran. Akibat kejadian tersebut, para pelaku dijerat dengan pasal 76C dan pasal 80 ayat 2 UU RI nomor 35 tahun 2014 tentang perlindungan anak serta Undang Undang sistem peradilan anak dengan ancaman hukuman paling lama 5 Tahun penjara.⁵

Bagi remaja yang tersandung kasus hukum atas tindakannya yang sudah melanggar peraturan hukum yang ada. Di mana remaja yang tersandung kasus kriminal akan tetap di proses secara hukum yang berlaku di Indonesia. Namun jika seorang remaja tersandung kasus kriminal dan di proses secara hukum, akan menghambat perkembangan dari remaja tersebut, di mana remaja yang memiliki kebebasan untuk bergaul dengan teman sebaya, pergi kemanapun yang remaja inginkan. Untuk mempertanggungjawabkan tindakannya maka seorang remaja harus menjalani sejumlah rangkaian tata cara peradilan hukum.

Anak berhadapan dengan hukum adalah anak yang berkonflik dengan hukum, anak yang menjadi korban tindak pidana, dan saksi tindak pidana.⁶ Yaitu anak yang telah berumur 12 (dua belas) tahun, tetapi belum berumur 18 (delapan belas) tahun yang diduga melakukan tindak pidana.

Berkaitan dengan masalah anak berhadapan dengan hukum, ada salah satu Lembaga Penyelenggara Kesejahteraan Sosial (LPKS) di

⁵ Hand Wahyu & Ryan Maulana, *8 Remaja Pelaku Klithih di Yogyakarta Dibekuk Polisi*, <https://video.tempo.co/read/8479/8-remaja-pelaku-klithih-di-yogyakarta-dibekuk-polisi>(diakses pada 5 Desember 2018, pukul 11:47 WIB).

⁶ Soesilo, *Kitab Undang-Undang Pidana dan Kita Undang-Undang Hukum Acara Pidana, BAB III: Tentang Hal-Hal Yang Menghapuskan, Mengurangi atau Memberatkan Pidana Pasal 45*, (t.t.: Gama Press, 2008), hlm. 28.

Yogyakarta yang menangani masalah Anak Berhadapan dengan Hukum (ABH) yaitu Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) Yogyakarta. BPRSR Yogyakarta mempunyai tugas sebagai pelaksana teknis dalam pelayanan perlindungan, rehabilitasi, advokasi sosial, reunifikasi dan rujukan bagi remaja bermasalah sosial maupun anak yang berhadapan dengan hukum.⁷

Rasa ketidaknyaman dan terkurung yang dirasakan oleh anak berhadapan hukum tersebut ketika berada di Balai Sosial Remaja membuat anak berhadapan hukum merasakan adanya tekanan, sehingga menjadikan anak berhadapan hukum merasakan *stress*. Selain itu anak yang berhadapan dengan hukum yang sedang menghadapi putusan pengadilan juga merasakan tekanan yang membuat anak tidak tenang dalam menjalankan kehidupan sehari-hari, karena putusan pengadilan atau vonis atas kesalahan yang dilakukan berdampak kepada nasib anak kedepannya nanti. Tekanan yang mengakibatkan *stress* tersebut bagi anak berhadapan hukum yang memiliki strategi *coping stress*, maka dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dan siap menghadapi putusan pengadilan akan kasus yang diperbuatnya. Namun akan berbeda bagi anak berhadapan hukum yang tidak memiliki cara maupun strategi *coping stress* dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan baru di mana individu berada dan menerima hasil putusan pengadilan yang diterima anak. Apabila anak berhadapan hukum tidak dapat melakukan suatu proses adaptasi dan

⁷ Dinas Sosial DIY, *Balai PRSR*, <http://dinsos.jogjaprovo.go.id/balai-prs/>, (Diakses tanggal 8 April 2019, pukul 23.46 WIB).

menerima hasil putusan pengadilan ataupun memiliki strategi *coping* tertentu, maka lingkungan baru di mana anak berhadapan hukum berada dan hasil putusan pengadilan akan membuat anak berhadapan hukum mudah mengalami *stress*.

Stress yang dialami anak berhadapan hukum yang tidak memiliki kebebasan dalam beraktivitas tersebut harus selalu bertahan dari hari ke hari, bulan ke bulan dan bahkan sampai bertahun-tahun. Sehingga untuk menangani *stress* tersebut diperlukan strategi *coping stress* yang berbeda dan unik dari masing-masing anak berhadapan hukum untuk bertahan dari *stress*.

Oleh sebab itu dari beberapa idealitas di atas dan benturan dengan realitas yang ada penulis meneliti tentang *coping stress* pada anak berhadapan hukum saat menghadapi putusan pengadilan yang merupakan studi kasus terhadap fenomena tersebut dengan kriteria khusus agar idealitas dan realitas tersebut dapat dipaparkan secara jelas dan akurat.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana bentuk *coping stress* yang digunakan anak yang berhadapan dengan hukum saat menghadapi putusan pengadilan?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian rumusan masalah di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bentuk *coping stress* yang digunakan anak yang berhadapan dengan hukum saat menghadapi putusan pengadilan.

E. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumbangsih dalam dunia keilmuan terutama ilmu Bimbingan Konseling Islam dalam hal *coping stress* pada anak berhadapan hukum saat menghadapi putusan pengadilan.

2. Praktis

- a. Bagi penulis: Dengan penelitian ini penulis memperoleh banyak wawasan dalam menerapkan ilmu bimbingan dan konseling Islam secara praktis (terutama dalam aspek wawancara) yang sangat bermanfaat untuk bekal menjadi konselor dan sebagai bekal untuk melakukan penelitian di kemudian hari.
- b. Bagi subjek penelitian: Adanya penelitian ini semoga dapat menambah wawasan dan metode *coping stress* serta meningkatkan motivasi untuk tidak mengulangi lagi kasus tersebut dan semoga dapat digunakan ketika sedang menghadapi suatu masalah.
- c. Bagi Program Studi Bimbingan Konseling Islam: Penelitian diharapkan dapat memperkaya teori dan aplikasi dari *coping stress* serta semoga dapat dipertimbangkan sebagai bahan intervensi dalam penanganan kasus serupa.
- d. Bagi lembaga: Adanya penelitian ini besar harapan penulis agar penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam menangani kasus serupa serta dapat dijadikan sebagai salah satu cara untuk membangun motivasi pada anak yang berhadapan dengan hukum.

F. Tinjauan Pustaka

Berdasarkan penelusuran kepustakaan yang telah dilakukan, penulis menemukan beberapa penelitian yang mirip dengan masalah yang dikaji mengenai “*Coping Stress* Pada Anak Berhadapan Hukum Saat Menghadapi Putusan Pengadilan Di Balai Perlindungan Dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta” berikut hasil penelitian yang terkait dengan penelitian ini, diantaranya adalah:

Skripsi karya Rifki Mahera yang berjudul “*Coping Stress* Pada Pasangan Suami Istri Yang Belum Memiliki Anak (Studi Kasus Pada Tiga Pasutri Di Yogyakarta)”⁸, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi *stressor* pada pasangan suami istri (pasutri) yang belum memiliki anak dan menggambarkan metode *coping* dari pasutri tersebut. Metode penelitian yang digunakan ialah penelitian deskriptif-kualitatif, dengan subyek penelitian adalah dua pasangan suami-istri yang belum memiliki anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *stressor* yang dirasakan pasutri adalah *stressor* kondisi psikologis pasca menikah, sosial, ekonomi, fisik dan religius. Semua subyek menggunakan *problem focused coping* untuk mengetahui keadaan reproduksi mereka. Selain itu, seluruh subyek menggunakan *coping* ketabahan. Hal ini didasarkan pada upaya *coping* setiap pasangan untuk menerima kenyataan dan menjalani hidup. Perbedaan dengan penelitian penulis ada pada cara mengumpulkan data, yang mana pada penelitian ini

⁸ Rifki Mahera, *Coping Stress Pada Pasangan Suami Istri Yang Belum Memiliki Anak (Studi Kasus Pada Tiga Pasutri Di Yogyakarta)*, Skripsi tidak diterbitkan (Yogyakarta Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fak. Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2016).

menggunakan wawancara semi terstruktur dan observasi samar/terang tanpa menggunakan metode dokumentasi, sedangkan penelitian penulis menggunakan wawancara semi terstruktur, observasi non partisipan dan dokumentasi sebagai alat pengumpul data. Selain itu subjek, objek, fokus dan tempat penelitian juga berbeda.

Skripsi karya Nida Maulina Rahmi yang berjudul “Transisi Dan Strategi *Coping* Ibu Single Parent Akibat Kematian Suami (Studi Kasus Di Dusun Ambarukmo, Kelurahan Caturtunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta)”⁹, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui masa transisi ibu *single parent* serta strategi *coping* dalam menyesuaikan diri dan mengatasi permasalahan akibat kematian suami. Metode penelitian yang digunakan deskripsi kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Teknik penentuan subyek dilakukan dengan cara *purposive*. Pengumpulan data wawancara, observasi yang dilakukan bersifat non partisipan dan dokumentasi. Hasil penelitian yang diperoleh adalah transisi ibu *single parent* yaitu terkait mental ketika kematian suami dan bertanggung jawab moral kepada keluarganya sehingga saat menjalani masa iddah harus keluar rumah memenuhi kebutuhan keluarganya. Dan strategi *coping* yang dilakukan cenderung berfokus pada emosi berupa dukungan sosial terutama dengan adanya kehadiran anak yang menjadi motivasi terbesar dalam hidup dan religiusitas yakni kebermaknaan

⁹ Nida Maulina Rahmi, *Transisi Dan Strategi Coping Ibu Single Parent Akibat Kematian Suami (Studi Kasus Di Dusun Ambarukmo, Kelurahan Caturtunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta)*, Skripsi tidak diterbitkan (Yogyakarta Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial Fak. Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2016).

Tuhan. Perbedaan dengan penelitian penulis ada pada subjek, objek, fokus dan tempat penelitian.

Skripsi karya Juljalali yang berjudul “Peran Peksos Dalam Pendampingan Anak Berhadapan Dengan Hukum Di Yayasan Lembaga Perlindungan Anak (YLPA) DIY”¹⁰, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran peksos dalam pendampingan anak berhadapan dengan hukum di Yayasan Lembaga Perlindungan Anak (YLPA) DIY, karena mengingat dalam menangani kasus anak harus sesuai dengan undang-undang perlindungan yang berlaku saat ini. Sumber data yang digunakan adalah data primer dan data sekunder. Data primer adalah data terkait penanganan kasus anak yang dilakukan di Yayasan Lembaga Perlindungan Anak (YLPA) DIY khususnya Peksos dan seorang advocate, sedangkan data sekunder adalah data kepustakaan, buku-buku terkait penelitian, artikel dan sumber lain yang terkait. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peksos Yayasan Lembaga Perlindungan Anak (YLPA) sudah bekerja secara profesional dalam menangani kasus anak yang terjadi di DIY dan sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku. Perbedaan dengan penelitian penulis ada pada cara metode pengumpulan data, yang mana pada penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer adalah data terkait penanganan kasus anak di lembaga tersebut khususnya Peksos dan seorang advocate, sedangkan data sekunder adalah data kepustakaan, buku-buku

¹⁰ Juljalali, *Peran Peksos Dalam Pendampingan Anak Berhadapan Dengan Hukum Di Yayasan Lembaga Perlindungan Anak (YLPA) DIY*, Skripsi tidak diterbitkan (Yogyakarta Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial Fak. Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2017).

terkait penelitian, artikel dan sumber lain yang terkait, sedangkan penelitian penulis menggunakan wawancara semi terstruktur, observasi non partisipan dan dokumentasi sebagai alat pengumpul data. Selain itu subjek, objek, fokus dan tempat penelitian juga berbeda.

Skripsi karya Anwar Syarif Abdillah yang berjudul “Penerapan Diversi Terhadap Anak Yang Berhadapan Dengan Hukum Di Pengadilan Negeri Kebumen”¹¹, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penerapan sistem diversi terhadap anak yang berhadapan dengan hukum di Pengadilan Negeri Kebumen. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kepustakaan yang menganalisis dokumen-dokumen terkait penelitian dan didukung juga dengan penelitian lapangan untuk mengetahui fakta-fakta dilapangan untuk memperkuat data. Tipe penelitian ini adalah deskriptif-analitis dengan menggunakan pendekatan yuridis empiris sehingga penjelasan analisis dilapangan adalah berdasarkan instrumen-instrumen hukum yang telah diterapkan tempat objek penelitian, pengumpulan dan analisis data menggunakan wawancara dan dokumen-dokumen hukum yang terkait. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa asas, tujuan maupun pelaksanaan sistem peradilan pidana Anak tidak sepenuhnya dapat dicapai dalam penerapan diversi di Pengadilan Negeri Kebumen. Penyusun menemukan beberapa ketidaksesuaian antara *das sollend* dan *das sein* masalah penerapan diversi di Pengadilan Negeri Kebumen, hal tersebut meliputi kualifikasi-kualifikasi dan syarat, pihak-pihak yang dihadirkan,

¹¹ Anwar Syarif Abdillah, *Penerapan Diversi Terhadap Anak Yang Berhadapan Dengan Hukum Di Pengadilan Negeri Kebumen*, Skripsi tidak diterbitkan (Yogyakarta Jurusan Ilmu Hukum Fak. Syari'ah dan Hukum Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2017).

proses pelaksanaan dan pelanggaran terhadap hal anak untuk dirahasiakan identitasnya. Perbedaan dengan penelitian ada pada metode penelitian yang digunakan ialah penelitian kepustakaan, sedangkan penelitian penulis menggunakan metode penelitian studi kasus. Selain itu subjek, objek, fokus dan tempat penelitian juga berbeda.

Beberapa dari hasil tinjauan pustaka penelitian yang telah penulis teliti, menjelaskan bahwa sebelumnya tidak ada penelitian maupun karya ilmiah yang meneliti tentang *Coping Stress* Pada Remaja Berhadapan Hukum (ABH) Saat Menghadapi Putusan Pengadilan Di Balai Perlindungan Dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta. Di sini sangat terlihat perbedaannya dengan penelitian-penelitian sebelumnya diantaranya meliputi subjek, objek, fokus dan tempat penelitian berbeda, sedangkan metode penelitian yang digunakan juga berbeda dalam penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif sebagai alat pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Melihat perbedaan tersebut, maka penulis melakukan penelitian yang terfokus kepada bentuk *coping stress* yang digunakan remaja ABH saat menghadapi putusan pengadilan terhadap tindak pidana yang sedang dijalaninya.

G. Kerangka Teori

1. Tinjauan Tentang *Coping Stress*

a. Pengertian *Coping Stress*

Secara teoritis, usaha yang dilakukan individu untuk mencari jalan keluar dari masalah agar dapat menyesuaikan diri dengan perubahan

yang terjadi dapat dikatakan *coping strategy*. Ada banyak pengertian *coping strategy* yang diungkapkan oleh para ahli. Yang pertama dikemukakan oleh Lazarus, yang menyatakan bahwa *coping* merupakan strategi untuk memajemen tingkah laku kepada pemecahan masalah yang paling sederhana dan realistis, serta berfungsi untuk membebaskan diri dari masalah yang nyata maupun tidak nyata dan *coping* merupakan semua usaha secara kognitif dan perilaku untuk mengatasi, mengurangi dan tahan terhadap tuntutan-tuntutan (*distress demands*).¹²

Tuntutan-tuntutan ini bisa bersifat internal dan eksternal. Tuntutan internal seperti adanya konflik peran, misalnya seorang wanita harus memilih antara keluarganya dan kariernya. Tuntutan eksternal, misalnya berupa kemacetan, konflik interpersonal, *stress* pekerjaan, dan sebagainya. *Coping* menghasilkan dua tujuan, pertama individu mencoba untuk mengubah hubungan antara dirinya dengan lingkungannya agar menghasilkan dampak yang lebih baik. Kedua, individu biasanya berusaha untuk meredakan atau menghilangkan beban emosional yang dirasakannya.

Ahli lain yang mengemukakan tentang *coping* adalah Matheny, dkk. Yang mendefinisikan *coping* sebagai segala usaha, sehat maupun tidak sehat, positif maupun negatif, usaha kesadaran atau ketidaksadaran, untuk mencegah, menghilangkan, atau melemahkan *stressor*, atau untuk memberikan ketahanan terhadap dampak stres.

¹² Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009), hlm. 96.

Murphy yang mengatakan bahwa tingkah laku *coping* sebagai segala usaha untuk mengatasi suatu situasi baru yang secara potensial dapat mengancam, menimbulkan frustrasi dan tantangan.

Menurut Lazarus, pada awalnya kata “manajemen” dalam arti *coping* memiliki pengertian yang sangat penting dan mengindikasikan *coping* sebagai usaha untuk keluar serta mencoba mencari solusi dari setiap permasalahan yang ada. Intinya, apabila kita dapat mengatasi setiap masalah yang ada dan dapat mengevaluasi kembali setiap inti dari setiap permasalahan yang ditemui, kita akan dapat memberikan penilaian secara sederhana setelah mengamati setiap perbedaan permasalahan yang terjadi, apakah kita dapat mentolerasi atau menerima suatu ketakutan secara ancaman, dan apakah kita akan menghindar dan menolak setiap permasalahan yang hadir.

Pada dasarnya, proses *coping* tidak hanya memiliki satu penyebab, melainkan memiliki proses yang dinamis antara perilaku dengan lingkungan. Jadi, dalam melakukan *coping* terhadap tekanan yang sangat mengancam, individu akan melakukan *coping* sesuai dengan pengalaman, keadaan dan waktu saat ia melakukan *coping* tersebut.¹³

Jadi berdasarkan penjelasan dari beberapa ahli diatas bahwa *coping* adalah sebagai bentuk usaha individu mengatasi atau menanggulangi suatu permasalahan yang dapat mengancam dan menimbulkan frustrasi bagi individu.

¹³ *Ibid.*, hlm. 99.

b. Faktor Penyebab *Stress*

Suatu hal yang dapat menimbulkan respon *stress* disebut dengan *stressor*, atau dengan kata lain pengalaman atau situasi penuh dengan tantangan dan tekanan.¹⁴ Dalam hal ini terdapat tiga tipe *stressor* umum adalah sebagai berikut:

1) *Stressor* kejadian bencana

Kejadian bencana adalah *stressor* kuat yang terjadi tiba-tiba dan biasanya mempengaruhi banyak orang secara simultan. Bencana seperti tornado dan kecelakaan pesawat serta serangan teroris adalah contoh dari kejadian bencana yang dapat mempengaruhi ratusan atau bahkan ribuan orang secara simultan.

Meskipun terlihat bahwa kejadian bencana akan menghasilkan *stress* yang menetap, pada beberapa kasus tidak demikian adanya. Pada kenyataannya, kejadian bencana seperti bencana alam dapat menghasilkan *stress* yang lebih sedikit dalam jangka panjang dibandingkan kejadian yang pada awalnya tidak terlalu merusak. Salah satu alasannya adalah bencana alam memiliki pemecahan yang jelas. Setelah berakhir, seseorang dapat kembali menata masa depan dan mengetahui bahwa hal yang buruk telah berlalu. Terlebih lagi, orang lain yang juga mengalami bencana tersebut membagi *stress* yang disebabkan oleh kejadian bencana. Pembagian seperti ini memungkinkan setiap orang untuk

¹⁴ Carole Wade & Carol Travis, *Psikologi*, (Jakarta: Erlangga, 2007), hlm. 286.

saling menawarkan dukungan sosial dan saling memahami kesulitan yang sedang dihadapi.

Sebaliknya, serangan teroris seperti yang terjadi pada gedung WTC pada tahun 2001 merupakan kejadian bencana yang menghasilkan *stress* dalam tingkat yang signifikan. Serangan teroris disengaja, dan para korban (serta orang yang menyaksikannya) tahu bahwa kemungkinan besar akan terjadi serangan kembali di masa depan. Peringatan pemerintah dalam bentuk peringatan teror yang diperbanyak justru dapat meningkatkan *stress* itu sendiri.

2) *Stressor* personal

Stressor personal mencakup kejadian-kejadian besar dalam kehidupan, seperti kematian orangtua atau pasangan, kehilangan pekerjaan, kegagalan besar, atau bahkan sesuatu yang positif seperti menikah. Biasanya, *stressor* personal menghasilkan reaksi yang langsung dan segera meruncing. Misalnya, stres yang muncul dari kematian seseorang yang disayangi cenderung paling besar pada saat kematian tersebut baru terjadi, tetapi stres ini akan berkurang dan dapat lebih diatasi beberapa saat setelah kehilangan tersebut.

Beberapa korban dari bencana utama dan *stressor* personal parah mengalami gangguan *stress* pasca trauma, ketika seseorang telah mengalami suatu kejadian penting yang sangat menimbulkan

stress dan memiliki efek jangka panjang, sehingga orang tersebut dapat mengalami kembali kejadian ini secara nyata dalam ingatan dan mimpi. Simtom gangguan *stress* pasca trauma juga mencakup ketumpulan emosional, gangguan tidur, masalah interpersonal, penyalahgunaan alkohol dan obat-obatan terlarang, serta beberapa kasus bunuh diri.

3) *Stressor* latar belakang

Latar belakang atau secara lebih informal disebut dengan kerepotan sehari-hari, adalah kategori stresor yang ketiga. Dicontohkan dengan berdiri mengantri beberapa jam di bank dan terjebak dalam kemacetan lalu lintas, kerepotan sehari-hari merupakan gangguan kecil dalam hidup yang kita hadapi sepanjang waktu. Tipe lain dari *stressor* latar belakang adalah masalah jangka panjang dan kronis, seperti mengalami ketidakpuasan dengan sekolah atau pekerjaan, berada dalam hubungan yang tidak membahagiakan, atau tinggal di lingkungan padat penduduk tanpa adanya privasi.

Kerepotan sehari-hari tidak memerlukan banyak *coping* atau bahkan suatu respon apa pun atau bahkan suatu respon apapun dari sisi individu meskipun mereka jelas menghasilkan emosi dan *mood* yang tidak menyenangkan. Meskipun demikian, kerepotan sehari-hari bertambah dan pada akhirnya dapat berubah menjadi suatu kejadian yang lebih menimbulkan *stress*. Pada kenyataannya,

jumlah kerepotan sehari-hari yang dihadapi manusia diasosiasikan dengan simtom psikologis dan masalah kesehatan, seperti flu, sakit tenggorokan, dan sakit punggung.

Sisi kebalikan dari kerepotan adalah kemudahan, yaitu kejadian positif minor yang membuat kita merasa baik meskipun hanya sementara. Hal yang menarik mengenai kemudahan adalah mereka diasosiasikan dengan kesehatan psikologis seseorang dengan cara yang sangat berlawanan dengan kerepotan: semakin besar jumlah kemudahan yang dialami, semakin simtom psikologis yang kita laporkan.¹⁵

c. Jenis Reaksi *Stress*

Menurut Selye *stress* dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu:

- 1) *Distres* yaitu hasil dari respons terhadap *stress* yang bersifat tidak sehat, negatif, dan destruktif (bersifat merusak). Hal tersebut termasuk konsekuensi individu dan juga organisasi seperti penyakit kardiovaskuler dan tingkat ketidakhadiran yang tinggi, yang diasosiasikan dengan keadaan sakit penurunan dan kematian.
- 2) *Eustres* adalah hasil dari respon terhadap *stress* yang bersifat sehat, positif dan konstruktif (bersifat membangun). Hal tersebut termasuk kesejahteraan individu dan juga organisasi yang diasosiasikan dengan pertumbuhan, fleksibilitas, kemampuan adaptasi dan tingkat *performance* yang tinggi.

¹⁵ Robert S Feldman, *Pengantar Psikologi: Understanding Psychology*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), hlm. 212-214.

Jadi berdasarkan teori-teori di atas, dapat disimpulkan bahwa ada dua jenis *stress*. Dua jenis *stress* tersebut yakni, *eustres* yang merupakan *stress* positif yang membangun, dan *distres* yang merupakan *stress* merugikan.

Menurut Helmi ada empat macam reaksi *stress*, yaitu reaksi psikologis, fisiologis, proses berpikir, dan tingkah laku. Keempat macam reaksi ini dalam perwujudannya dapat bersifat positif, tetapi juga dapat berwujud negatif. Reaksi yang bersifat negatif menurut Helmi adalah:

- 1) Reaksi Psikologis, biasanya lebih dikaitkan pada aspek emosi, seperti mudah marah, sedih, ataupun mudah tersinggung.
- 2) Reaksi Fisiologis, biasanya muncul dalam bentuk keluhan fisik, seperti pusing, nyeri tengkuk, tekanan darah tinggi, nyeri lambung, gatal-gatal di kulit, ataupun rambut rontok.
- 3) Reaksi Proses Berpikir (*cognitive*), biasanya tampak dalam gejala sulit berkonsentrasi, mudah lupa, ataupun sulit mengambil keputusan.
- 4) Reaksi Perilaku, dalam hal ini terjadinya perilaku menyimpang seperti minum-minuman keras, obat terlarang, frekuensi merokok atau menghindari interaksi dengan orang lain.

d. *Stress dan Coping*

Ada tiga komponen dalam proses *stress* dan *coping*, yaitu penilaian, emosi dan *coping*. Pada konteks memberikan reaksi terhadap situasi

penuh tekanan, penilaian (*appraisal*) akan menghasilkan emosi dan segera memberikan reaksi-reaksi emosi dalam berbagai bentuk. Berdasarkan perubahannya, emosi akan terpengaruh dan kemudian akan memberikan penilaian kembali (*re-appraisal*). Peristiwa ini merupakan proses yang berkesinambungan sehingga situasi yang dirasakan (ditemui) akan mempengaruhi keputusan yang akan diambil.

Lazarus dan Folkman (Mayne dan Bonano, 2003) selanjutnya membedakan lima tipe penilaian primer, yaitu;

- 1) Penilaian yang tidak relevan (*irrelevant*), biasanya penilaian ini tidak berhubungan dengan bentuk emosi yang khusus karena situasi tersebut harus disesuaikan dengan nilai, kepercayaan dan tujuan oleh individu itu sendiri
- 2) Penilaian situasi yang positif (*benign/positive*), akan membangun emosi positif, seperti rasa bahagia, rasa senang, atau yang lainnya dan hal tersebut akan membentuk berbagai respons *coping*.
- 3) Penilaian situasi sebagai bahaya/kekalahan (*harm/loss*), biasanya akan berhubungan dengan emosi negatif, seperti rasa bosan, rasa marah.
- 4) Penilaian situasi dengan penuh ancaman, biasanya pula akan berhubungan dengan emosi negatif seperti kecemasan.
- 5) Penilaian yang penuh kemenangan sebagai hasil evaluasi terhadap suatu situasi, akan sangat berpotensi untuk menghasilkan berbagai bentuk emosi positif maupun emosi negatif, sebagai contohnya

adalah rasa antusias maupun rasa cemas, takut, namun tergantung hasil penilaian yang diinginkan.¹⁶

Jadi berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara *stress* dan *coping* dapat dibedakan menjadi lima macam penilaian, yaitu penilaian tidak relevan, penilaian situasi yang positif, penilaian situasi sebagai bahaya/kekalahan, penilaian situasi penuh dengan ancaman, dan penilaian yang penuh kemenangan sebagai hasil evaluasi lingkungan.

e. Proses Terjadinya *Coping*

Lazarus mengatakan bahwa ketika individu berhadapan dengan lingkungan baru atau perubahan lingkungan (situasi yang penuh tekanan), maka akan melakukan penilaian awal (*primary appraisal*) untuk menentukan arti dari kejadian tersebut. Kejadian tersebut dapat diartikan sebagai hal yang positif, netral atau negatif. Setelah penilaian awal terhadap hal-hal yang mempunyai potensi untuk terjadinya tekanan, maka penilaian sekunder (*secondary appraisal*) akan muncul. Penilaian sekunder adalah pengukuran terhadap kemampuan individu dalam mengatasi tekanan yang ada.

Penilaian sekunder mengandung makna pertanyaan, seperti apakah individu dapat menghadapi ancaman dan sanggup menghadapi tantangan terhadap kejadian. Setelah memberikan penilaian primer dan sekunder, individu akan melakukan penilaian ulang (*re-appraisal*) yang

¹⁶*Ibid.*, hlm. 101.

akhirnya mengarah pada pemilihan strategi *coping* untuk penyelesaian masalah yang sesuai dengan situasi yang dihadapinya.

Pemilihan strategi *coping* yang sesuai dengan situasi tekanan yang dihadapinya untuk penyelesaian masalah, ada dua strategi *coping* yang dapat dipakai, apakah startegi *coping* yang berfokus pada permasalahan ataupun pemilihan strategi *coping* untuk mengatur emosi. Kedua strategi *coping* tersebut bertujuan untuk mereduksi ketegangan yang disebabkan oleh situasi tekanan dari lingkungan maupun dapat mengatur hal-hal negatif, sehingga hasil dari proses *coping* tersebut dapat menciptakan berfungsinya kembali aktivitas yang biasa dilakukan oleh individu.

f. Bentuk *Coping*

Menurut Richard Lazarus, dkk., *coping* memiliki dua fungsi umum, yaitu fungsinya dapat berupa fokus ke titik permasalahan, serta melakukan regulasi emosi dalam merespons masalah (Lazarus dan Folkman, 1984).

1. *Emotion-focused coping*

Suatu masalah suatu usaha untuk mengontrol respons emosional terhadap situasi yang sangat menekan. *Emotion-focused coping* cenderung dilakukan apabila individu tidak mampu atau merasa tidak mampu mengubah kondisi yang *stressful*, yang dilakukan individu adalah mengatur emosinya. Sebagai contoh yang jelas ketika seseorang yang dicintai meninggal dunia, dalam

situasi ini, orang biasanya mencari dukungan emosi dan mengalihkan diri atau menyibukkan diri dengan melakukan pekerjaan-pekerjaan rumah atau kantor.

Menurut Sarafino, *emotion-focused coping* merupakan pengaturan respons emosional dari situasi yang penuh *stress*. Individu dapat mengatur respons emosinya dengan beberapa cara, antara lain adalah dengan mencari dukungan emosi dari sahabat atau keluarga, melakukan aktivitas yang disukai, seperti olahraga atau nonton film untuk mengalihkan perhatian dari masalah, bahkan tak jarang dengan penggunaan alkohol atau obat-obatan. Cara lain yang biasa digunakan individu dalam pengaturan emosinya adalah dengan berpikir dan memberikan penilaian mengenai situasi yang *stressful*.

Folkman dan Lazarus mengidentifikasi beberapa aspek *emotional focused coping* yang didapat dari penelitian-penelitiannya. Aspek-aspek tersebut adalah sebagai berikut.

- (1) *Seeking social emotional support*, yaitu mencoba untuk memperoleh dukungan secara emosional maupun sosial dari orang lain.
- (2) *Distancing*, yaitu mengeluarkan upaya kognitif untuk melepaskan diri dari masalah atau membuat sebuah harapan positif.

- (3) *Escape avoidance*, yaitu mengkhayal mengenai situasi atau melakukan tindakan atau menghindari dari situasi yang tidak menyenangkan. Individu melakukan fantasi andaikan permasalahannya pergi dan mencoba untuk tidak memikirkan mengenai masalah dengan tidur atau menggunakan alkohol yang berlebihan.
- (4) *Self control*, yaitu mencoba untuk mengatur perasaan diri sendiri atau tindakan dalam hubungannya untuk menyelesaikan masalah.
- (5) *Accepting responsibility*, yaitu menerima untuk menjalankan masalah yang dihadapinya sementara mencoba untuk memikirkan jalan keluarnya.
- (6) *Positive reappraisal*, yaitu mencoba untuk membuat suatu arti positif dari situasi dalam masa perkembangan kepribadian, kadang-kadang dengan sifat yang religius.

2. *Problem-focused coping*

Usaha untuk mengurangi stresor, dengan mempelajari cara-cara atau keterampilan-keterampilan yang baru untuk digunakan mengubah situasi, keadaan, atau pokok permasalahan. Individu akan cenderung menggunakan strategi ini apabila dirinya yakin akan dapat mengubah situasi. Setiap hari dalam kehidupan kita secara tidak langsung *problem-focused coping* telah sering kita gunakan, saat kita bernegosiasi untuk membeli sesuatu di toko, saat

kita membuat jadwal pelajaran, mengikuti treatment-treatment psikologis, atau belajar untuk meningkatkan keterampilan.

Folkman dan Lazarus mengidentifikasi beberapa aspek *Problem Focused Coping* yang didapat dari penelitian-penelitiannya. Aspek-aspek tersebut adalah sebagai berikut.

- (1) *Seeking informational support*, yaitu mencoba untuk memperoleh informasi dari orang lain, seperti dokter, psikolog atau guru.
- (2) *Confrontive coping*, melakukan penyelesaian masalah secara konkret.
- (3) *Planful problem-solving*, menganalisis setiap situasi yang menimbulkan masalah serta berusaha mencari solusi secara langsung terhadap masalah yang dihadapi.

Jadi berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa bentuk *coping stress* dibedakan menjadi dua macam, yaitu *Emotion-focused coping* dan *Problem-focused coping*. Yang mana masing-masing bentuk *coping stress* tersebut merupakan cara pengaturan emosional berdasarkan tingkat *stress* yang dialami.

g. Coping Mekanisme Pertahanan Diri

Cara lain untuk mengatasi *stress* terjadi secara tidak sadar dengan menggunakan mekanisme pertahanan diri. Mengenai kepribadian, mekanisme pertahanan diri adalah strategi tidak sadar yang digunakan seseorang untuk menurunkan kecemasan dengan menyembunyikan

sumber *stress* dari diri mereka dan orang lain. Mekanisme pertahanan diri membuat seseorang dapat menghindari *stress* dengan bersikap seolah-olah *stress* tersebut tidak pernah ada.¹⁷

Mekanisme pertahanan lain yang digunakan untuk mengatasi *stress* adalah *isolasi emosional*, yaitu ketika seseorang berhenti mengalami emosi apa pun, sehingga tetap tidak terpengaruh dan tergerak oleh pengalaman positif dan negatif. Masalah dengan penggunaan mekanisme pertahanan diri adalah mereka sekadar menyembunyikan masalah dan bukan mengatasinya secara nyata.

h. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Strategi *Coping*

Cara individu menangani situasi yang mengandung tekanan ditentukan sumber daya individu yang meliputi kesehatan fisik atau energi, keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial dan dukungan sosial.

1) Kesehatan Fisik

Kesehatan merupakan hal yang penting, karena selama dalam usaha mengatasi *stress*, individu dituntut untuk mengerahkan tenaga yang cukup besar.

2) Keyakinan atau pandangan positif

Keyakinan menjadi sumber daya psikologis yang sangat penting, seperti keyakinan akan nasib (*external locus of control*) yang mengerahkan individu pada penilaian ketidakberdayaan

¹⁷ Robert S Feldman, *Pengantar Psikologi: Understanding Psychology*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), hlm. 221.

(*helplessness*) yang akan menurunkan kemampuan strategi *coping* tipe *problem-solving focused coping*.

3) Keterampilan memecahkan masalah

Ketrampilan ini meliputi kemampuan untuk mencari informasi, menganalisa situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif tindakan, kemudian mempertimbangkan alternatif tersebut sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai dan pada akhirnya melaksanakan rencana dengan melakukan suatu tindakan yang tepat.

4) Keterampilan sosial

Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk berkomunikasi dan bertingkah laku dengan cara-cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku di masyarakat.

5) Dukungan sosial

Dukungan ini meliputi dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orang tua, anggota keluarga lain, saudara, teman dan lingkungan masyarakat sekitarnya.

6) Materi

Dukungan ini meliputi sumber daya berupa uang, barang-barang atau layanan yang biasanya dapat dibeli.¹⁸

¹⁸ Lusi Yenjeli, *Strategi Coping Pada Single Mother Yang Bercerai*, hlm. 53.

Jadi berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa yang mempengaruhi strategi coping dibedakan menjadi enam faktor, yaitu kesehatan fisik, keyakinan atau pandangan positif, keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial, dukungan sosial, dan materi.

i. Mengatasi *Stress* dalam Perspektif BKI

Pada kehidupan sehari-hari manusia tidak lepas dari cobaan, ujian maupun musibah. Allah memberikan cobaan melalui beberapa hal seperti dalam firman-Nya sebagai berikut:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ {155}

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ {156}

“Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: “Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji’uun (sesungguhnya kami milik Allah dan hanya kepada-Nyalah kami kembali)“.(QS. Al Baqarah 2 :155-156)¹⁹

Mereka yang paling berhasil mengatasi *stress* adalah mereka yang dilengkapi dengan ketabahan, karakteristik kepribadian yang dikaitkan dengan tingkat penyakit yang terkait dengan *stress* yang lebih rendah.

Ketabahan terdiri atas tiga komponen berikut.²⁰

¹⁹ Departemen Agama Al-Quran, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2009), hlm. 24.

²⁰ *Ibid*, hlm. 222.

- 1) Komitmen. Komitmen adalah kecenderungan untuk melemparkan diri individu ke dalam apa pun yang individu lakukan dengan perasaan bahwa aktivitas individu penting dan berarti.
- 2) Tantangan. Mereka yang tabah percaya bahwa perubahan dan bukan stabilitas yang merupakan standar kondisi kehidupan. Bagi mereka, antisipasi perubahan berlaku sebagai suatu insentif dan bukan tantangan bagi keamanan mereka.
- 3) Kontrol. Ketabahan ditandai dengan adanya perasaan terkontrol, persepsi bahwa seseorang dapat mempengaruhi kejadian dalam kehidupan mereka. Individu yang tabah menangani *stress* secara optimis serta mengambil langkah langsung untuk mempelajari dan mengatasi *stressor* sehingga mereka mengubah kejadian yang menimbulkan *stress* ke dalam kejadian yang tidak terlalu mengancam. Sebagai konsekuensinya, ketabahan bertindak sebagai pertahanan yang terkait dengan *stress*.

Pada agama islam motivasi untuk menjadi individu dengan coping kepribadian yang tabah tertuang dalam QS. Al-Baqarah: 153

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ {153}

*“Wahai orang-orang yang beriman, mohon-lah pertolongan(kepada Allah) dengan sabar dan shala. Sesungguhnya, Allah beserta orang-orang yang sabar”*²¹

Ayat ini memberikan pelajaran dan motivasi kepada seluruh umat manusia bahwa, bila seorang hamba mendapat nikmat, maka dia

²¹ Departemen Agama Al-Quran, *Al-Quran dan Terjemahannya*,(Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2009), hlm.23.

mensyukuri atau mendapat bencana, maka dia bersabar menghadapinya. Allah menjelaskan sarana terbaik yang dapat digunakan untuk menghadapi berbagai musibah, yaitu sabar dan shalat. Sabar ada dua: pertama, sabar dalam meninggalkan berbagai hal yang diharamkan dan dosa. Kedua, sabar dalam melakukan berbagai bentuk ketaatan dan kedekatan kepada Allah. Kesabaran yang kedua adalah yang paling besar pahalanya, sebab Dialah yang dimaksud. Ada juga sabar yang ketiga, yaitu bersabar dalam menghadapi berbagai bencana dan petaka, seperti memohon ampun dari berbagai perbuatan aib.²²

Jika seorang muslim berpegang teguh pada agamanya maka individu akan dapat memandang *stressor* sebagai ujian dari Allah SWT untuk menaikkan derajatnya sehingga seorang muslim apabila mendapat musibah dapat mengendalikan diri dengan sabar dan shalat. Sehingga individu tidak akan mengalami *distress* karena *stressor* tersebut namun tumbuh menjadi pribadi yang lebih baik karena komitmennya dengan Allah SWT, dan kesadaran untuk mengontrol dirinya sebagai upaya pengendalian emosi dan kontrol terhadap dirinya dan selalu melibatkan Allah SWT dalam setiap aktivitasnya.

Agama tidak memandang *stress* (yang disebut sebagai ujian atau *bala*) sebagai sesuatu yang negatif. Bahkan Islam memandangnya sebagai sesuatu yang diperlukan demi perkembangan manusia. Dengan *stress* inilah individu dinilai apakah individu termasuk orang yang

²² Muhammad Nasib Ar-Rifa'i, *Kemudahan dari Allah: Ringkasan Tafsir Ibnu Katsir*, (Jakarta: Gema Insani, 2011), hlm. 197.

bersabar atau tidak. Sabar adalah tanda keimanan sehingga dapat dikatakan bahwa *stress* adalah semacam alat uji tentang keimanan individu kepada Allah SWT.

Saat *stress* individu dituntut untuk senantiasa bersabar. Kesabaran adalah sebuah pertanda bahwa seseorang itu bertauhid (menuhankan Allah semata). Orang-orang yang bersabar adalah hamba-hamba terpilih untuk memasuki kebahagiaan hakiki.

Rasulullah juga bersabda, “*Semoga Allah menurunkan rahmat-Nya kepada Musa yang lebih banyak mendapatkan cobaan daripada umat ini namun dia bisa bersabar.*” Saat lain Rasulullah bersabda, “*Barang siapa yang selalu melatih dirinya bersabar maka Allah akan membuatnya menjadi penyabar.*”

Jalan terbaik untuk memperoleh kesabaran adalah dengan selalu berusaha melihat sisi baik dari segala peristiwa. Doktor Samuel Johnson mengatakan, “Kebiasaan melihat sisi baik dari semua peristiwa jauh lebih berharga daripada mendapatkan berjuta poundsterling dalam setahun.”²³

Islam memandang penting hubungan dengan Allah dalam segala aspek kehidupan manusia. Mengingat Allah adalah satu-satunya Dzat yang akan membawa ketenangan sejati dalam diri manusia. *Stress* timbul karena seseorang merasa tidak mampu atau tidak memiliki sumber daya yang memadai untuk mengatasi masalahnya. Dengan memasrahkan diri, Allah akan membantu umatnya dengan cara yang tidak disangka-sangka. *Stress* dapat juga terjadi karena perubahan

²³ Mustamir Pedak, *Metode Supernol: Menaklukkan Stres*, (Jakarta: PT Mizan Publika, 2009), hlm. 54

tertentu dalam hidup. Dalam hal ini seseorang tidak mampu untuk menyesuaikan diri terhadap rasa kehilangan, baik dalam kejadian besar yang bersifat tiba-tiba atau kehilangan hal yang berharga dalam kehidupan, seperti orang yang dicintai. Dalam ajaran Islam, segala harta benda dan kehidupan merupakan milik Allah. Segalanya berasal dari Allah dan kembali kepada-Nya.

Dalam Islam terdapat beberapa tata cara yang dapat dilakukan untuk mengingat Allah sebagai alat untuk menyelesaikan masalah, yaitu shalat, membaca Al-Qur'an dan membaca doa. Tata cara ini juga sering dianggap merupakan media untuk berkomunikasi dengan Allah SWT.

(1) Mendirikan shalat

Shalat sebagai alat untuk menyelesaikan masalah, dalam firman Allah SWT:

وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ {45} الَّذِينَ يَظُنُّونَ أَنَّهُمْ

مُتْلَقُوا رَبِّهِمْ وَأَنَّهُمْ إِلَيْهِ رَاجِعُونَ {46}

“Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, dan sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat kecuali bagi orang-orang yang khusyuk. Yaitu orang yang menyakini bahwa mereka akan menemui Tuhannya dan mereka akan kembali kepada-Nya.” (QS. Al-Baqarah: 45-46)²⁴

Shalat adalah sebuah peristiwa rohani di mana seorang Muslim tengah berkomunikasi secara pribadi dengan Tuhannya.

Dalam hadis Bukhari terungkap,

²⁴ Departemen Agama Al-Quran, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2009), hlm. 7.

“Seseorang di antara kamu bila telah berada dalam shalat, maka sesungguhnya ia tengah berbisik-bisik dengan Tuhannya.”

Keikhlasan dan ketulusan adalah inti pengabdian. Otentitas keberagamaan seseorang salah satunya dapat ditandai sejauh mana ia bisa menuanikan kewajiban agamanya dengan ikhlas dan *khusyu*.²⁵ *Pertama*, shalat mengurangi stimulasi reaksi psiko-fisiologis sehingga menghasilkan respon relaksasi. Kemudian hal ini akan memberikan keadaan mental yang mencerminkan penerimaan dan kepasrahan yang di kenal sebagai respon relaksasi tingkat lanjut. *Kedua*, shalat sebagai alat komunikasi, shalat dapat memberikan dukungan psikologis bagi mereka yang melaksankannya. Dukungan ini terutama sangat berarti jika bentuk dukungan lain tidak memungkinkan. Seseorang memasrahkan dirinya kepada yang Maha Kuasa yang dipercayai memiliki kekuatan tidak terbatas. Dalam hal ini, seseorang membaca kalimat suci Al-quran yang berisi keabadian kasih sayang, keagungan, kekuasaan, dan pengetahuan.

(2) Membaca Al-Quran

Pembacaan Al-Quran dapat dilakukan secara terpisah di luar shalat. Bagi umat Islam, Al-Quran merupakan petunjuk yang dapat memberikan jalan keluar dari masalah yang dihadapinya. Dengan

²⁵ Asep Muhyiddin & Asep Salahudin, *Salat: Bukan Sekadar Ritual*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2006), hlm. 21.

membaca Al-Quran, hati seseorang akan menjadi tenang karena mengingat Allah SWT. Sebagaimana firman Allah berikut:

{82} وَنُزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

“Dan kami turunkan Al-Quran sebagai penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman. Dan Al-Quran tidak menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.” (QS. Al-Isro’: 82)²⁶

Bahwa ketika mendengarkan Al-Quran tekanan darah yang tinggi menurun selama mendengar Al-Quran, detak jantung kembali menjadi normal, dan ketegangan otot tubuh menurun. Pengaruh ini tidak hanya terjadi pada kaum muslimin, melainkan juga yang tidak beragama Islam.

(3) Membaca Doa

Islam juga mengajarkan umatnya untuk berdoa meminta pertolongan langsung kepada Allah. Dalam keadaan sulit, seorang muslim diajarkan untuk kembali kepada Allah, melakukan koreksi diri dan meminta ampun kepada Allah. Setelah itu, umat Islam harus berusaha untuk memperbaiki dirinya.

Doa merupakan bagian dari dzikir. Dzikir adalah permohonan. Setiap dzikir kendati dalam redaksinya tidak terdapat permohonan, tetapi kerendahan hati dan rasa butuh kepada Allah yang selalu menghiasi pedzikir, menjadikan dzikir mengandung doa.²⁷ Dalam

²⁶ Departemen Agama Al-Quran, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2009), hlm. 290.

²⁷ M.Quraish Shihab, *Wawasan Al-Quran Tentang Zikir dan Doa*, (Jakarta: Lentera Hati, 2006), hlm. 177.

keadaan panik, orang-orang yang tidak beriman berbeda dengan orang-orang yang beriman. Mereka yang tidak beriman tidak memiliki tempat untuk kembali, tempat untuk memohon pertolongan dan pengampunan. Kehidupan mereka hanya berupa kehidupan saat itu, yang tidak dapat mereka kontrol. Akibatnya, mereka menjadi lebih tertekan dan menambah kesalahan yang terjadi. Kemungkinan mereka akan menggunakan minuman keras atau obat-obatan yang membuat kecanduan dan kemudian mendinging perilaku kriminal. Nabi Muhammad SAW bersabda:

“Barang siapa memohon ampun kepada Allah, Allah akan meringankan kesedihannya, memberikan jalan keluar atas kesulitannya dan memberikannya dengan cara yang tidak disangka-sangka. “Di saat lain Nabi juga bersabda untuk hal yang sama, dengan mengatakan: “Berjuanglah dengan nama Allah, hal ini merupakan pintu menuju syurga dan akan menghapuskan kekhawatiran dan kesedihanmu.” Nabi Muhammad juga berkata: “Ketika kekhawatiran dan kesedihan melandamu, ucapkanlah, ‘tidak ada kekuatan dan daya upaya, melainkan dari Allah.’ “ (HR. Ibnu Abbas)

Doa merupakan alat komunikasi dengan Allah yang dapat memberikan dukungan dalam menghadapi konflik. Doa dapat memberikan ketenangan. Stres merupakan hasil kurangnya ketenangan internal karena konflik di dalam diri manusia yang mendorong gangguan eksternal pada perilaku dan kesehatan. Ketenangan internal hanya dapat diraih dengan percaya kepada Allah Yang Maha Perkasa, mengingatnya sesering mungkin dan memohon pertolongan dan pengampunan pada waktu sulit.

Jadi dapat disimpulkan bahwa dalam ajaran Islam dalam mengatasi stres dengan cara mendekatkan diri dengan Allah SWT, yaitu dengan cara mendirikan shalat, membaca Al-Quran dan membaca Doa. Karena dengan mengingat Allah maka, Allah jugalah yang akan merubah kesulitan mejadi kemudahan bagi umatnya.

3. Anak Berhadapan Dengan Hukum

a. Pengertian Anak Berhadapan Dengan Hukum

Berdasarkan Pasal 1 ayat (2) Undang-Undang Nomor 11 tahun 2012 Tentang Sistem Peradilan Pidana Anak yang dimaksud dengan anak yang berhadapan dengan hukum adalah anak yang berkonflik dengan hukum, anak yang menjadi korban tindak pidana, dan saksi tindak pidana. Masalah anak merupakan arus balik yang tidak diperhitungkan dari proses dan perkembangan bangsa-bangsa yang mempunyai cita-cita tinggi dan masa depan cemerlang guna menyongsong dan menggantikan pemimpin-pemimpin bangsa Indonesia. Terkait dengan hal itu paradigma pembangunan haruslah pro anak.²⁸

Harry E. Allen dan Clifford E. Simmons menjelaskan bahwa ada dua kategori perilaku anak yang membuat anak harus berhadapan dengan hukum, yaitu sebagai berikut:²⁹

²⁸ Muhammad Joni dan Zulchaina Z Tanamas, *Aspek Perlindungan Anak Dalam Perspektif Konvensi Hak Anak*, (Bandung: PT Citra Aditya Bakti, 1999), hlm. 83.

²⁹ Harry E. Allen and Clifford E. Simmons dalam Purniati, Mamik, Sri Supatmi, dan Ni Made Martini Tinduk, *Correction in America An Introduction, Analisa Situasi Sistem Peradilan Pidana Anak (Juvenile Justice System) di Indonesia*, (Jakarta: UNICEF, 2003), hlm. 2.

- 1) *Status Offence* adalah perilaku kenakalan anak yang apabila dilakukan oleh orang dewasa tidak dianggap sebagai kejahatan, seperti tidak menurut, membolos sekolah, atau kabur dari rumah.
- 2) *Juvenile Delinquence* adalah perilaku kenakalan anak yang apabila dilakukan oleh orang dewasa dianggap kejahatan atau pelanggaran hukum.

Berdasarkan penjelasan uraian di atas anak yang berhadapan dengan hukum atau anak yang berkonflik dengan hukum adalah mereka yang berkaitan langsung dengan tindak pidana, baik itu sebagai korban maupun saksi dalam suatu tindak pidana.

Tingkah laku yang menjurus kepada masalah melanggar hukum atau tindak pidana hukum adalah:

- (1) Perkelahian antar geng, antar kelompok, antar sekolah, antar suku (tawuran), sehingga kadang-kadang membawa korban

jiwa

- (2) Kriminalitas anak, remaja dan *adolesens* antara lain berupa perbuatan mengancam, intimidasi, memeras, mencuri, mencopet, merampas, menjambret, menyerang merampok, mengganggu, menggarong, melakukan pembunuhan dengan jalan menyembelih korbannya, mencekik, meracun, tindak kekerasan dan pelanggaran lainnya.

- (3) Perkosaan, agresivitas seksual, dan pembunuhan dengan motif sosial, atau didorong oleh reaksi-reaksi kompensatoris dari perasaan inferior, menuntut pengakuan diri, depresi, rasa kesunyiaan, emosi balas dendam, kekecewaan ditolak cintanya oleh seorang wanita dan lain-lain
- (4) Kecanduan dan ketagihan narkoba (obat bius, drug, opium, ganja) yang erat berkaitan dengan tindak kejahatan
- (5) Tindakan-tindakan imoral seksual secara terang-terangan tanpa tedeng aling-aling, tanpa malu dengan cara kasar. Ada seks dan cinta bebas tanpa kendali (*promiscuity*) yang didorong oleh hiperseksualitas, dorongan menuntut hak, dan usaha-usaha kompensasi lainnya yang kriminal sifatnya
- (6) Tindakan radikal dan ekstrim dengan jalan kekerasan, penculikan dan pembunuhan yang dilakukan oleh anak-anak remaja

b. Faktor Anak Derhadapan Dengan Hukum

1) Lingkungan

Kasus-kasus hukum yang menjerat anak tidak terlepas dari persoalan besar di lingkungan masyarakat, keluarga, tetangga, teman sebaya (*peers group*), dan sekolah, maupun faktor kemudahan akses teknologi informasi yang massif dengan filterisasi yang masih lemah, baik di dalam keluarga maupun masyarakat dan pemerintah.

2) Tekanan Ekonomi

Anak yang berlatar belakang keluarga miskin dan mengalami ketimpangan sosial akan cenderung tidak dapat berpikir rasional, utamanya ketika ia menginginkan keamanan yang sama seperti orang-orang yang ia lihat sehari-hari. Selain itu, perilaku negatif anak sebagai dampak dari melemahnya kontrol sosial terhadap proses pengasuhan dalam lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat masih jelas terasa hingga kini.

3) Gangguan Psikologi

Anak yang mengalami gangguan psikologi dapat bertindak melakukan hal-hal yang diluar nalarnya tanpa memikirkan dampaknya terlebih dahulu. Gangguan psikologi ini dapat berbentuk: trauma akibat masa lalu, dendam, emosi yang tidak stabil atau faktor kelainan sejak lahir.³⁰

Menjalani kehidupan sebagai narapidana di Lembaga Pemasyarakatan bukan merupakan sesuatu yang menyenangkan. Individu dituntut melakukan penyesuaian terhadap kehidupan di dalam Lembaga Pemasyarakatan. Penyesuaian yang dilakukan terhadap kehidupan narapidana membutuhkan variabel waktu. Situasi lingkungan yang

³⁰ Muh. Barid Nizarudin Wajdi, "Rehabilitasi Anak Berhadapan Dengan Hukum Dalam Perpektif Agama (Studi Kasus Metode Pengembangan Mental Spiritual Anak Lembaga Penyelenggaraan Kesejahteraan Sosial Anak Berhadapan Dengan Hukum (LPKS ABH) di Nganjuk)", Jurnal Lentera, Vol. 3, No. 1, 22 Maret 2017, hlm. 189-200.

terpaksa harus didapat, dibedakan atas lingkungan fisik maupun sosial. Lingkungan fisik adalah semua benda mati yang ada di sekeliling narapidana, misalnya ruangan sel, bangunan penjara dan pagar penjara. Sedangkan lingkungan sosial terdiri dari teman satu sel, sipir, tukang kebun, tim medis penjara, juru masak, dan rohaniawan.³¹

Selama berada di Lembaga Pemasyarakatan, ruang gerak narapidana dibatasi dan mereka terisolasi dari masyarakat. Keadaan seperti ini dapat menjadi *stressor* yang menyebabkan *stress* pada narapidana. *Stress* yang dirasakan oleh individu yang menimbulkan upaya untuk melakukan reaksi terhadap *stress* yang dialaminya. Reaksi tersebut merupakan suatu aktivitas untuk melakukan penyesuaian diri terhadap situasi perangsang tertentu, yang apabila tidak dapat dilakukan dengan baik akan menyebabkan gangguan fisik maupun kejiwaan.

c. Ketentuan Pidana Anak

Dalam Pasal 45 KUHP yang berisi mengenai kriteria dan umur anak yang dapat diajukan ke sidang pengadilan karena kejahatan

³¹ Triana Indah Siswati & Abdurrohman, *Masa Hukuman dan Stres Pada Narapidana*, Proyeksi, Vol. 4, No. 2, 16 November 2018, hlm. 95-106.

yang dilakukannya adalah apabila anak tersebut telah mencapai umur 16 tahun.³²

Dalam Undang-Undang yang dimaksud dengan anak dalam Pasal 1 Undang-Undang No. 11 Tahun 2012 tentang Sistem Peradilan Pidana Anak menentukan sebagai berikut:

- 1) Anak yang berhadapan dengan hukum adalah Anak yang berkonflik dengan hukum, anak menjadi korban tindak pidana, dan anak yang menjadi saksi tindak pidana.
- 2) Anak berkonflik dengan hukum yang selanjutnya disebut anak adalah anak yang telah berumur 12 (dua belas) tahun, tetapi belum berumur 18 (delapan belas) tahun yang diduga melakukan tindak pidana.
- 3) Anak yang menjadi korban tindak pidana yang selanjutnya disebut sebagai anak korban adalah anak yang belum berumur 18 (delapan belas) tahun yang mengalami penderitaan fisik, mental, dan/atau kerugian ekonomi yang disebabkan oleh tindak pidana.
- 4) Anak yang menjadi saksi tindak pidana yang selanjutnya disebut anak saksi adalah anak yang belum berumur 18 (delapan belas) tahun yang dapat memberikan keterangan guna kepentingan penyidikan, penuntutan, dan pemeriksaan di

³² Soesilo, *Kitab Undang-Undang Pidana dan Kita Undang-Undang Hukum Acara Pidana, BAB III: Tentang Hal-Hal Yang Menghapuskan, Mengurangi atau Memberatkan Pidana Pasal 45*, (t.t.: Gama Press, 2008), hlm. 28.

sidang pengadilan tentang suatu perkara pidana yang didengar, dilihat, dan/atau dialaminya sendiri.

Mengenai batas usia bagi pemidanaan anak di Indonesia telah ditegaskan dalam Pasal 4 Undang-Undang Nomor 3 Tahun 1997 Tentang Pengadilan Anak, yang selengkapnya berbunyi sebagai berikut:

- (1) Batas umur Anak Nakal yang dapat diajukan ke sidang anak adalah sekurang-kurangnya 8 tahun tetapi belum mencapai umur 18 tahun dan belum pernah kawin.
- (2) Dalam hal anak melakukan tindak pidana pada batas umur sebagaimana dimaksud dalam ayat (1) dan diajukan ke sidang pengadilan, setelah anak yang bersangkutan melampaui batas umur tersebut tetapi belum mencapai umur 21 tahun, tetap diajukan ke sidang anak.

Undang-Undang mempunyai ketegasan tentang usia berapa seseorang diartikan sebagai anak di bawah umur sehingga berhak mendapat keringanan hukuman demi menerapkan perlakuan yang khusus bagi kepentingan psikologi anak.

Pasal 5 Undang-Undang Nomor 3 Tahun 1997, pelaku kejahatan adalah anak di bawah batas usia minimum yang menegaskan bahwa:

- (1) Dalam hal anak belum mencapai umur 8 tahun melakukan atau diduga melakukan tindak pidana, maka terhadap anak tersebut dapat dilakukan pemeriksaan oleh penyidik
- (2) Apabila menurut hasil pemeriksaan, penyidik berpendapat bahwa anak sebagaimana dimaksud dalam ayat (1) masih dapat dibina oleh orang tua, wali atau orang tua asuhnya, penyidik menyerahkan kembali anak tersebut kepada orang tua, wali, atau orang tua asuhnya.
- (3) Apabila menurut hasil pemeriksaan, penyidik berpendapat bahwa anak sebagaimana dimaksud dalam ayat (1) tidak dapat dibina lagi oleh orang tua, wali atau orang tua asuhnya, penyidik menyerahkan anak tersebut kepada Departemen Sosial setelah mendengar pertimbangan dari Pembimbing Kemasyarakatan.

Jadi berdasarkan penjelasan dari Pasal tersebut adalah bahwa anak yang belum berumur 8 tahun (tidak memenuhi batas usia minimum) tetapi melakukan suatu tindakan pidana tertentu, maka ada 2 (dua) alternatif tindakan yang dapat diberikan kepada anak tersebut. Pertama, diserahkan kepada orang tua, wali atau orang tua asuhnya, jika anak tersebut masih dapat dibina; Kedua, diserahkan kepada Departemen Sosial jika anak tersebut tidak dapat dibina oleh orang tua, wali atau orang tua asuhnya.

Sejumlah psikolog menyatakan bahwa individu yang berusia 12 tahun ke bawah sebaiknya tidak diadili berdasarkan undang-undang kejahatan orang dewasa sementara mereka berusia 17 tahun ke atas berlaku sebaliknya. Psikolog juga merekomendasikan bahwa individu yang berusia antara 13 hingga 16 tahun diberi beberapa jenis penilaian individual untuk menentukan apakah mereka sebaiknya diadili di pengadilan remaja atau pengadilan orang dewasa. Kerangka kerja ini secara keras menentang penentuan pengadilan yang dibuat hanya berdasarkan usia pelanggar dan perlunya mempertimbangkan perkembangan kematangan pelanggar. *Society for Adolescent Medicine* baru-baru ini menyatakan bahwa hukuman mati sebaiknya tidak diterapkan untuk remaja.³³

j. Stressor Pada Anak Berhadapan Hukum Saat Menghadapi Putusan Pengadilan

Rasa ketidaknyaman dan terkurung yang dirasakan oleh narapidana anak tersebut membuat narapidana anak merasakan adanya tekanan, sehingga menjadikan narapidana anak merasakan *stress*. Apabila narapidana anak tidak dapat melakukan suatu proses adaptasi,

³³ John W. Santrock, *Remaja: Adolescence Eleventh Edition*, (Jakarta: Erlangga, 2007), hlm. 256.

maka lingkungan baru dimana narapidana remaja berada akan membuat narapidana anak mudah mengalami *stress*.³⁴

Kehidupan ketika berada di dalam penjara atau di luar penjara sangat berbeda. Kebebasan yang anak dapatkan di luar lingkungan penjara, tidak sama dengan keadaan di dalam penjara. Keadaan yang tidak nyaman tersebut dapat menimbulkan *stress* bagi sebagian besar narapidana, khususnya narapidana anak. Hakikatnya bagi individu yang menyangang status narapidana anak perlu melakukan penyesuaian diri.

H. Metode Penelitian

Sebagai upaya untuk memperoleh kebenaran, harus didasari oleh proses berpikir ilmiah yang dituangkan dalam metode ilmiah. Adapun metode dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kualitatif, yaitu merujuk dari pengertian kualitatif dan bahan kajian serta masalah dalam penelitian yang menyelidiki suatu fenomena sosial dan masalah manusia.³⁵ Penelitian ini mendiskripsikan hasil dari rumusan masalah yakni bagaimana *coping stress* pada tiga anak berhadapan dengan hukum tersebut, yang sudah dipaparkan secara deskriptif dan apa adanya oleh tiga anak berhadapan dengan hukum yang kemudian diolah. Selain itu metode

³⁴ Aljanata Gusti Patria Nagara, Skripsi: *Strategi Coping Stress Pada Narapidana Remaja Di Lapas Anak Kelas IA Kutoarjo*, (Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2017), hlm. 2-3.

³⁵ Juliansyah Noor, *Metode Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi dan Karya Ilmiah*, (Jakarta: Kencana, 2011), hlm. 34.

kualitatif dapat memberikan rincian yang kompleks tentang fenomena yang sulit diungkapkan oleh metode kuantitatif.³⁶

Dengan cara demikian yang dituju dalam penelitian ini adalah interpretasi atas apa yang terkandung dalam sebuah teks dan bukannya menghasilkan angka-angka darinya. Interpretasinya sendiri disampaikan melalui laporan-laporan naratif yang terperinci mengenai persepsi, pemahaman atau penuturan para subjek terhadap *stress* dan *coping* yang dilakukan oleh anak berhadapan dengan hukum saat menghadapi putusan pengadilan.

2. Subjek dan Objek Penelitian

a. Subjek Penelitian

Subjek penelitian yang dimaksud dalam penelitian ini adalah para informan atau sumber data, yaitu orang-orang yang merespon atau menjawab pertanyaan-pertanyaan penelitian. Maka yang menjadi subjek penelitian ini adalah:

1) Tiga anak berhadapan dengan hukum yaitu dengan kriteria:

- a) Sedang menjalani proses hukum, belum mendapatkan putusan vonis hukuman
- b) Berada di BPRSR Yogyakarta yang baru masuk, pertengahan dan paling lama.

Berdasarkan kriteria di atas, maka penulis mendapatkan rekomendasi tiga subjek anak berhadapan dengan hukum dari 40

³⁶ Anselm Strauss dan Juliet Corbin, *Dasar-Dasar Penelitian Kualitatif: Tatalangkah Dan Teknik-Teknik Teoritis Data*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), hlm. 5.

ABH oleh Peksos yakni didapat: DM (17 tahun) kasus pertama, berada di BPRSR sudah 6 bulan sedang menunggu putusan pengadilan. DR (15 tahun) kasus pertama berada di BPRSR sudah 1 bulan sedang menunggu putusan pengadilan. FD (16 tahun) kasus ketiga, berada di BPRSR sudah 8 bulan sedang menunggu putusan pengadilan.

- 2) Dua Pekerja sosial (Peksos) yaitu Bapak Sutoyo selaku koordinator Peksos dan Ibu Suryani, karena kedua peksos ini yang menaungi ketiga subjek anak berhadapan dengan hukum.
- 3) Seorang Psikolog yang bernama Ibu Dewi, yang ikut serta dalam mendampingi perkembangan psikis anak berhadapan dengan hukum.
- 4) Dua Pramus Sosial (Pramsos) yaitu Ibu Lia dan Ibu Tami, karena kedua Pramsos tersebut yang paling dekat dengan ketiga subjek dan mendampingi anak berhadapan dengan hukum untuk kegiatan keseharian selama berada di BPRSR Sleman Yogyakarta.

b. Objek Penelitian

Adapun yang menjadi objek penelitian ini adalah bentuk *coping stress* yang dilakukan oleh anak berhadapan hukum dalam menghadapi putusan pengadilan di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta.

3. Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data sebuah teknik yang dilakukan oleh peneliti agar dapat mempermudah penulis dalam mencari data untuk membuat penelitian ilmiah yaitu:

a. Observasi

Observasi adalah metode atau cara-cara menganalisis dan mengadakan pencatatan secara sistematis mengenai tingkah laku dengan melihat atau mengamati individu atau kelompok secara langsung. Metode ini digunakan untuk melihat dan mengamati secara langsung keadaan di lapangan agar peneliti memperoleh gambaran yang lebih luas tentang permasalahan yang diteliti.³⁷ Cara atau metode tersebut pada umumnya ditandai dengan pengamatan tentang apa yang benar-benar dilakukan oleh individu, dan membuat pencatatan-pencatatan secara subjektif mengenai apa yang diamati.

Melalui observasi, deskripsi objektif dari individu dalam hubungannya yang aktual satu sama lain dan hubungan mereka dengan lingkungannya dapat diperoleh. Dengan mencatat tingkah laku dan ekspresi mereka yang timbul secara wajar/tanpa dibuat-buat, teknik observasi menjamin proses pengukuran (evaluasi) itu tanpa merusak atau mengganggu kegiatan-kegiatan dari kelompok atau individu yang diamati.³⁸ Jenis observasi yang dilakukan ialah observasi non partisipan. Observasi non partisipan peneliti tidak

³⁷ Basrowi & Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2008), hlm. 93.

³⁸ *Ibid*, hlm. 95.

terlibat langsung dan hanya sebagai pengamat independen. Peneliti mencatat, menganalisis dan selanjutnya dapat membuat kesimpulan tentang perilaku subjek.³⁹

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode observasi terus terang atau tersamar,⁴⁰ artinya peneliti dalam melakukan pengumpulan data menyatakan terus terang kepada subjek penelitian sebagai sumber data/*key informan*. Tetapi, dalam suatu saat peneliti juga tidak terus terang atau tersamar dalam melaksanakan observasi, hal ini untuk menghindari kalau suatu data yang dicari masih dirahasiakan. Kemungkinan kalau dilakukan dengan terus terang data tidak akan digali. Metode ini digunakan oleh peneliti untuk mengamati tingkah laku dan kegiatan yang dilakukan oleh anak berhadapan hukum untuk mengatasi *stress* saat menghadapi putusan pengadilan di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Bina Remaja Yogyakarta.

b. Wawancara

Jenis wawancara yang digunakan ialah wawancara semi terstruktur, yaitu teknik wawancara ini memungkinkan peneliti dan subjek untuk terlibat dalam suatu dialog dimana pertanyaan-

³⁹ *Ibid*, hlm. 109.

⁴⁰ M. Junaidi Ghony dan Fauzan Almanshur, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Ar Ruzz Media, 2012), hlm. 165.

pertanyaan bisa dimodifikasi sesuai dengan jawaban subjek sehingga peneliti tidak perlu bertanya secara runtut.⁴¹

Pada wawancara semi terstruktur, peneliti merancang serangkaian pertanyaan dalam suatu pedoman wawancara, akan tetapi pedoman tersebut digunakan untuk menuntun dan bukan untuk mendikte wawancara tersebut. Dengan demikian ada upaya untuk membangun hubungan dengan responden, urutan pertanyaan tidak terlalu penting sifatnya, pewawancara lebih bebas untuk meneliti wilayah-wilayah menarik yang muncul, pewawancara bisa mengikuti minat atau perhatian subjek.

c. Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah metode pengumpulan data kualitatif dengan melihat atau menganalisis dokumen-dokumen yang dibuat dan dimiliki oleh subjek sendiri atau oleh orang lain tentang subjek. Dokumen digunakan sebagai sumber data karena dalam banyak hal dokumen sebagai sumber data dimanfaatkan untuk menguji, menafsirkan, bahkan untuk meramalkan.⁴²

Dalam penelitian ini metode dokumentasi yang digunakan meliputi; arsip foto kegiatan, buku pedoman rehabilitasi, dokumen data pribadi anak berhadapan dengan hukum, buku terkait profil Balai. Guna melihat data-data yang ada yang terkait dengan penelitian tentang perilaku yang dilakukan oleh anak berhadapan hukum dalam

⁴¹ Jonathan A Smith, *Dasar-Dasar Psikologi Kualitatif Pedoman Praktis Metode Penelitian*, (Bandung: Nusa Media, 2009), hlm. 74.

⁴² *Ibid*, hlm. 217.

mengatasi *stress* saat menghadapi putusan pengadilan di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta.

4. Metode Analisis Data

Analisis data merupakan usaha (proses) memilih, memilah, membuang, menggolongkan data. Data mentah yang telah dikumpulkan peneliti tak akan berguna jika tidak dianalisis. Data mentah yang telah dikumpulkan perlu ditipologikan ke dalam kelompok-kelompok, serta disaring sedemikian rupa untuk menjawab masalah dan untuk menguji hipotesis.⁴³ Dalam menganalisis data penulis menggunakan cara analisis data kualitatif Miles dan Huberman mencakup tiga kegiatan yang bersamaan yaitu sebagai berikut:

a. Reduksi data

Reduksi data merupakan proses pemilihan, pemusatan perhatian, pengabstraksian dan pentransformasian data kasar dari lapangan. Proses ini berlangsung selama penelitian dilakukan, dari awal sampai akhir penelitian. Pada awal, misalnya; melalui kerangka konseptual, permasalahan, pendekatan pengumpulan data yang diperoleh. Selama pengumpulan data, misalnya membuat ringkasan, kode, mencari tema-tema, menulis memo, dan lain-lain. Reduksi merupakan bagian dari analisis, bukan terpisah. Fungsinya untuk memajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu, dan mengorganisasi sehingga interpretasi bisa ditarik. Dalam proses

⁴³ Basrowi & Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2008), hlm. 192.

reduksi ini peneliti benar-benar mencari data yang benar-benar valid. Ketika peneliti menyangsikan kebenaran data yang diperoleh akan dicek ulang dengan informan lain yang dirasa peneliti lebih mengetahui.

b. Penyajian data

Sekumpulan informasi tersusun yang memberi kemungkinan untuk menarik kesimpulan dan pengambilan tindakan. Bentuk penyajiannya antara lain berupa teks naratif, matriks, grafik, jaringan dan bagan. Tujuannya adalah untuk memudahkan membaca dan menarik kesimpulan. Oleh karena itu, sajiannya harus tertata secara bagus. Penyajian data juga merupakan bagian dari analisis, bahkan mencakup pula reduksi data. Dalam proses ini peneliti mengelompokkan hal-hal yang serupa menjadi kategori atau kelompok satu, kelompok dua, kelompok tiga, dan seterusnya. Masing-masing kelompok tersebut menunjukkan tipologi yang ada sesuai dengan rumusan masalahnya. Masing-masing tipologi terdiri atas sub-sub tipologi yang bisa jadi merupakan urutan, atau prioritas kejadian. Dalam tahap ini penulis juga melakukan *display* (penyajian) data secara sistematis, agar lebih mudah untuk dipahami interaksi antar bagian-bagiannya dalam konteks yang utuh bukan segmentasi atau fragmental terlepas satu dengan lainnya. Dalam proses ini, data diklasifikasikan berdasarkan tema-tema inti.

c. Menarik kesimpulan atau verifikasi

Penarikan kesimpulan hanyalah sebagian dari satu kegiatan dari konfigurasi yang utuh. Kesimpulan-kesimpulan juga diverifikasi selama penelitian berlangsung. Makna-makna yang muncul dari data harus selalu diuji kebenaran dan kesesuaiannya sehingga validitasnya terjamin. Dalam tahap ini, peneliti membuat rumusan proposisi yang terkait dengan prinsip logika, mengangkatnya sebagai temuan penelitian, kemudian dilanjutkan dengan mengkaji secara berulang-ulang terhadap data yang ada, mengelompokkan data yang telah terbentuk, dan proposisi yang telah dirumuskan. Langkah selanjutnya yaitu melaporkan hasil penelitian lengkap, dengan ‘temuan baru’ yang berbeda dari temuan yang sudah ada.

5. Metode Keabsahan Data

Metode keabsahan data (uji kredibilitas data) terhadap data penelitian dapat dilakukan melalui perpanjangan pengamatan, meningkatkan ketekunan dalam penelitian, triangulasi data, diskusi teman sejawat, analisis kasus negatif dan atau *member check in*.⁴⁴ Metode keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik triangulasi data. Teknik triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain.⁴⁵

Teknik triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi sumber dan waktu, yaitu membandingkan serta mengecek

⁴⁴ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2015), hlm. 121.

⁴⁵ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2016), hlm. 330.

kembali validitas informasi yang didapat dengan membandingkan temuan data hasil observasi, wawancara dan dokumentasi serta mengecek kembali validitas data dengan *informan* yang masih berkaitan dengan *informan* penelitian.



BAB IV

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis bab terdahulu dapat diambil kesimpulan bahwa, bentuk *coping stress* yang digunakan anak berhadapan dengan hukum saat menghadapi putusan pengadilan pada tiga subjek anak berhadapan dengan hukum di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta menggunakan bentuk *coping stress emotional focused coping*, yaitu ketiga subjek mencari dukungan emosi kepada orang terdekat seperti keluarga orang tua dan mengikuti semua kegiatan dan keterampilan yang ada di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta.

B. Saran

Dari pemahaman yang peneliti dapatkan, mengenai *coping stress* yang digunakan anak berhadapan dengan hukum saat menghadapi putusan pengadilan di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Yogyakarta, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Yogyakarta, hasil penelitian yang dilakukan peneliti saat wawancara dengan subjek dan beberapa petugas yang ada di BPRSR Yogyakarta. Lebih memperhatikan komunikasi antar petugas dan klien supaya tidak terjadi miss komunikasi. Sehingga proses rehabilitasi dapat berjalan dengan baik.

2. Bagi Peneliti selanjutnya, penelitian ini mengalami keterbatasan dalam waktu pengumpulan data yang singkat, diharapkan penelitian selanjutnya dapat memanajemen waktu dengan baik.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, Anwar Syarif. 2017. *Penerapan Diversi Terhadap Anak Yang Berhadapan Dengan Hukum Di Pengadilan Negeri Kebumen*, Skripsi tidak diterbitkan: Yogyakarta Jurusan Ilmu Hukum Fak. Syari'ah dan Hukum Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Afrizal. 2014. *Metode Penelitian Kualitatif: Sebuah Upaya Mendukung Penggunaan Kualitatif Dalam Berbagai Disiplin Ilmu*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Allen, Harry E and Clifford E. Simonsen dalam Purniati, Mamik, Sri Supatmi, dan Ni Made Martini Tinduk. 2003. *Correction in America An Introduction, Analisa Situasi Sistem Peradilan Pidana Anak (Juvenile Justice System) di Indonesia*. Jakarta: UNICEF.
- Anggora, M.Toha, dkk. 2007. *Metode Penelitian*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Ar-Rifa'i, Muhammad Nasib. 2011. *Kemudahan dari Allah: Ringkasan Tafsir Ibnu Katsir*. Jakarta: Gema Insani.
- Basrowi & Suwandi. 2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Bungin, Burhan. 2001. *Metodologi Penelitian Sosial*. Surabaya: Air Langga University Press.
- Departemen Agama Al-Quran. 2009. *Al-Quran dan Terjemahannya*. Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema.
- Dinas Sosial DIY, "Balai PRSR". <http://dinsos.jogjaprovo.go.id/balai-prsr/>. Diakses tanggal 8 April 2019. Pukul 23.46 WIB.
- Feldman, Robert S. 2012. *Pengantar Psikologi: Understanding Psychology*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ghony, M. Junaidi & Fauzan Almanshur. 2012. *Metode Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media.
- Hand Wahyu & Ryan Maulana, "8 Remaja Pelaku Klithih di Yogyakarta Dibekuk Polisi", <https://video.tempo.co/read/8479/8-remaja-pelaku-klithih-di-yogyakarta-dibekuk-polisi> (diakses pada 5 Desember 2018, pukul 11:47 WIB)

- Joni, Muhammad & Zulchaina Z Tanamas. 1999. *Aspek Perlindungan Anak Dalam Perspektif Konvensi Hak Anak*. Bandung: PT Citra Aditya Bakti.
- Juljalali, *Peran Peksos Dalam Pendampingan Anak Berhadapan Dengan Hukum Di Yayasan Lembaga Perlindungan Anak (YLPA) DIY*, Skripsi tidak diterbitkan (Yogyakarta Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial Fak. Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2017).
- Mahera, Rifki. 2016. *Coping Stress Pada Pasangan Suami Istri Yang Belum Memiliki Anak (Studi Kasus Pada Tiga Pasutri Di Yogyakarta)*, Skripsi tidak diterbitkan (Yogyakarta Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fak. Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga).
- Moleong, Lexy J. 2016. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Muhyiddin, Asep & Asep Salahudin. 2006. *Salat: Bukan Sekadar Ritual*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nagara, Aljanata Gusti Patria. 2017. Skripsi: "*Strategi Coping Stress Pada Narapidana Remaja Di Lapas Anak Kelas IA Kutoarjo*". Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Noor, Juliansyah. 2011. *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi Dan Karya Ilmiah*. Jakarta: Kencana.
- Pedak, Mustamir. 2009. *Metode Supernol: Menaklukkan Stres*. Jakarta: PT Mizan Publika.
- Quade, Walter Mc dan Ann Aikman. 1991. *Stress: Apakah stress itu? Bagaimanakah stress mempengaruhi kesehatan kita? Bagaimana mengatasi stress?*. Jakarta: Erlangga.
- Rahmi, Nida Maulina. 2016. *Transisi Dan Strategi Coping Ibu Single Parent Akibat Kematian Suami (Studi Kasus Di Dusun Ambarukmo, Kelurahan Caturtunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta)*, Skripsi tidak diterbitkan (Yogyakarta Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial Fak. Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga).
- Rasaid, M. Nur. 2003. *Hukum Acara Perdata*. Jakarta: Sinar Grafika Offset.

- Safaria, Triantoro & Nofrans Eka Saputra. 2009. *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Santrock, John W. 2007. *Remaja: Adolescence Eleventh Edition*. Jakarta: Erlangga.
- Shihab, M.Quraish. 2006. *Wawasan Al-Quran Tentang Zikir dan Doa*. Jakarta: Lentera Hati.
- Smith, Jonathan A. 2009. *Dasar-Dasar Psikologi Kualitatif Pedoman Praktis Metode Penelitian*. Bandung: Nusa Media.
- Soesilo. 2008. *Kitab Undang-Undang Pidana dan Kita Undang-Undang Hukum Acara Pidana, BAB III: Tentang Hal-Hal Yang Menghapuskan, Mengurangi atau Memberatkan Pidana Pasal 45*. T.t.: Gama Press.
- Soetodjo, Wagiaty. 2010. *Hukum Pidana Anak*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Siswati, Triana Indah & Abdurrohman, "Masa Hukuman dan Stres Pada Narapidana", *Proyeksi*, Vol. 4, No. 216 November 2018.
- Strauss, Anselm & Juliet Corbin. 2003. *Dasar-Dasar Penelitian Kualitatif: Tatalangkah Dan Teknik-Teknik Teoritis Data*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Wade, Carole & Carol Travis. 2007. *Psikologi*. Jakarta: Erlangga.
- Wajdi, Muh. Barid Nizarudin. "Rehabilitasi Anak Berhadapan Dengan Hukum Dalam Perpektif Agama (Studi Kasus Metode Pengembangan Mental Spiritual Anak Lembaga Penyelenggaraan Kesejahteraan Sosial Anak Berhadapan Dengan Hukum (LPKS ABH) di Nganjuk)", *Jurnal Lentera*, Vol. 3, No. 1, 22 Maret 2017.
- Yenjeli, Lusi. *Strategi Coping Pada Single Mother Yang Bercerai*
- Yosep, Iyus. 2010. *Keperawatan Jiwa*. Bandung: Refika Aditama.