

STRATEGI COPING STRES PADA NARAPIDANA LANSIA DI LAPAS

KELAS II B SLEMAN



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam
Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat Memperoleh Gelar**

Sarjana Strata 1

Disusun oleh:

Ihya Ulumuddin

NIM 20102050044

Pembimbing:

Idan Ramdani, M.A.

NIP 19930319 201903 1 009

**PROGRAM STUDI ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA**

2024

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-881/Un.02/DD/PP.00.9/06/2024

Tugas Akhir dengan judul : STRATEGI COPING STRES PADA NARAPIDANA LANSIA DI LAPAS KELAS II B SLEMAN

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : IHYA 'ULUMUDDIN
Nomor Induk Mahasiswa : 20102050044
Telah diujikan pada : Jumat, 31 Mei 2024
Nilai ujian Tugas Akhir : A/B

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

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang
Idan Ramdani, M.A.
SIGNED

Valid ID: 665fde88464b



Penguji I
Ro'fah, MA., Ph.D.
SIGNED

Valid ID: 665fbd052367



Penguji II
Muhammad Izzul Haq, S.Sos., M.Sc.
SIGNED

Valid ID: 665fde128a01b



Yogyakarta, 31 Mei 2024
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 665fe9b4713d

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 589621, Faksimili (0274) 586117
Website : <http://dakwah.uin-suka.ac.id>

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

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

Assalamualaikum Wr.Wb.

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

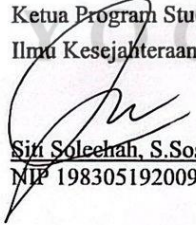
Nama : Ihya Ulumuddin
NIM : 20102050044
Judul Skripsi : Strategi Coping Stres Pada Narapidana Lansia Di Lapas Kelas IIB Sleman

Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan/Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Ilmu Kesejahteraan Sosial.

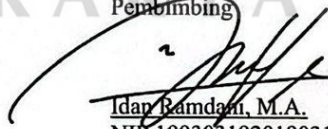
Dengan ini saya berharap agar skripsi tersebut diatas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum Wr.Wb.

Mengetahui,
a.n. Dekan
Ketua Program Studi
Ilmu Kesejahteraan Sosial


Siti Soleehah, S.Sos. I. M.Si
NIP 198305192009122002

Yogyakarta, 21 Mei 2024
Pembimbing


Idan Ramdani, M.A.
NIP 199303192019031009

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ihya Ulumuddin
HIM : 20102050056
Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Sosial
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: **Strategi Coping Stres Pada Narapidana Lansia Di Lapas Kelas IIB Sleman** adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

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

Yogyakarta, 21 Mei 2024

Yang menyatakan,

Ihya Ulumuddin

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NIM.20102050044

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan dengan rasa syukur dan penghargaan yang mendalam kepada:

1. Diri sendiri, yang telah berjuang melewati setiap tahap dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga jerih payah dan perjuangan ini memberikan hasil yang bermanfaat bagi perkembangan diri dimasa yang akan datang.
2. Orangtua tercinta, yang selalu memberikan doa, dukungan, cinta, dan pengorbanan tanpa batas. Segala jerih payah dan pengorbanan mereka menjadi sumber inspirasi bagi perjalanan hidup saya, termasuk dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Almamater tercinta, Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, tempat saya mendapatkan pengetahuan dan pengalaman yang berharga. Terima kasih saya ucapkan kepada seluruh dosen, staf, dan teman-teman seperjuangan atas dukungan yang telah mereka berikan selama masa studi saya.

Semoga skripsi ini dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu dan kesejahteraan sosial, serta menjadi bukti pengabdian dalam menjalani perjalanan akademik di UIN Sunan Kalijaga.

MOTTO

“Fa inna ma'al-'usri yusrā”

(Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan)

Q.S Al Insyirah ayat 5

“Talent without working hard is nothing”

(Bakat tanpa kerja keras bukanlah apa-apa)

-Cristiano Ronaldo

“Never stop dreaming, it's something free”

(Jangan berhenti bermimpi, karena itu gratis)

-Kylian Mbappe

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Alhamdulillahirabbil'alamin, segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya sehingga penelitian skripsi berjudul "Strategi Coping Stres Pada Narapidana Lansia Di Lapas Kelas IIB Sleman" dengan tujuan untuk memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1) dapat terselesaikan.

Penulis mengucapkan terimakasih kepada segala pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini yaitu:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Prof. Dr. Marhumah, M.Pd selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Siti Solechah, S.Sos.I., M.Si selaku Ketua Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak Dr. Asep Jahidin, S.Ag., M.Si selaku Dosen Pembimbing Akademik yang selalu memberikan arahan selama perkuliahan berlangsung.
5. Bapak Idan Ramdani, M.A. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang tak lelah memberikan bimbingan dan arahan sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan.

6. Bapak Kelik Sulistyanto selaku Kepala Lapas Kelas IIB Sleman yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian ini.
7. Bapak Ady Saputra, A.Md. IP. Selaku Kepala Seksi Binadik dan Giatja Lapas Kelas IIB Sleman yang telah memberikan bimbingan dan pendampingan selama penelitian.
8. Segenap Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial yang telah memberikan ilmu selama menempuh pendidikan di bangku perkuliahan. Semoga menjadi amalan yang tak pernah putus dan mendapatkan balasan dari Allah SWT.
9. Seluruh narapidana yang telah berkenan menjadi informan pada penelitian ini, semoga selalu diberikan hidayah dalam menjalani kehidupan.
10. Teman-teman prodi Ilmu Kesejahteraan Sosial Angkatan 2020 yang telah memberikan dukungan dan dorongan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.

Peneliti sangat menyadari segala keterbatasan yang dimiliki sehingga penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu peneliti terbuka atas kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan penelitian ini.

Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan pembaca pada umumnya. Aamiin.

Wassalamu'alaikum warahmatullai wabarakatuh

ABSTRAK

Lembaga pemasyarakatan bertujuan untuk membantu narapidana dalam proses pemulihan baik secara fisik maupun mental agar dapat kembali berintegrasi ke dalam masyarakat. Sesuai dengan Pasal 2 Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 serta aturan perlakuan khusus bagi narapidana lansia sesuai dengan Pasal 3 Peraturan Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia Nomor 32 Tahun 2018, Lapas Kelas IIB Sleman menjalankan program pembinaan kemandirian dan kepribadian baik bagi narapidana umum atau narapidana lansia. Namun, Lapas Kelas IIB Sleman mengalami masalah over kapasitas yang menghambat pelaksanaan program pembinaan dengan optimal, terutama bagi narapidana lansia yang lebih rentan terhadap stres.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk-bentuk stres yang dialami narapidana lansia di lapas kelas IIB Sleman dan menggambarkan strategi coping stres narapidana lansia di Lapas Kelas IIB Sleman. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif untuk menganalisis strategi coping stres narapidana lansia di Lapas Kelas IIB Sleman, dengan melibatkan 5 narapidana lansia sebagai informan utama. Teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa narapidana lansia mengalami stres yang bersumber pada lingkungan. Stres dikategorikan stres sedang dan berat dengan dampak fisik dan psikis, seperti gangguan tidur dan isolasi sosial. Strategi coping yang dominan adalah strategi coping berfokus pada emosi (*positive reappraisal*), dengan didukung strategi coping berfokus pada masalah (*seeking social support*), yang membantu menciptakan makna positif dan mendapatkan dukungan dari luar.

Kata kunci : *Strategi Coping Stres, Narapidana Lansia, Lapas Kelas IIB Sleman.*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
MOTTO.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan dan Kegunaan.....	8
1. Tujuan Penelitian.....	8
2. Kegunaan Penelitian.....	8
D. Kajian Pustaka.....	9
E. Kerangka Teori	13
1. Tinjauan Tentang Stres	13
2. Tinjauan Tentang Narapidana.....	18

3. Tinjauan Tentang Lansia.....	19
4. Strategi Coping Stres.....	21
5. Intervensi Pekerja Sosial Koreksional.....	26
F. Metode Penelitian.....	27
1. Jenis Penelitian	28
3. Subjek dan Objek Penelitian	28
4. Metode Pengumpulan Data	30
5. Teknik Analisis Data.....	32
6. Keabsahan Data.....	33
6. Sumber dan Jenis Data	34
G. Sistematika Pembahasan	35
BAB II GAMBARAN UMUM LEMBAGA	37
A. Profil Lembaga.....	37
1. Sejarah Berdiri.....	37
2. Letak Geografis	38
3. Tujuan dan Fungsi	39
4. Visi dan Misi.....	40
5. Landasan Hukum.....	41
6. Struktur Organisasi.....	42
7. Program	46
8. Sasaran Program.....	47
9. Pendanaan Lembaga.....	47
B. Profil Subjek.....	48

BAB III STRATEGI COPING STRES PADA NARAPIDANA LANSIA DI LAPAS KELAS II B SLEMAN	52
A. Bentuk-Bentuk Stres	52
B. Strategi Coping Stres.....	65
BAB IV PENUTUP	74
A. Kesimpulan	74
B. Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA.....	77
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	80

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kriteria subjek penelitian	29
Tabel 2 Bentuk-Bentuk Stres Narapidana Lansia di Lapas Kelas IIB Sleman	52
Tabel 3 Strategi Coping Stres Narapidana Lansia di Lapas Kelas IIB Sleman	65



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Letak Geografis.....	38
Gambar 2 Struktur Organisasi.....	42



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lembaga pemasyarakatan atau biasa disingkat lapas adalah suatu organisasi yang mengelola berbagai program rehabilitasi bagi narapidana mencakup pembinaan secara fisik maupun pembinaan secara rohani dengan tujuan membantu integrasi narapidana agar hidup normal kembali ke masyarakat.¹ Lembaga pemasyarakatan memiliki peran penting dalam menampung, membina, dan merawat narapidana. Sebagai bagian dari sistem hukum, lapas bertanggung jawab atas kegiatan penahanan, pembinaan, dan pengawasan narapidana selama menjalani hukuman pidana. Narapidana dapat mencakup berbagai kelompok usia termasuk narapidana lansia.

Jumlah narapidana di Indonesia mencapai 266,782 orang per 24 Januari 2024.² Dengan tingginya angka tersebut menyebabkan lembaga pemasyarakatan sering menghadapi tantangan dalam memberikan pembinaan bagi warga binaan, termasuk narapidana lansia didalamnya. Salah satu tantangan yang dihadapi di lapas adalah over kapasitas sehingga pembinaan yang berjalan kurang memberikan dampak signifikan secara khusus bagi narapidana. Hal itu menyebabkan tingkat stres yang tinggi di kalangan narapidana. Overkapasitas di lingkungan penjara dapat

¹ Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman, "Sejarah Pemasyarakatan." Lapas Sleman, <https://lapassleman.kemenkumham.go.id>, diakses tanggal 23 Desember 2023. (Sari, 2021)

² Sistem Database Pemasyarakatan Publik, Direktorat Jenderal Pemasyarakatan, Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia, <https://sdppublik.ditjenpas.go.id/>, diakses tanggal 24 Januari 2024.

meningkatkan tingkat stres dan gangguan mental di kalangan narapidana karena kondisi hidup yang penuh sesak, kurangnya privasi, dan keterbatasan akses terhadap fasilitas dasar.³ Selain itu overkapasitas seringkali memicu ketegangan interpersonal dan meningkatnya insiden kekerasan, yang semuanya berkontribusi terhadap peningkatan stres di kalangan narapidana.⁴

Stres pada narapidana dapat dipicu karena tuntutan dari tubuh, lingkungan dan sosial yang kemudian menyebabkan narapidana mengalami tekanan.⁵ Situasi di dalam lapas dapat menyebabkan timbulnya stres pada narapidana lansia. Gejala yang kerap kali terjadi yaitu perasaan ketidakpuasan terhadap hidup, perasaan tidak berguna atau bersalah, kesulitan tidur, gangguan memori dan konsentrasi, serta rasa kelelahan.⁶ Narapidana lansia memiliki risiko lebih tinggi mengalami stres karena memiliki kebutuhan yang berbeda dengan narapidana pada umumnya. Tantangan fisik dan psikologis yang dihadapi narapidana lansia seperti masalah kesehatan dan penurunan fisik dapat memicu terjadinya stres lebih cepat.

Hasil observasi awal menunjukkan bahwa kondisi stres pada narapidana lansia di Lapas Kelas IIB Sleman sangat signifikan. Beberapa narapidana lansia mengalami gejala stres seperti gangguan tidur, kecemasan berlebihan, dan ketidakmampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan penjara. Kesulitan adaptasi

³ Haney, C., "Reforming Punishment: Psychological Limits to the Pains of Imprisonment" (Washington, DC: American Psychological Association, 2006), hlm. 133-135.

⁴ Jiang, S., & Winfree, L. T., "The Relationship Between Overcrowding and Inmate Misconduct: A Multilevel Analysis" (Justice Quarterly, 2006), hlm. 157-159.

⁵ O. Welta dan I. M. Agung, "Kesesakan dan Masa Hukuman dengan Stres pada Narapidana", Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang), vol. 8: 1 (Tahun 2017), hlm. 62.

⁶ Sari, R. N., dan Wibowo, P. "Faktor psikologis yang mempengaruhi tingkat kesehatan mental pada narapidana lansia di rutan kelas IIB Trenggalek." *Justitia: Jurnal Ilmu Hukum dan Humaniora*, vol. 8: 1 (Tahun 2021), hlm.1629.

ini juga disebabkan oleh keterbatasan fasilitas di lapas, termasuk akses terbatas terhadap layanan konseling yang tidak berjalan rutin karena keterbatasan sumber daya manusia. Sehingga lapas sering kali membutuhkan SDM dari luar untuk menjalankan program-program konseling dan pembinaan.⁷

Karena keterbatasan akses dan kondisi hidup di lapas, strategi coping yang digunakan narapidana lansia umumnya terbatas seperti mengikuti program-program yang disediakan oleh lapas. Program-program ini sering kali tidak dirancang khusus untuk memenuhi kebutuhan khusus narapidana lansia, sehingga efektivitasnya dalam membantu mereka mengatasi tekanan mental dan emosional yang mereka hadapi kurang optimal. Narapidana lansia cenderung pasif dan hanya mengikuti arahan program yang ada, tanpa adanya pendekatan coping yang lebih spesifik atau personal.⁸

Lapas Kelas IIB Sleman melakukan kegiatan pembinaan kemandirian dan kepribadian sebagai bagian dari sistem pemasyarakatan yang memiliki fungsi sesuai dengan Pasal 2 Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 yaitu sistem pemasyarakatan berfungsi menyiapkan Warga Binaan Pemasyarakatan agar dapat berintegrasi secara sehat dengan masyarakat, sehingga dapat berperan kembali sebagai anggota masyarakat yang bebas dan bertanggung jawab.⁹ Selain itu terdapat peraturan perlakuan khusus terhadap narapidana lansia diatur dalam Pasal 3

⁷ Observasi terhadap Narapidana di Lapas Kelas IIB Sleman, 3 November 2023.

⁸ *Ibid.*,

⁹ Undang-Undang Nomor 22 Tahun 2002 tentang Pemasyarakatan, pasal 2.

Permenkumham Nomor 32 Tahun 2018 tentang Perlakuan Bagi Tahanan dan Narapidana Lanjut Usia yakni:

- a. Pemberian bantuan akses keadilan
- b. Pemulihan dan pengembangan fungsi sosial
- c. Pemeliharaan dan peningkatam derajat keamanan
- d. Perlindungan keamanan dan keselamatan¹⁰

Dengan adanya peraturan tersebut menunjukkan bahwa narapidana lansia merupakan kelompok prioritas yang harus mendapatkan perlakuan khusus dalam pembinaan. Oleh karena itu, kegiatan pembinaan kemandirian dan kepribadian yang berjalan diharapkan dapat memenuhi kebutuhan khusus bagi lansia agar tidak mengalami stres.

Dalam menjalankan program pembinaan narapidana berusia lanjut, Lapas Kelas IIB Sleman mengalami tantangan berupa kapasitas, di mana fasilitas yang seharusnya menampung 225 narapidana saat ini telah terisi oleh 340 narapidana.¹¹ Berdasarkan hasil observasi pra-penelitian, terdapat 15 narapidana lansia yang tercatat di data registrasi, akan tetapi karena over kapasitas, terdapat beberapa lansia yang ada di luar blok lansia dan tidak tercatat data registasi.¹² Selain itu, terdapat penelitian oleh Avandi Hasil penelitiannya mengungkapkan beberapa tantangan yang dihadapi, antara lain rendahnya partisipasi narapidana lanjut usia dalam

¹⁰ Permenkumham Nomor 32 Tahun 2018 tentang Perlakuan Bagi Tahanan dan Narapidana Lanjut Usia, pasal 3 ayat (1-4)

¹¹ Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman, "Walau Hunian Sangat Padat, Lapas Cebongan Tetap Tata Hunian Supaya Nyaman." Lapas Sleman, <https://lapasleman.kemenkumham.go.id/berita-utama/walau-hunian-sangat-padat-lapas-cebongan-tetap-tata-hunian-supaya-nyaman>, diakses tanggal 26 Desember 2023.

¹² Observasi terhadap lingkungan Lapas Kelas IIB Sleman, tanggal 14 Desember 2023

kegiatan pembinaan, kondisi kesehatan fisik yang memprihatinkan, akses terbatas terhadap layanan kesehatan yang berkualitas, serta kebutuhan akan peningkatan sumber daya manusia untuk mengoptimalkan pelaksanaan program pembinaan.¹³

Dengan demikian, realitanya meskipun telah diterapkan program pembinaan kepribadian dan kemandirian, terdapat kesadaran bahwa program tersebut belum sepenuhnya memenuhi kebutuhan khusus narapidana lansia. Hal itu membuat narapidana lansia di Lapas Kelas II B Sleman menghadapi tingkat stres yang lebih tinggi dikarenakan kurangnya pembinaan khusus untuk membantu mereka mengatasi tantangan yang mereka hadapi.

Penelitian ini dilakukan sebagai syarat pemenuhan tugas akhir Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial. Permasalahan stres pada narapidana lansia dapat ditinjau dari perspektif keilmuan kesejahteraan sosial. Pekerja sosial sebagai profesi utama pada bidang ilmu kesejahteraan sosial, memiliki keselarasan dengan tujuan lembaga permasyarakatan yaitu mempersiapkan narapidana agar bisa integrasi ke masyarakat. Menurut Charles Zastrow, pekerjaan sosial merupakan profesi yang bertujuan untuk membantu individu, kelompok, atau komunitas dalam meningkatkan atau memulihkan kemampuan mereka dalam berfungsi sosial serta menciptakan kondisi masyarakat yang mendukung pencapaian tujuan mereka.¹⁴ Terdapat profesi khusus pekerjaan sosial yang menangani permasalahan terkait pembinaan narapidana yaitu pekerjaan sosial koreksional.

¹³ Avandi, N. S., dan Subroto, M, "Implementasi Program Pembinaan Terhadap Narapidana Lanjut Usia Di Lapas Kelas IIB Sleman", *Jurnal Hukum Samudra Keadilan*,18(Khusus), hlm. 297.

¹⁴ Charles Zastrow, *Introduction to Social Work and Social Welfare*, ed. 10 (Belmont: Brooks/Cole, 2010), hlm. 5.

Pekerjaan sosial koreksional merupakan sebuah profesi yang memiliki peranan penting dalam memberikan bantuan kepada individu yang tengah menghadapi masalah hukum, dengan fokus pada upaya koreksi dan rehabilitasi yang dilakukan oleh para pekerja sosial.¹⁵ Pekerja sosial koreksional memiliki peran penting sebagai konselor bagi narapidana. Mereka membantu para narapidana untuk menyadari dan memahami kesalahan yang telah mereka perbuat. Selain itu, pekerja sosial koreksional juga berupaya untuk menghilangkan berbagai perasaan negatif yang mungkin dirasakan oleh narapidana. Mereka memberikan bimbingan dan berbagai alternatif solusi yang konstruktif, dengan tujuan membantu narapidana menjalani proses rehabilitasi dan reintegrasi ke dalam masyarakat dengan lebih baik.¹⁶ Salah satu cara pendekatan dalam konseling pekerja sosial koreksional dapat menggunakan strategi coping stres.

Dalam upaya rehabilitasi narapidana di Lapas Kelas IIB Sleman, strategi coping stres sebagai salah satu fokus dari ilmu kesejahteraan sosial memiliki peran penting khususnya bagi narapidana lansia. Strategi coping stress dapat membantu individu untuk mengatasi dan pulih dari pengalaman-pengalaman stres yang pernah mereka alami. Dengan menerapkan strategi ini, kesehatan mental mereka dapat meningkat, pikiran menjadi lebih jernih, serta kondisi mental menjadi lebih sehat dan stabil. Proses pemulihan ini memungkinkan mereka untuk lebih baik dalam

¹⁵ Firdaus, I. Wali Pemasarakatan Di Lembaga Pemasarakatan [Lapas] Narkotika Iia Cipinang Ditinjau Dari Perspektif Pekerjaan Sosial Koreksional. *EMPATI: Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, vol 9: 2, hlm. 165.

¹⁶ *Ibid.*, hlm. 7.

menghadapi tantangan sehari-hari dan menjaga kesejahteraan psikologis mereka secara keseluruhan.¹⁷

Dengan mengetahui bentuk stres dan bagaimana narapidana lansia di Lapas Kelas IIB Sleman merespons stres, penulis dapat memberikan paparan strategi coping yang diterapkan. Dengan demikian narapidana lansia dapat mengevaluasi strategi yang selama ini mereka terapkan atau memilih penerapan strategi coping baru yang lebih efektif. Dengan implementasi strategi coping stres yang efektif tersebut dapat membantu dalam meningkatkan kesejahteraan mental untuk mengelola stres dengan lebih baik dan meningkatkan kemampuan adaptasi terhadap tantangan di lapas dan masa penuaan. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu kesejahteraan sosial yakni coping stres, akan tetapi juga memiliki dampak nyata dalam meningkatkan kesejahteraan narapidana lansia dan mengoptimalkan pelayanan di lembaga pemasyarakatan.

B. Rumusan Masalah

Guna membatasi ruang lingkup permasalahan dalam penelitian, maka berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan peneliti mengambil dua rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apa saja bentuk stres yang dialami narapidana lansia di Lapas Kelas IIB Sleman?

¹⁷ Umjani, S. U, dkk., “Dampak Positif Coping Stress terhadap Kesehatan Mental Remaja”, *Journal of Islamic Guidance and Counseling*, vol 1: 2 (Tahun 2022), hlm 115.

2. Bagaimana strategi coping stres narapidana lansia di Lapas Kelas IIB Sleman?

C. Tujuan dan Kegunaan

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk-bentuk stres yang dialami narapidana lansia di lapas kelas IIB Sleman dan menggambarkan strategi coping stres narapidana lansia di Lapas Kelas IIB Sleman.

2. Kegunaan Penelitian

a. Kegunaan teoritis:

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu kesejahteraan sosial dengan memperluas pemahaman tentang bagaimana narapidana lansia menghadapi stres melalui teori coping stres.

b. Kegunaan praktis:

Melalui penerapan strategi coping stres yang efektif dapat membantu narapidana lansia dalam meningkatkan kesejahteraan mental untuk mengelola stres dengan lebih baik dan meningkatkan kemampuan adaptasi terhadap tantangan di lapas dan masa penuaan. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi panduan untuk pengembangan program intervensi yang tepat sasaran bagi Lapas Kelas IIB Sleman secara khusus dan untuk lembaga permasyarakatan lain pada umumnya.

D. Kajian Pustaka

Untuk mendapatkan gambaran pada penelitian yang telah dilakukan, pada kesempatan ini dikaji beberapa hasil penelitian terdahulu sebagai berikut:

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Anna Ari Santi dari Universitas Kristen Satya Wacana, dengan judul penelitian skripsi “Stres Dan Strategi Coping Pada Narapidana Wanita Di Lembaga Permasyarakatan Kelas II A Wanita Semarang”. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi gejala stres, sumber stres, dan strategi coping narapidana wanita. Dengan metode kualitatif, wawancara dan observasi dilakukan pada tiga narapidana wanita, memenuhi kriteria usia di atas 21 tahun, masa hukuman lama, dan tinggal di dalam lapas lebih dari dua tahun. Hasil menunjukkan gejala stres fisiologis dan emosional serupa, dengan perbedaan pada gejala kognitif dan interpersonal. Sumber stres berasal dari diri sendiri dan keluarga, sementara lingkungan dan masyarakat tidak terlihat berperan.¹⁸

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Aljanata Gusti Patria Nagara dari Universitas Muhammadiyah Surakarta, dengan judul penelitian skripsi “Strategi Coping Stress Pada Narapidana Remaja Di Lapas Anak Kelas IA Kutoarjo”. Penelitian ini menggunakan metode fenomenologi kualitatif, melibatkan empat narapidana remaja yang dipilih secara purposive random sampling, serta satu informan pendukung. Analisis data dilakukan dengan narasi deskriptif, sementara data diperoleh melalui wawancara dan observasi. Temuan penelitian menunjukkan

¹⁸ Anna Ari Santi, “*Stres Dan Strategi Coping Pada Narapidana Wanita Di Lembaga Permasyarakatan Kelas IIA Wanita Semarang*”, Skripsi (Semarang: Fakultas Psikologi Program Studi Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga, 2015), hlm.26.

bahwa strategi coping narapidana remaja di lapas anak lebih berfokus pada emosi. Narapidana remaja memilih strategi coping ini untuk melupakan hukuman, melibatkan kegiatan seperti bermain musik, menyanyi, membuat ketrampilan tangan, menonton TV, dan berkumpul dengan sesama narapidana remaja.¹⁹

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Annisa Dewi Novianti dari UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, dengan judul penelitian skripsi “Dinamika Coping Stress Pada Narapidana Baru Di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Malang”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi kasus, mengeksplorasi coping stress pada tiga Narapidana Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Malang yang baru dijatuhi vonis. Metode pengumpulan data melibatkan wawancara dan observasi pada subjek serta teman dekat mereka. Hasil menunjukkan perbedaan dalam proses coping stress, dengan sumber stress utama terkait kurangnya adaptasi dengan lingkungan Lapas. Faktor-faktor coping stress melibatkan dukungan sosial, keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial, dan aspek materi, sedangkan jenis coping stress yang dominan adalah emotional focused coping.²⁰

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Khoirotul Ilmiyah dari Universitas Merdeka Malang, dengan judul jurnal penelitian “Strategi Coping Stress Pada Narapidana Kasus Pembunuhan Di Lapas Kelas I Malang”. Penelitian ini

¹⁹ Aljanata Gusti Patria Nagara, “*Strategi Coping Stress Pada Narapidana Remaja Di Lapas Anak Kelas IA Kutoarjo*”, Skripsi (Surakarta: Fakultas Psikologi Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2017), hlm.9.

²⁰ Annisa Dewi Novianti, “*Dinamika Coping Stress Pada Narapidana Baru Di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Malang*”, Skripsi (Malang: Fakultas Psikologi Universitas Maulana Malik Ibrahim Malang, 2022), hlm.97.

menganalisis stres dan strategi coping narapidana kasus pembunuhan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Malang. Dua narapidana, vonis di atas 10 tahun, satu tahun menjalani hukuman. Hasil menunjukkan keduanya mengalami gejala stres, dengan perbedaan pada jenis gejala. Subjek satu fokus pada gejala fisik, subjek dua lebih pada gejala emosional. Strategi coping subjek satu melibatkan positive appraisal dan aspek religius, sementara subjek dua menggunakan restraint coping, menahan diri sampai kesempatan tepat.²¹

Kelima, penelitian berjudul “Stres pada Narapidana Perempuan Pelaku Pembunuhan Berencana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Semarang” yang diteliti oleh Nona Apungchris F Oiladang dan S. A Kristianingsih. Penelitian ini fokus pada sumber stres narapidana perempuan pelaku pembunuhan berencana. Dengan metode kualitatif dan data dari wawancara serta observasi pada dua narapidana perempuan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Semarang. Kedua narapidana memiliki gejala stres emosional, kognitif, dan fisiologis. Meskipun keduanya mematuhi peraturan dan memiliki hubungan baik di dalam lapas, perbedaan muncul pada subjek kedua yang memiliki gejala fisiologis karena penyakit kronis. Strategi coping yang digunakan keduanya melibatkan berdoa, kegiatan di Lapas, dan mengikuti program pengembangan diri.²²

²¹ Khoirotul Ilmiyah, “Strategi Coping Stress Pada Narapidana Kasus Pembunuhan Di Lapas Kelas I Malang”, Skripsi (Malang: Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang, 2029), hlm.38.

²² Nona Apungchris dan Kristianingsih “Stres pada Narapidana Perempuan Pelaku Pembunuhan Berencana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Semarang”, Jurnal Psikologi Konseling, vol. 20: 1 (Juni, 2022), hlm. 1301.

Berdasarkan kajian penelitian terdahulu, terdapat persamaan dalam penelitian mengenai strategi coping stres, dengan perbedaan terutama pada tempat, subjek, dan hasil penelitian. Namun, penelitian terkait bentuk stres dan penerapan strategi coping stres pada narapidana lansia masih terbatas karena beberapa alasan. Pertama, populasi narapidana lansia relatif kecil dibandingkan dengan populasi narapidana secara keseluruhan, sehingga kurang menjadi fokus penelitian. Kedua, kompleksitas masalah kesehatan fisik dan mental yang dihadapi narapidana lansia seringkali memerlukan pendekatan multidisiplin yang lebih mendalam dan sulit untuk diimplementasikan. Ketiga, keterbatasan akses data dan partisipasi narapidana lansia dalam penelitian mempersempit ruang lingkup kajian.

Penelitian yang secara spesifik merujuk pada strategi coping stres narapidana lansia, khususnya di Lapas Kelas IIB Sleman, belum dibahas. Hal ini penting mengingat konteks wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta yang memiliki jumlah lansia yang tinggi. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik DIY tahun 2022, persentase penduduk lansia di DIY mencapai 15,03% dari total populasi, menjadikannya salah satu provinsi dengan proporsi lansia tertinggi di Indonesia.²³

Oleh karena itu, penulis menganggap bahwa penelitian ini memiliki urgensi dan kontribusi penting dalam literatur penelitian coping stres narapidana. Penelitian ini tidak hanya melengkapi literatur strategi coping stres pada narapidana lansia di lembaga pemasyarakatan, tetapi juga memberikan wawasan khusus bagi penanganan stres lansia khususnya di Daerah Istimewa Yogyakarta dengan populasi

²³ Badan Pusat Statistik DIY. (2022). *Statistik Penduduk Lanjut Usia*. Diakses pada 3 Juni 2024, dari <https://yogyakarta.bps.go.id>.

lansia yang besar. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi pengembangan kebijakan dan program yang lebih efektif dalam mendukung kesejahteraan narapidana lansia di Indonesia.

E. Kerangka Teori

1. Tinjauan Tentang Stres

a. Pengertian Stres

Menurut Lazarus, stres adalah suatu keadaan di mana terdapat ketidakseimbangan antara tuntutan dari lingkungan dan kemampuan individu untuk memenuhi tuntutan tersebut. Ketika seseorang merasa bahwa sumber daya yang dimilikinya tidak cukup untuk mengatasi tekanan dari lingkungannya, maka kondisi stres akan muncul.²⁴ Sarafino menggambarkan stres sebagai kondisi yang terjadi ketika ada ketidakcocokan antara tuntutan, baik fisik maupun psikologis, dengan kemampuan individu untuk mengatasinya. Stres dapat muncul dalam berbagai bentuk dan melalui proses yang melibatkan interaksi dinamis antara individu dan lingkungannya.²⁵ Sedangkan menurut Taylor, stres merupakan pengalaman emosional yang negatif dan biasanya diiringi oleh perubahan dalam aspek biokimia, fisiologis, kognitif, dan perilaku individu. Perubahan-perubahan ini dapat diprediksi dan merupakan respon tubuh terhadap tekanan yang dialami.²⁶

b. Sumber-Sumber Stres

²⁴ Richard S. Lazarus dan Susan Folkman, *Stress, Appraisal, And Coping* (New York: Springer Publishing Company, Inc., 1984), hlm. 21.

²⁵ Sarafino, E. P., dan Smith, T. W, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, ed. 7. (USA: John Wiley & Sons, Inc, 2011), hlm. 55.

²⁶ Shelley E. Taylor, *Health Psychology*, ed. 10. (New York: McGraw-Hill Education, 2018), hlm. 115.

Stres dipengaruhi oleh sumber pemicu stres atau biasa disebut *stressor* yang berbeda-beda oleh tiap individu.²⁷ Menurut Sarafino, sumber stres dapat berasal dari berbagai aspek kehidupan, termasuk dari dalam individu, keluarga, dan masyarakat.

1) Sumber Stres dalam individu:

Stres individu dapat berasal dari kondisi kesehatan yang buruk dan konflik internal yang muncul saat individu menghadapi keputusan sulit.

2) Sumber stres dari keluarga

Keluarga bisa menjadi sumber stres karena penambahan anggota keluarga, konflik pernikahan, perceraian, penyakit, kecacatan, dan kematian dalam keluarga.

3) Sumber stres dari masyarakat

Lingkungan masyarakat dapat menyebabkan stres melalui tuntutan pekerjaan, lingkungan yang tidak stabil, dan diskriminasi berdasarkan ras, etnisitas, atau orientasi seksual.²⁸

c. Jenis Stres

Dilihat dari gejalanya stres menurut Risal dibagi menjadi 3 yaitu:²⁹

1) Stres ringan

Stres ringan adalah jenis tekanan psikologis yang umum dialami oleh hampir semua orang dalam kehidupan sehari-hari. Situasi-situasi seperti

²⁷ *Ibid.*, hlm 116.

²⁸ Sarafino, *Health Psychology*, hlm. 65.

²⁹ Muhammad Risal, S.Kep., Ns., M.Kes, et al., *Ilmu Keperawatan Jiwa*. (Bandung: CV Media Sains, 2020) hlm. 21.

terjebak dalam kemacetan lalu lintas, menerima kritik dari orang lain, atau menghadapi tenggat waktu pekerjaan sering menjadi pemicunya. Meskipun terasa tidak menyenangkan, stres jenis ini kadang-kadang dapat memberikan efek positif. Misalnya, seseorang mungkin menjadi lebih termotivasi untuk menyelesaikan tugas atau menemukan solusi untuk masalah yang dihadapinya. Dengan kata lain, stres ringan dapat berfungsi sebagai pendorong untuk meningkatkan kinerja dan mengasah kemampuan menghadapi tantangan.

2) Stres sedang

Stres sedang cenderung berlangsung lebih lama dibandingkan dengan stres ringan dan sering kali muncul dari masalah yang lebih kompleks. Contoh dari situasi yang dapat memicu stres sedang termasuk konflik dengan rekan kerja, anak yang jatuh sakit, atau ketidakhadiran anggota keluarga yang penting. Gejala yang umum muncul pada jenis stres ini meliputi kesulitan tidur, perasaan tegang yang berkepanjangan, dan kegelisahan yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Individu yang mengalami stres sedang mungkin merasa lebih sulit untuk bersantai dan menemukan keseimbangan dalam hidupnya karena beban emosional yang lebih berat.

3) Stres berat

Stres berat merupakan bentuk tekanan psikologis yang berlangsung dalam jangka waktu yang sangat lama dan sering kali berkaitan dengan masalah-masalah besar yang sulit diatasi. Contoh situasi yang dapat menyebabkan stres berat termasuk konflik pernikahan yang berkepanjangan, masalah

keuangan yang tidak kunjung terselesaikan, atau kehilangan pekerjaan. Stres berat dapat menyebabkan dampak yang sangat signifikan pada kehidupan seseorang. Individu yang mengalaminya mungkin mengalami kesulitan serius dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, mengalami gangguan dalam hubungan sosial, dan penurunan konsentrasi yang drastis. Selain itu, stres berat juga dapat memicu masalah kesehatan fisik dan mental yang lebih serius jika tidak ditangani dengan baik.

d. Dampak Stres

Dampak stres tergantung pada sejauh mana stres tersebut seimbang dengan kemampuan individu untuk mengatasinya.³⁰ Menurut Bob, dampak stres dibagi menjadi dua yaitu secara psikis dan fisik.

1) Dampak psikis

Secara psikis, stres dapat mengakibatkan gangguan emosional dan kognitif diantaranya seperti kekhawatiran, ketakutan, kesedihan, putus asa, depresi hingga rasa ingin bunuh diri.

2) Dampak fisik

Sedangkan secara fisik stres dapat mengakibatkan berbagai penyakit seperti sakit kepala, diare, jantung berdebar hingga kejang-kejang karena ketegangan otot.³¹

³⁰ Gaol, N. T. L, "Teori stres: stimulus, respons, dan transaksional", *Buletin Psikologi*, vol 24: 1 (Tahun 2016), hlm 9.

³¹ Bob Losyk, *Kendalikan Stres Anda!: Cara Mengatasi Stres dan Sukses di Tempat Kerja*. (Jakarta: Gramedia Pustaka, 2007) hlm. 16.

e. Stres di Penjara

Penjara seringkali merupakan lingkungan yang sangat stres dan traumatis bagi narapidana. Trauma di penjara dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kekerasan fisik, pelecehan seksual, isolasi sosial, dan ketidakpastian hukum. Kekerasan fisik dan pelecehan seksual adalah bentuk trauma yang paling nyata dan dapat terjadi antara narapidana atau bahkan melibatkan petugas penjara. Kondisi ini menciptakan lingkungan yang penuh ketegangan dan ketakutan, yang memperparah trauma mental yang dialami oleh narapidana.³²

Isolasi sosial juga merupakan faktor signifikan yang menyebabkan trauma di penjara. Narapidana sering dipisahkan dari keluarga dan teman-teman mereka, yang dapat menyebabkan rasa kesepian yang mendalam. Isolasi ini dapat diperburuk oleh praktik penahanan soliter, yang telah terbukti berdampak negatif pada kesehatan mental, termasuk meningkatkan risiko depresi, kecemasan, dan pikiran untuk bunuh diri. Penelitian menunjukkan bahwa isolasi yang berkepanjangan dapat menyebabkan kerusakan psikologis yang signifikan dan sulit untuk dipulihkan.³³

Ketidakpastian hukum, seperti ketidakpastian mengenai lamanya hukuman atau hasil banding, juga dapat menjadi sumber stres dan trauma yang besar. Narapidana yang tidak yakin dengan masa depan mereka cenderung mengalami kecemasan yang terus-menerus. Kurangnya dukungan psikologis di penjara dapat

³² Haney, C. (2001). The Psychological Impact of Incarceration: Implications for Post-Prison Adjustment. *Crime and Delinquency*, 37(1), 60-74.

³³ Toch, H. (2000). Alleviating the Pain of Imprisonment: A Case for Prison Reform. *Prison Journal*, 80(1), 15-31.

memperparah situasi ini, karena narapidana tidak memiliki akses yang memadai ke layanan kesehatan mental untuk membantu mereka mengatasi trauma yang mereka alami.³⁴

2. Tinjauan Tentang Narapidana

a. Pengertian Narapidana

Menurut UU Nomor 22 Tahun 2002, Narapidana adalah terpidana yang sedang menjalani pidana penjara untuk waktu tertentu dan seumur hidup atau terpidana mati yang sedang menunggu pelaksanaan putusan, yang sedang menjalani pembinaan di lembaga pemasyarakatan.³⁵

b. Hak-Hak Narapidana

Sebagai bagian dari warga binaan, narapidana memiliki hak-hak sebagaimana sudah tercantum dalam UU Pemasyarakatan Pasal 14 ayat 1 yaitu:

- 1) Melakukan ibadah sesuai dengan agama atau kepercayaannya;
- 2) Mendapat perawatan, baik perawatan rohani maupun jasmani;
- 3) Mendapatkan pendidikan dan pengajaran;
- 4) Mendapatkan pelayanan kesehatan dan makanan yang layak;
- 5) Menyampaikan keluhan;
- 6) Mendapatkan bahan bacaan dan mengikuti siaran media massa lainnya yang tidak dilarang
- 7) Mendapatkan upah atau premi atas pekerjaan yang dilakukan;

³⁴ Smith, P. S. (2006). The Effects of Solitary Confinement on Prison Inmates: A Brief History and Review of the Literature. *Crime and Justice*, 34(1), 441-528.

³⁵ Undang-Undang Nomor 22 Tahun 2002 tentang Pemasyarakatan, Pasal 1 Ayat (6)

- 8) Menerima kunjungan keluarga, penasihat hukum, atau orang tertentu lainnya;
- 9) Mendapatkan pengurangan masa pidana (remisi);
- 10) Mendapatkan kesempatan berasimilasi termasuk cuti mengunjungi keluarga;
- 11) Mendapatkan pembebasan bersyarat;
- 12) Mendapatkan cuti menjelang bebas; dan
- 13) Mendapatkan hak-hak lain sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.³⁶

3. Tinjauan Tentang Lansia

a. Faktor Penuaan

Menurut Dr. H. Sudradjat, MSc., dalam buku karya Dewi Pandji berjudul "Menembus Dunia Lansia", ia mengidentifikasi faktor penyebab penuaan baik dari segi internal maupun eksternal.

- 1) Secara internal, faktor-faktor penyebab penuaan termasuk penurunan hormon, paparan radikal bebas, diabetes mellitus, apoptosis (kerusakan sel oleh sel itu sendiri), penurunan imunitas, dan faktor genetik.
- 2) Faktor eksternal, gaya hidup tidak sehat, diet tidak sehat, olahraga tidak sehat, polusi, stres, dan kemiskinan.³⁷

b. Gejala Penuaan

³⁶ Undang-Undang Pemasarakatan Nomor 22 Tahun 1995 tentang Pemasarakatan, pasal 14 ayat (1)

³⁷ Dewi Pandji, *Menembus Dunia Lansia*. (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2012) hlm.3.

1) Secara fisik

gejalanya termasuk kulit kering, keriput, penurunan massa otot, penurunan daya ingat, peningkatan lemak tubuh, sakit pada tulang, dan penurunan daya seksual.

2) Secara psikis

gejala penuaan mencakup penurunan gairah hidup, kecemasan yang lebih mudah muncul, kesulitan tidur, mudah tersinggung, dan perasaan merasa tidak berarti.³⁸

c. Dampak Penuaan

Menurut *World Health Organization* penuaan bisa mengakibatkan

- 1) Penurunan kemampuan fisik dan mental: Penuaan menyebabkan penurunan bertahap dalam kapasitas fisik dan mental seseorang. Ini termasuk penurunan daya ingat, peningkatan risiko penyakit, dan penurunan kemampuan fisik secara umum.
- 2) Peningkatan Risiko Penyakit: Lansia cenderung memiliki risiko yang lebih tinggi mengalami berbagai penyakit kronis seperti diabetes, penyakit jantung, osteoarthritis, depresi, dan demensia.
- 3) Perubahan dalam Pola Hidup: Penuaan sering kali disertai dengan perubahan dalam pola hidup, seperti penyesuaian terhadap kemampuan fisik yang menurun, perubahan dalam pola tidur, dan adaptasi terhadap perubahan sosial dan lingkungan.

³⁸ *Ibid.*, hlm. 4.

- 4) Stigma dan Diskriminasi: Lansia seringkali dianggap sebagai kelompok yang lemah dan menjadi beban bagi masyarakat. Stigma dan diskriminasi terhadap lansia dapat mempengaruhi cara kebijakan dibentuk dan kesempatan yang mereka miliki untuk menjalani kehidupan yang sehat.³⁹

4. Strategi Coping Stres

a. Pengertian Coping

Menurut Taylor, coping adalah proses mengelola tuntutan yang membebani atau melebihi sumber daya seseorang. Upaya coping dipengaruhi oleh sumber daya internal seperti optimisme, kontrol diri, dan harga diri, serta sumber daya eksternal seperti waktu, uang, tidak adanya tekanan hidup yang bersamaan, dan dukungan sosial.⁴⁰ Menurut Lazarus, coping merupakan sebuah konsep yang menyoroti usaha kognitif dan perilaku yang secara terus-menerus berubah dan dilakukan individu untuk mengelola tuntutan-tuntutan spesifik yang dianggap melebihi sumber daya yang dimilikinya, baik itu dari faktor eksternal maupun internal.⁴¹

b. Strategi Coping Stres

Menurut Lazarus dan Folkman, strategi coping terbagi menjadi dua macam yakni:

1.) Strategi coping berfokus pada masalah

Strategi coping berfokus pada masalah merupakan cara atau perilaku untuk menyelesaikan masalah secara langsung. Seseorang biasanya memilih pendekatan ini ketika mereka percaya bahwa masalah yang dihadapi masih berada dalam

³⁹ World Health Organization, "Ageing and health", <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>, diakses tanggal 28 Januari 2024.

⁴⁰ Shelley, *Health Psychology*, hlm. 150.

⁴¹ Lazarus, *Stress, Appraisal, And Coping*, hlm. 141.

kendali mereka dan dapat diatasi. Biasanya, perilaku coping yang berorientasi pada masalah dilakukan ketika seseorang merasa ada langkah-langkah konstruktif yang dapat diambil untuk menghadapi situasi tersebut, atau ketika mereka yakin bahwa sumber daya yang mereka miliki cukup untuk mengubah kondisi yang ada.

Beberapa contoh strategi coping yang berfokus pada masalah meliputi:

- a) *Planful problem solving* adalah tindakan merespons suatu masalah dengan upaya-upaya yang direncanakan dan bertujuan untuk mengubah kondisi yang ada. Strategi ini dilakukan melalui pendekatan analitis dalam pemecahan masalah. Misalnya, seseorang yang menerapkan strategi ini akan berusaha menyelesaikan masalah dengan bekerja secara fokus, menyusun rencana yang matang, dan bersedia mengubah kebiasaan atau gaya hidupnya. Dengan demikian, masalah yang dihadapi dapat diselesaikan secara bertahap dan berkelanjutan.
- b) *Confrontative coping* adalah cara seseorang merespons situasi atau masalah dengan tujuan untuk mengubah keadaan. Strategi ini mencerminkan seberapa besar risiko yang siap mereka ambil. Sebagai contoh, individu yang menggunakan *confrontative coping* akan menghadapi masalah dengan melakukan tindakan yang mungkin melanggar aturan atau norma yang berlaku, meskipun hal tersebut dapat membawa risiko yang cukup signifikan. Strategi ini menunjukkan keberanian dalam mengambil langkah-langkah yang mungkin berbahaya atau menantang demi mencapai penyelesaian masalah.

c) *Seeking social support* strategi coping yang melibatkan usaha individu dalam mencari bantuan dan dukungan dari lingkungan sosial mereka. Hal ini mencakup pencarian informasi, bantuan praktis, dan dukungan emosional dari individu di luar lingkaran keluarga. Sebagai contoh, seseorang yang mengadopsi pendekatan *seeking social support* akan aktif mencari solusi atas masalah yang dihadapinya dengan melibatkan orang-orang di sekitarnya, seperti teman, tetangga, tokoh masyarakat, dan profesional. Bantuan yang mereka cari bisa berwujud bantuan fisik dalam menyelesaikan tugas atau bantuan non-fisik dalam bentuk dukungan moral dan emosional.

2.) Strategi coping berfokus pada emosi

Strategi ini diterapkan melalui upaya-upaya yang bertujuan untuk mengubah respons emosional tanpa secara langsung mengubah sumber stres itu sendiri. Seseorang cenderung menggunakan strategi coping berfokus pada emosi ketika merasa tidak memiliki kemampuan untuk mengubah situasi yang menekan, dan mereka hanya bisa menerima situasi tersebut karena keterbatasan sumber daya yang dimiliki untuk mengatasi situasi tersebut. Contoh strategi berfokus pada emosi meliputi:

a) *Positive reappraisal* (memberi penilaian positif) adalah strategi yang dilakukan dengan merespons suatu masalah dengan memusatkan pada menciptakan makna positif dalam situasi yang menantang dengan tujuan untuk pertumbuhan diri. Salah satu pendekatannya adalah dengan mengubah cara individu menafsirkan situasi stres agar lebih positif.

Contohnya dengan mencari sisi baik dari situasi sulit dan fokus pada aspek-aspek yang dapat mendukung perkembangan pribadi, seperti melibatkan diri dalam aktivitas keagamaan.

- b) *Accepting responsibility* (penekanan pada tanggung jawab) adalah strategi coping yang melibatkan kesadaran dan pengakuan akan peran individu dalam menghadapi situasi yang menekan. Hal ini melibatkan penanggung jawaban atas tindakan dan keputusan sendiri, serta komitmen untuk menangani masalah dengan cara yang bertanggung jawab. Dengan menerima tanggung jawab, seseorang dapat merasa lebih kuat dalam menghadapi stres, karena mereka memegang kendali atas bagaimana mereka menanggapi situasi yang menekan.
- c) *Self controlling* (pengendalian diri) adalah cara untuk mengelola stres dengan mengendalikan respons emosional secara langsung, seperti dengan teknik pernapasan, meditasi, atau visualisasi. Tujuannya adalah untuk mengatasi emosi negatif dan menjaga keseimbangan psikologis. Pengendalian diri sebagai bagian dari strategi coping dilakukan dengan mengatur perasaan maupun tindakan untuk menghadapi situasi yang sulit.
- d) *Distancing* (menjaga jarak) adalah suatu pendekatan yang bertujuan untuk menjaga jarak emosional dari permasalahan atau situasi yang menimbulkan stres atau tekanan. Tujuan dari strategi ini adalah untuk mencegah seseorang terbelenggu atau terjebak dalam lingkaran kecemasan atau depresi yang dapat timbul akibat terlalu mendalaminya masalah.

- e) *Escape avoidance* (menghindarkan diri) salah satu cara untuk menghadapi stres atau masalah dengan cara menghindarinya sepenuhnya. Contohnya, individu yang sedang dalam masalah mengabaikan atau menghindari situasi yang menimbulkan stres atau konflik, seperti dengan mengalihkan perhatian mereka ke hal-hal lain atau bahkan menghindari berbicara tentang masalah tersebut sama sekali.⁴²

c. Strategi Coping Narapidana Lansia

Narapidana lansia di penjara sering kali menghadapi tekanan yang tinggi dan harus menggunakan berbagai strategi coping untuk mengatasi tantangan yang mereka hadapi. Salah satu strategi coping yang umum digunakan adalah penggunaan pola pikir positif dan adaptif. Narapidana yang mampu melihat situasi mereka dengan cara yang lebih optimis cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah dan lebih mampu mengatasi tekanan sehari-hari di dalam penjara.⁴³

Selain itu, narapidana lansia juga sering mengandalkan dukungan sosial dari sesama narapidana atau staf penjara untuk mengatasi tekanan. Interaksi sosial yang positif dapat memberikan rasa dukungan, pengertian, dan komunikasi yang diperlukan untuk mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan mental narapidana lansia di dalam lingkungan penjara.⁴⁴

Namun demikian, beberapa narapidana lansia mungkin mengembangkan strategi coping yang kurang sehat, seperti penyalahgunaan zat atau perilaku

⁴² *Ibid.*, hlm. 117-181.

⁴³ Stevens, A. B., & Ward, J. (2012). Cognitive-Behavioral Coping Strategies Among Older Incarcerated Women. *Journal of Offender Rehabilitation*, 51(7), 460-477.

⁴⁴ Fain, T., & Malachowski, C. (2015). Social Support Networks of Older Male Prisoners: Function and Dynamics. *Journal of Offender Rehabilitation*, 54(6), 423-441.

maladaptif lainnya. Faktor-faktor seperti ketidakmampuan untuk mengatasi isolasi sosial atau kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan penjara dapat mempengaruhi pemilihan strategi coping yang digunakan oleh narapidana lansia.⁴⁵ Dalam konteks ini, intervensi yang tepat dari petugas penjara dan pekerja sosial dapat membantu narapidana lansia mengembangkan strategi coping yang lebih adaptif dan meningkatkan kesejahteraan mereka di dalam penjara.⁴⁶

5. Intervensi Pekerja Sosial Koreksional

Pekerja sosial memainkan peran penting dalam memberikan dukungan psikososial kepada narapidana di Lapas. Intervensi pekerja sosial dapat mencakup berbagai layanan, seperti konseling individu dan kelompok, program rehabilitasi, dan layanan dukungan reentry untuk membantu narapidana beradaptasi kembali ke masyarakat setelah masa hukuman. Konseling individu dan kelompok dapat membantu narapidana mengatasi masalah emosional dan psikologis yang mereka hadapi selama di Lapas.⁴⁷

Program rehabilitasi yang dirancang oleh pekerja sosial juga sangat penting. Program ini dapat mencakup pelatihan keterampilan kerja, pendidikan, dan kegiatan rekreasi yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan narapidana dan mempersiapkan mereka untuk hidup setelah penjara. Program-program pekerja sosial di lembaga pemasyarakatan dapat mengurangi tingkat kekambuhan dan

⁴⁵ McKee, M. B., & Farabee, D. (1995). The Coping Behaviors of Older Inmates in a State Prison. *Journal of Applied Gerontology*, 14(2), 202-217.

⁴⁶ Maschi, T., et al. (2006). Examining Trauma and Posttraumatic Stress Disorder Symptoms in Older Adults in Prison. *Journal of Trauma Practice*, 5(1), 1-21.

⁴⁷ Haney, C., *The Psychological Impact of Incarceration: Implications for Post-Prison Adjustment* (New York: Sage Publications, 2001), hlm. 60-74.

membantu narapidana menjalani kehidupan yang lebih produktif setelah dibebaskan.⁴⁸

Pekerja sosial juga berperan untuk memberikan dukungan guna mempersiapkan kembali narapidana untuk reintegrasi ke masyarakat. Dukungan bertujuan membantu narapidana dalam proses transisi dari lapas ke masyarakat. Dukungan ini dapat mencakup bantuan dalam mencari pekerjaan, tempat tinggal, dan layanan kesehatan, serta dukungan emosional dan psikologis. Intervensi pekerja sosial yang efektif dapat membantu narapidana mengatasi stigma sosial dan tantangan yang mereka hadapi setelah dibebaskan.⁴⁹

Di Indonesia, pekerja sosial juga berperan dalam proses rehabilitasi narapidana. Pekerja sosial membantu narapidana dalam mengembangkan keterampilan dan memberikan dukungan psikososial yang diperlukan untuk mengurangi stres dan memperbaiki kesehatan mental.⁵⁰

F. Metode Penelitian

Penelitian adalah kegiatan ilmiah yang memiliki tujuan untuk menganalisis fenomena tertentu dengan menggunakan aturan yang terstruktur secara sistematis.

⁴⁸ Roberts, A. R., & Springer, D. W., *Social Work in Juvenile and Criminal Justice Settings* (Springfield, IL: Charles C Thomas Publisher, 2007).

⁴⁹ Travis, J., & Petersilia, J., *Reentry Reconsidered: A New Look at an Old Question* (Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 2001), hlm. 291-313.

⁵⁰ Supardi, S. (2011). *Peran Pekerja Sosial dalam Rehabilitasi Narapidana di Indonesia*. *Jurnal Penelitian Kesejahteraan Sosial*, 10(1), 45-56.

Metode penelitian merupakan langkah-langkah atau prosedur yang digunakan untuk memperoleh pengetahuan yang bersifat ilmiah.⁵¹

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan tujuan untuk menggambarkan secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai strategi coping stres yang digunakan oleh narapidana lanjut usia di Lapas Kelas IIB Sleman, serta memaparkan fakta-fakta dan karakteristik populasi dalam wilayah tersebut.

2. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini yaitu di lapas kelas IIB Sleman. Penulis memilih untuk meneliti di lapas kelas IIB Sleman karena memiliki jumlah narapidana lansia yang memadai bagi peneliti untuk memperoleh data yang relevan. Proses mendapatkan akses penelitian dimulai dengan pengajuan izin kepada Kementerian Hukum dan HAM (Kemenkumham) DIY melalui platform online yang telah tersedia. Setelah pengajuan, izin resmi kemudian diterbitkan dan dapat diambil secara langsung di institusi. Selanjutnya penulis mengajukan persetujuan penelitian ke Lapas Kelas IIB Sleman yang bersangkutan dengan penelitian. Setelah persetujuan, Peneliti melakukan interaksi dengan petugas Lapas untuk memastikan kepatuhan terhadap semua regulasi dan prosedur yang berlaku dalam mengumpulkan data.

3. Subjek dan Objek Penelitian

a. Subjek Penelitian

⁵¹ Suyitno, Metode Penelitian Kualitatif, Konsep: Prinsip dan Operasionalnya, (Tulungagung: Akademia Pustaka, 2018), hlm. 1.

Pemilihan informan atau subjek penelitian ditetapkan berdasarkan konteks sosial atau isu yang tengah diselidiki dalam penelitian. Subjek penelitian diharapkan dapat menyediakan informasi yang kaya dan rinci. Oleh karena itu, dalam penelitian kualitatif disarankan untuk menggunakan metode pemilihan informan yang terarah (*purposive sampling*)⁵²

Dalam penelitian ini peneliti memfokuskan pada pemahaman mendalam terhadap strategi coping stres yang diterapkan oleh narapidana lansia dalam menghadapi tantangan dalam menjalani kehidupan di Lapas Kelas IIB Sleman. Oleh karena itu peneliti secara terarah (*purposive sampling*) memilih subjek atau informan penelitian berdasarkan kriteria sebagai berikut:

Tabel 1 Kriteria subjek penelitian

Subjek Penelitian	Kriteria
5 Narapidana Lansia di Lapas Kelas IIB Sleman	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berumur lebih dari 60 tahun 2. Bisa berkomunikasi dengan baik 3. Bersedia melakukan wawancara 4. Tidak sedang perawatan

Pemilihan subjek atau informan penelitian dilakukan dengan rekomendasi dari pihak Lapas Kelas IIB Sleman dengan mengikuti prosedur yang berlaku. Sebagai langkah etis, peneliti melakukan pendekatan awal kepada narapidana untuk meminta persetujuan atau *informed consent*. Hal ini dilakukan untuk menghindari adanya tekanan atau keterpaksaan dalam partisipasi mereka dalam penelitian.

⁵² *Ibid.*, hlm. 95.

Selama proses pendekatan ini, peneliti memberikan informasi yang jelas mengenai tujuan penelitian, prosedur yang akan dilakukan, serta hak-hak mereka sebagai peserta penelitian. Narapidana diberikan kesempatan untuk menanyakan pertanyaan dan mempertimbangkan jawaban mereka tanpa adanya tekanan dari pihak peneliti atau pihak lain.

b. Objek Penelitian

Objek penelitian atau permasalahan yang diteliti adalah strategi coping stres narapidana lansia di Lapas Kelas IIB Sleman.

4. Metode Pengumpulan Data

Dalam peneliti menerapkan berbagai metode pengumpulan data yang sesuai dengan tujuan dan masalah penelitian, yaitu:

a. Observasi

Observasi adalah teknik dasar dalam penelitian yang bertujuan untuk mendapatkan gambaran yang tepat tentang fenomena yang diamati. Saat melakukan pengamatan, peneliti mencatat secara objektif apa yang diamati, didengar, atau dirasakan tanpa menyertakan sudut pandang atau pendapat pribadi, sehingga memungkinkan pemahaman yang lebih komprehensif dan menyeluruh tentang fenomena tersebut.⁵³

Dalam penelitian ini, observasi dilakukan secara langsung terhadap narapidana lansia di Lapas Kelas IIB Sleman untuk mengamati tingkah laku dalam menghadapi situasi stres. Observasi dilakukan selama 3 bulan dengan frekuensi 3 kali seminggu. Setiap sesi observasi berlangsung selama 2 jam. Observasi

⁵³ *Ibid.*, hlm. 111.

dilakukan mencakup aspek-aspek seperti interaksi sosial, respon emosional, dan pola perilaku sehari-hari.

b. Wawancara

Wawancara adalah metode pengambilan data yang dilakukan yang melibatkan interaksi lisan dengan beragam bentuk struktur, baik itu terstruktur, semi-terstruktur, maupun tak terstruktur. Pelaksanaan wawancara dapat dilakukan baik secara individu maupun dalam kelompok, dengan metode langsung atau tidak langsung, bertujuan untuk memusatkan perbincangan pada pokok persoalan yang ingin diungkap atau diselesaikan.⁵⁴

Dalam penelitian ini, wawancara dilakukan dengan narapidana lansia untuk mendapatkan informasi lebih mendalam mengenai strategi coping stres yang mereka terapkan. Pertanyaan akan difokuskan pada pengalaman pribadi, pemahaman tentang stres, serta upaya yang dilakukan dalam mengatasi tekanan psikologis di dalam lingkungan lapas. Sebagai informasi pendukung, peneliti juga akan melakukan wawancara kepada petugas pemsarakatan yang bersangkutan.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan mencatat fakta-fakta di lapangan menggunakan lembar catatan khusus.⁵⁵

Dalam penelitian ini, dokumentasi melibatkan pengumpulan data dari catatan-catatan resmi dan dokumen terkait lainnya yang dapat memberikan wawasan tentang strategi coping stres narapidana lansia di Lapas Kelas IIB Sleman.

⁵⁴ *Ibid.*, hlm. 114.

⁵⁵ *Ibid.*, hlm. 116.

5. Teknik Analisis Data

Analisis data kualitatif adalah proses mengkaji fakta-fakta yang ditemukan di lapangan untuk dikembangkan menjadi hipotesis atau teori. Dalam analisis data, kita memusatkan perhatian, merangkum, dan mengorganisasi data dengan cara yang sistematis dan logis agar dapat memberikan jawaban atas suatu permasalahan. Proses analisis data terdiri dari tiga tahapan utama, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.⁵⁶

a. Reduksi Data

Proses ini memfokuskan pada pengabstrakan data mentah agar menjadi informasi yang lebih bermakna.⁵⁷ Pada penelitian ini, data yang dikumpulkan dari awal observasi, wawancara, dan dokumentasi difokuskan dan dirangkum agar menjadi informasi yang bermakna. Selama tahap ini, data mentah dari narapidana lansia dan pegawai lapas diolah untuk mengidentifikasi bentuk-bentuk stres yang dialami dan strategi coping yang digunakan.

b. Penyajian Data

Tahap ini dilakukan dengan mengatur dan menyajikan data dalam bentuk yang mudah dipahami seperti paragraf narasi, tabel, atau diagram.⁵⁸ Pada penelitian ini, data yang telah diringkas kemudian diorganisir dan disajikan dalam bentuk narasi yang jelas dan terstruktur. Penulis juga menyajikan dalam bentuk tabel untuk memperjelas temuan.

c. Penarikan Kesimpulan

⁵⁶ Suryana, Metode Penelitian Kualitatif, Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif, (Universitas Pendidikan Indonesia, 2010), hlm. 40.

⁵⁷ *Ibid.*, hlm. 53.

⁵⁸ *Ibid.*, hlm. 53.

Menyimpulkan data adalah mengambil intisari dari sajian data yang telah terorganisir dalam bentuk pernyataan kalimat yang singkat dan padat tetapi mengandung pengertian luas.⁵⁹

6. Keabsahan Data

Dalam penelitian kualitatif, keabsahan tidak hanya ditentukan oleh validitas dan reliabilitas hasil, tetapi juga sangat bergantung pada objektivitas. Objektivitas ini menjadi sangat penting karena dalam penelitian kualitatif, pewawancara bertindak sebagai instrumen utama yang memiliki kemampuan untuk menginterpretasikan data wawancara dengan sudut pandang pribadi, yang berpotensi menghasilkan subjektivitas.⁶⁰

Keabsahan data dalam penelitian kualitatif dievaluasi melalui uji kredibilitas, yang dirancang untuk mengukur seberapa dapat dipercaya data yang diperoleh. Salah satu cara untuk melakukan uji kredibilitas adalah dengan menggunakan teknik triangulasi.⁶¹

Triangulasi adalah metode yang digunakan untuk meningkatkan kredibilitas informasi dengan membandingkan data yang diperoleh dari berbagai sumber, menggunakan beragam teknik, dan mengumpulkannya pada waktu yang berbeda. Pendekatan ini bertujuan untuk mengurangi potensi bias yang mungkin muncul. Triangulasi dapat dilakukan melalui tiga jenis: triangulasi sumber, yang

⁵⁹ *Ibid.*, hlm. 180.

⁶⁰ Feny Rita, et al., *Metode Penelitian Kualitatif*. (Padang: PT Global Eksekutif Teknologi, 2022) hlm. 178.

⁶¹ *Ibid.*, hlm. 180.

membandingkan data dari berbagai narasumber; triangulasi teknik, yang menggunakan berbagai metode pengumpulan data; dan triangulasi waktu.⁶²

Dalam penelitian ini, peneliti tidak menggunakan triangulasi waktu karena keterbatasan sumber daya dan waktu yang tersedia dan triangulasi sumber dan teknik sudah cukup untuk mencapai validitas dan reliabilitas data. Peneliti menggunakan triangulasi sumber dan teknik. Triangulasi sumber dilakukan kepada petugas pemasyarakatan di lapas kelas IIB Sleman dengan melihat perspektif petugas pemasyarakatan terhadap narapidana lansia, pengamatan terhadap interaksi antar narapidana lansia dan pengalaman pribadi. Untuk triangulasi teknik, peneliti akan menguji kredibilitas data yang dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda yaitu dengan melalui wawancara dan observasi langsung kepada narapidana serta analisis dokumen terkait.

6. Sumber dan Jenis Data

Berdasarkan sumbernya, data dapat dibagi menjadi dua kategori, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer merupakan data yang diperoleh secara langsung oleh peneliti, sedangkan data sekunder adalah data yang diperoleh tidak langsung melalui dokumen atau melalui pihak lain.

a. Sumber Data Primer

Dalam penelitian ini, sumber data primer diperoleh melalui dua metode utama, yaitu wawancara dan observasi langsung. Wawancara mendalam dilakukan dengan narapidana lansia di lapas kelas IIB Sleman untuk memahami secara mendalam strategi coping stres yang mereka terapkan. Selain itu, wawancara juga

⁶² *Ibid.*, hlm. 183.

dilakukan dengan petugas pemasyarakatan untuk memberikan pandangan tambahan mengenai kondisi dan perilaku narapidana lansia. Sedangkan observasi langsung mencakup pengamatan terhadap perilaku narapidana lansia, termasuk interaksi sosial, respon emosional, dan pola perilaku sehari-hari.

b. Sumber Data Sekunder

Dalam penelitian ini, data sekunder diperoleh melalui metode dokumentasi. Penggunaan dokumen dilakukan dengan mematuhi regulasi yang berlaku dan izin dari petugas pemasyarakatan di lapas kelas IIB Sleman dengan menjaga etika dan keamanan data untuk melindungi privasi narapidana lansia.

G. Sistematika Pembahasan

Guna memudahkan pembaca dalam memahami penelitian ini, maka peneliti menyajikan dalam beberapa bab dan sub-sub bab dengan urutan sebagai berikut:

BAB I : Pada bab ini berisi pendahuluan yang meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka, kerangka teori, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

BAB II : Pada bab ini berisi paparan mengenai profil lembaga tempat peneliti melakukan penelitian dan profil informan. Dalam hal ini dijelaskan gambaran umum mengenai Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman dan 5 Informan sebagai subjek penelitian.

BAB III : Pada bab ini berisi paparan data yang diperoleh dari hasil penelitian dan analisis teori yaitu strategi coping stres pada narapidana lansia di lapas kelas IIB Sleman.

BAB IV : Pada bab ini berisi penutup yang meliputi kesimpulan dan saran.



BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti tentang strategi coping stres pada narapidana lansia di Lapas Kelas IIB Sleman, maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut:

Berdasarkan hasil dari penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti tentang strategi coping stres pada narapidana lansia di Lapas Kelas IIB Sleman, maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Bentuk-Bentuk Stres: Narapidana lansia di Lapas Kelas IIB Sleman mengalami stres yang bersumber dari masyarakat, keluarga, serta individu. Akan tetapi stres yang paling dominan adalah bersumber dari masyarakat karena disebabkan oleh kesulitan adaptasi dengan lingkungan lapas. Stres yang umumnya dialami narapidana lansia dikategorikan sebagai stres sedang dan berat. Stres yang dialami menimbulkan dampak fisik seperti gangguan tidur dan penurunan nafsu makan, serta dampak psikis seperti ketidaknyamanan emosional dan isolasi sosial.
2. Penggunaan Strategi Coping Stres: Narapidana lansia mayoritas menggunakan strategi coping berfokus pada emosi (*positive reappraisal*), serta strategi coping berfokus pada masalah (*seeking social support*) sebagai cara pendukung. Strategi ini membantu mereka menciptakan makna positif dalam menghadapi situasi stres terutama melalui kegiatan keagamaan dan mencari dukungan dari luar seperti narapidana lain dan keluarga. Penggunaan strategi coping stres yang tepat

memberikan dampak positif pada kesejahteraan emosional, spiritual, dan sosial narapidana lansia. Mereka menunjukkan peningkatan keyakinan spiritual, perubahan dalam persepsi dan keyakinan positif, serta peningkatan dalam interaksi sosial yang positif.

B. Saran

Berdasarkan temuan lapangan yang telah dikumpulkan, peneliti meyakini bahwa sejumlah hal perlu dipertimbangkan guna meningkatkan kualitas penelitian ini di masa yang akan datang. Berikut ini adalah beberapa rekomendasi yang disusun untuk pihak-pihak terkait sebagai berikut:

1. Saran untuk Penelitian Selanjutnya:

Kepada peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan sampel yang lebih besar dan variasi metode penelitian. Diharapkan dengan adanya penelitian lanjutan dapat mengeksplorasi lebih dalam tentang strategi coping stres pada narapidana lansia dan efektivitas program intervensi yang diimplementasikan. Selain itu, penelitian lanjutan juga dapat memperluas cakupan penelitian dengan memperhitungkan faktor-faktor tambahan yang mungkin mempengaruhi stres dan kesejahteraan narapidana lansia di lingkungan lapas.

2. Saran untuk Pekerja Sosial:

Kepada pekerja sosial terutama pekerja sosial koreksional, disarankan untuk meningkatkan peran aktif dalam menyediakan layanan konseling dan dukungan sosial bagi narapidana lansia. Pekerja sosial harus memastikan bahwa narapidana lansia mendapatkan akses ke program-program pembinaan yang dirancang khusus

untuk mereka, termasuk sesi konseling rutin dan pelatihan keterampilan coping stres. Pekerja sosial juga diharapkan untuk mengembangkan jaringan dengan lembaga-lembaga eksternal guna menyediakan sumber daya tambahan yang dapat mendukung kesejahteraan narapidana lansia.

3. Saran untuk Lembaga:

Kepada pihak Lapas Kelas IIB Sleman, disarankan untuk memperkuat program pembinaan kerohanian yang sudah ada dan mengembangkan program baru yang lebih terarah untuk memenuhi kebutuhan spiritual narapidana lansia. Selain itu, diperlukan pengembangan program intervensi yang lebih luas, termasuk pelatihan keterampilan coping, sesi konseling dan penguatan dukungan sosial di dalam lapas. Peningkatan sarana prasarana seperti blok hunian sehingga dapat dipastikan narapidana lansia berada di blok lansia. Selain itu, akses komunikasi dengan keluarga juga perlu diperhatikan untuk mengurangi stres narapidana yang disebabkan oleh terpisahnya dengan keluarga. Kebijakan lapas juga harus mengatasi masalah overkapasitas, yang telah terbukti berkontribusi pada peningkatan stres narapidana, melalui solusi jangka pendek dan panjang seperti penambahan fasilitas atau kerja sama dengan lapas lain untuk mendistribusikan narapidana.

DAFTAR PUSTAKA

Peraturan Perundang-undangan

Permenkumham Nomor 32 Tahun 2018 tentang Perlakuan Bagi Tahanan dan Narapidana Lanjut Usia. Pasal 3 ayat (1-4).

Undang-Undang Nomor 22 Tahun 2002 tentang Pemasyarakatan. Pasal 1 Ayat (6).

Undang-Undang Pemasyarakatan Nomor 22 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan. Pasal 14 Ayat (1).

Buku

Charles, Zastrow, *Introduction to Social Work and Social Welfare* (Edisi ke 10). Belmont: Brooks/Cole, 2010.

Haney, C., "The Psychological Impact of Incarceration: Implications for Post-Prison Adjustment," *Crime and Delinquency*, 37(1), 2001.

Haney, *Reforming Punishment: Psychological Limits to the Pains of Imprisonment*, Washington, DC: American Psychological Association, 2006.

Jiang, Winfree, L. T, *The Relationship Between Overcrowding and Inmate Misconduct: A Multilevel Analysis*, *Justice Quarterly*, 2006.

Lazarus, Folkman, *Stress, Appraisal, And Coping*, New York: Springer Publishing Company, Inc., 1984.

Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman, *Rencana Strategis (Renstra) Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman periode 2020-2024*.

Losyk, Bob, *Kendalikan Stres Anda! Cara Mengatasi Stres dan Sukses di Tempat Kerja*, Jakarta: Gramedia Pustaka, 2007.

Pandji, Dewi, *Menembus Dunia Lansia*, Jakarta: Elex Media Komputindo, 2012.

Risal, Muhammad, "Ilmu Keperawatan Jiwa", Bandung: CV Media Sains, 2020.

Roberts, Springer, *Social Work in Juvenile and Criminal Justice Settings*, Springfield, IL: Charles C Thomas Publisher, 2007.

Sarafino, Smith, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (Edisi ke-7). USA: John Wiley & Sons, Inc, 2011.

Smith, P. S., "The Effects of Solitary Confinement on Prison Inmates: A Brief History and Review of the Literature," *Crime and Justice*, 34(1), 2006.

Suryana, *Metode Penelitian Kualitatif, Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, Universitas Pendidikan Indoneisa, 2010.

Suyitno, Metode Penelitian Kualitatif, Konsep : Prinsip dan Operasionalnya. Tulungagung: Akademia Pustaka, 2018.

Taylor, Shelley E, Health Psychology, (Edisi ke-10). New York: McGraw-Hill Education, 2018.

Toch, H., "Alleviating the Pain of Imprisonment: A Case for Prison Reform," *Prison Journal*, 80(1), 2000.

Travis, Petersilia, *Reentry Reconsidered: A New Look at an Old Question*, Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 2001.

Jurnal, Skripsi, dan Tesis

Aljanata Gusti Patria Nagara, "Strategi Coping Stress Pada Narapidana Remaja Di Lapas Anak Kelas IA Kutoarjo", Skripsi, Fakultas Psikologi Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2017.

Anna Ari Santu, "Stres Dan Strategi Coping Pada Narapidana Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Wanita Semarang", Skripsi, Fakultas Psikologi Program Studi Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga, 2015.

Annisa Dewi Novianti, "Dinamika Coping Stress Pada Narapidana Baru Di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang", Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Maulana Malik Ibrahim Malang, 2022.

Avandi, Subroto, "Implementasi Program Pembinaan Terhadap Narapidana Lanjut Usia Di Lapas Kelas Iib Sleman", *Jurnal Hukum Samudra Keadilan*, 2023.

Fain, T., & Malachowski, C., "Social Support Networks of Older Male Prisoners: Function and Dynamics," *Journal of Offender Rehabilitation*, 54(6), 2015.

Firdaus, Wali Pemasyarakatan Di Lembaga Pemasyarakatan [Lapas] Narkotika Iia Cipinang Ditinjau Dari Perspektif Pekerjaan Sosial Koreksional, *EMPATI: Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, volume 9: 2, hlm. 165, 2021.

Gaol, N. T. L., "Teori stres: stimulus, respons, dan transaksional", *Buletin Psikologi*, vol 24: 1, 2016.

Khoirotul Ilmiyah, "Strategi Coping Stress Pada Narapidana Kasus Pembunuhan Di Lapas Kelas I Malang", Skripsi, Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang, 2019.

Maschi, T., et al., "Examining Trauma and Posttraumatic Stress Disorder Symptoms in Older Adults in Prison," *Journal of Trauma Practice*, 5(1), 2006.

McKee, M. B., & Farabee, D., "The Coping Behaviors of Older Inmates in a State Prison," *Journal of Applied Gerontology*, 14(2), 1995.

- Nona Apunggris dan Kristianingsih, "Stres pada Narapidana Perempuan Pelaku Pembunuhan Berencana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Semarang", *Jurnal Psikologi Konseling*, vol. 20: 1, Juni, 2022.
- Sari, Wibowo, "Faktor psikologis yang mempengaruhi tingkat kesehatan mental pada narapidana lansia di rutan kelas IIB Trenggalek." *Justitia: Jurnal Ilmu Hukum dan Humaniora*, volume 8:1, 2021.
- Stevens, A. B., & Ward, J., "Cognitive-Behavioral Coping Strategies Among Older Incarcerated Women," *Journal of Offender Rehabilitation*, 51(7), 2012.
- Umjani, "Dampak Positif Coping Stress terhadap Kesehatan Mental Remaja." *Journal of Islamic Guidance and Counseling*, volume 1:2, 2022.
- Welta, Agung, "Kesesakan dan Masa Hukuman dengan Stres pada Narapidana", *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, volume 8:1, 2017.

Website

- Badan Pusat Statistik DIY. (2022). *Statistik Penduduk Lanjut Usia*. Diakses pada 3 Juni 2024, dari <https://yogyakarta.bps.go.id>.
- Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman, "Walau Hunian Sangat Padat, Lapas Cebongan Tetap Tata Hunian Supaya Nyaman." *Lapas Sleman* <https://lapassleman.kemenkumham.go.id/berita-utama/walau-hunian-sangat-padat-lapas-cebongan-tetap-tata-hunian-supaya-nyaman>, diakses tanggal 26 Desember 2023.
- Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman, "Sejarah Permasayarakatan." *Lapas Sleman*, <https://lapassleman.kemenkumham.go.id>, diakses tanggal 23 Desember 2023.
- Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman, "Selayang Pandang Satuan Kerja." *Lapas Sleman*, <https://lapassleman.kemenkumham.go.id>, diakses tanggal 5 Februari 2024.
- Sistem Database Pemasyarakatan Publik, Direktorat Jenderal Pemasyarakatan, Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia, <https://sdppublik.ditjenpas.go.id/>, diakses tanggal 24 Januari 2024.
- World Health Organization, "Ageing and health", <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>, diakses tanggal 28 Januari 2024.