

**DINAMIKA *COPING STRESS* PADA NARAPIDANA BARU DI LEMBAGA  
PEMASYARAKATAN PEREMPUAN KELAS IIA MALANG**

**SKRIPSI**



Oleh :

**ANNISA DEWI NOVIANTI**

**19410108**

**FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS  
ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**2022**

HALAMAN JUDUL

**DINAMIKA *COPING STRESS* PADA NARAPIDANA BARU DI LEMBAGA  
PEMASYARAKATAN PEREMPUAN KELAS IIA MALANG**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang untuk  
memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)



Oleh:

Annisa Dewi Novianti

NIM.19410108

FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2022

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**DINAMIKA *COPING STRESS* PADA NARAPIDANA BARU DI  
LEMBAGA PEMASYARAKATAN PEREMPUAN KELAS IIA MALANG**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**Annisa Dewi Novianti**

**NIM. 19410108**

**Telah Disetujui Oleh:**

**Dosen Pembimbing Skripsi**



**Dr. Yulia Sholichatun, M. Si**

**NIP. 19700724 200501 2 003**

**Mengetahui,**

**Dekan Fakultas Psikologi**

**UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**



**Prof. Dr. Rifa Hidayah, S.Ag., S.Psi., Psikolog, M.Si**

**NIP. 19761128 200212 2 001**

HALAMAN PENGESAHAN

**DINAMIKA *COPING STRESS* PADA NARAPIDAN BARU DI LEMBAGA  
PEMASYARAKATAN PEREMPUAN KELAS IIA MALANG**

Telah di pertahankan di Dewan Penguji  
Pada Tanggal : 2 Januari 2023

Dosen Pembimbing



Dr. Yulia Sholichatun, M. Si

19700724 200501 2 003

Penguji Utama



Dr. Rok Hanimatus Sa'diyah, M. Si

19740518 200501 2 002

Ketua Penguji



Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M. Si

19760512 200312 1 002

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana  
Psikologi pada tanggal 2 Januari 2023

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Maulana Malik Ibrahim Malang



Prof. Dr. Rita Hidayah, S. Ag., S. Psi., Psikolog, M. Si

19761128 200212 2 001

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Annisa Dewi Novianti

NIM : 19410108

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa penelitian ini dibuat dengan judul "**Dinamika Coping Stress pada Narapidana Baru di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang**" adalah benar – benar hasil peneliti sendiri kecuali yang sudah disebutkan dalam kutipandan daftar pustaka, sebagaimana layaknya karya ilmiah. Jika kemudian hari ada yang mengakui dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar – benarnya, dan apabila pernyataan ini tidak benar maka peneliti berhak diberi sanksi.

Malang, 20 Desember 2022

Penulis,



1000  
METERAI  
TEMPEL  
33AKX234742603

Annisa Dewi Novianti

NIM. 19410108

## MOTTO

الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ فَانشُرُوا فَانشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ  
وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

Hai orang-orang beriman apabila dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.

“Mencari ilmu meskipun penuh tangis dan pengorbanan, namun jika kita ikhlas maka kebahagiaan dan keberkahan yang akan kita dapatkan”

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur kehadirat Allah SWT, penulis mempersembahkan skripsi ini kepada :

1. Ucapan terima kasih kepada diri saya sendiri yang sudah berjuang dan bertahan sampai sejauh ini
2. Bapak dan almh. Ibu tercinta yang telah memberikan doa, dukungan, dan semangat sehingga saya bisa sampai berada di titik ini. Nasihat dan motivasi yang selalu diberikan kepada saya juga yang bisa membuat saya kuat untuk menjalani kehidupan
3. Keluarga besar yaitu kakak – kakak kandung saya, kakak – kakak ipar saya, dan keponakan – keponakan saya. Terima kasih atas bantuan dan dukungannya selama ini
4. Teman – teman saya yang tidak bisa saya sebutkan satu – satu. Teman SMA hingga teman di perkuliahan yang sudah selalu memberi dukungan dan menjadi tempat saya berkeluh kesah dan juga selalu menghibur saya
5. Teman – teman satu kelompok PKL di Lapas Perempuan Malang Pungki, Zulfa, Yasmine, Ica. Terima kasih atas bantuan dan dukungannya selama PKL dan penelitian di Lapas
6. Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Malang yang sudah mengizinkan dan memberi kemudahan dalam melakukan penelitian. Terima kasih kepada Bu Tri Anna, Bu Wita, Pak Hamdana, Bu Ayu, Bu Dian, Bu Cita, Pak Buyung, dan Bu Novi serta para subjek penelitian
7. Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim sebagai almamater tercinta

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah saya panjatkan kehadiran Allah SWT. Atas berkat rahmat, nikmat, dan karunia-Nya peneliti telah menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Dinamika Coping stress pada Narapidana Baru di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Malang**”. Shalawat serta salam saya sampaikan kepada Rasulullah Muhammad SAW, yang telah membawa umat manusia dari zaman kebodohan ke zaman terang benderang

Penulisan penelitian ini bertujuan untuk memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana psikologi bagi mahasiswa program S1 di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dari penelitian yang telah dilakuka, oleh sebab itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak untuk kesempurnaan penelitian ini.

Selanjutnya ucapan terima kasih peneliti sampaikan kepada :

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, MA selaku Rektor Universitas Islam negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Prof. Dr. Rifa Hidayah, S.Ag.,S.Psi., Psikolog, M.Si selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Dr. Yulia Sholichatun. M. Si selaku dosen pembimbing yang selalu sabar membimbing dan memberi motivasi selama penelitian
4. Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si. selaku dosen wali yang selalu membimbing dan memberi motivasi selama masa perkuliahan
5. Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang yang sudah mengizinkan dan memberi kemudahan dalam melakukan penelitian. Terima kasih kepada Bu Tri Anna, Bu Wita, Pak Hamlana, Bu Ayu, Bu Dian, Bu Cita, Pak Buyung, dan Bu Novi
6. Subjek penelitian yang sudah bersedia untuk mengikuti proses penelitian pada pengambilan data serta kooperatif selama proses pengambilan data
7. Bapak / Ibu dosen dan seluruh civitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sudah memberikan ilmunyadengan tulus dan ikhlas serta bermanfaat untuk peneliti
8. Semua pihak yang membantu penulisan penelitian ini sehingga bisa selesai.



Akhir kata, peneliti ucapkan terim kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian penelitian ini, semoga penelitian ini dapat bermanfaat untuk semua kalangan.

Malang, 20 November 2022

Penulis,



Annisa Dewi Novianti  
19410108

## DAFTAR ISI

SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAK.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
نيذة مختصرة .....	xv
BAB 1.....	1
PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
BAB 2.....	9
KAJIAN PUSTAKA .....	9
2.1 <i>Coping stress</i> .....	9
2.1.1 <i>Stress</i> .....	11
2.1.2 Aspek <i>Coping stress</i> .....	12
2.1.3 Faktor – Faktor <i>Coping stress</i> .....	15
2.1.4 Bentuk – Bentuk <i>Coping stress</i> .....	16
2.2.5 <i>Coping stress</i> Menurut Pandangan Islam .....	19
2.2 Narapidana Baru .....	21
2.2.1 Hak Narapida .....	22
2.2.2 Kewajiban Narapidana.....	23
2.2.3 Larangan Narapidana .....	24

<b>BAB 3</b> .....	27
<b>METODE PENELITIAN</b> .....	27
<b>3.1 Rancangan Penelitian</b> .....	27
<b>3.2 Batasan Istilah</b> .....	28
<b>3.3 Subjek Penelitian</b> .....	28
<b>3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian</b> .....	29
<b>3.4.1 Lokasi Penelitian</b> .....	29
<b>3.4.2 Waktu Penelitian</b> .....	30
<b>3.5 Jenis dan Sumber Data</b> .....	31
<b>3.6 Teknik Pengumpulan Data</b> .....	32
<b>3.7 Analisis Data</b> .....	33
<b>3.8 Keabsahan Data</b> .....	35
<b>BAB 4</b> .....	37
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	37
<b>4.1 Pelaksanaan Penelitian</b> .....	37
<b>4.2 Hasil Penelitian</b> .....	38
<b>4.2.1 Sumber Stress Narapidana Baru</b> .....	44
<b>4.2.2 Proses <i>Coping Stress</i> Narapidana Baru</b> .....	49
<b>4.2.3 Jenis <i>Coping Stress</i> Narapidana Baru</b> .....	66
<b>4.2.4 Faktor – Faktor yang Memengaruhi <i>Coping Stress</i></b> .....	70
<b>4.3 Pembahasan</b> .....	77
<b>BAB 5</b> .....	98
<b>KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	98
<b>5.1 Kesimpulan</b> .....	98
<b>5.2 Saran</b> .....	100
<b>Daftar Pustaka</b> .....	102
<b>Lampiran</b> .....	105

## DAFTAR SKEMA

No. Skema	Judul Skema	Halaman
1	Sumber stress MCL	46
2	Sumber stress NTW	47
3	Sumber stress FR	49
4	Sumber dan proses coping stress MCL	55
5	Sumber dan proses coping stress NTW	60
6	Sumber dan proses coping stress FR	65
7	Jenis coping stress MCL	67
8	Jenis coping stress NTW	68
9	Jenis coping stress FR	70
10	Factor coping stress MCL	72
11	Factor coping stress NTW	74
12	Factor coping stress FR	76
13	Dinamika coping stress MCL	95
14	Dinamika coping stress NTW	96
15	Dinamika coping stress FR	97

## DAFTAR LAMPIRAN

No. Lampiran	Judul Lampiran	Halaman
1	Panduan wawancara dan observasi	105
2	Hasil Observasi MCL	107
3	Hasil Observasi NTW	110
4	Hasil Observasi FR	112
5	Verbatim dan Koding MCL	114
6	Verbatim dan Koding NTW	127
7	Verbatim dan Koding FR	138
8	Verbatim dan Koding <i>Significant Other</i> MCL	150
9	Verbatim dan Koding <i>Significant Other</i> NTW	153
10	Verbatim dan Koding <i>Significant Other</i> FR	155

## ABSTRAK

**Novianti, Annisa Dewi** (2022). Dinamika Coping Stress pada Narapidana Baru di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Malang. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. **Pembimbing: Dr. Yulia Sholichatun. M. Si**

**Kata Kunci :** narapidana baru, sumber *stress*, factor *coping stress*, proses *coping stress*, *problem focused coping stress*, *emotional focused coping stress*

---

Selama berada di Lapas, ruang gerak narapidana dibatasi dan mereka terisolasi dari masyarakat. Keadaan seperti ini dapat menjadi stresor yang menyebabkan stres pada narapidana. Penelitian ini dilakukan untuk melihat dinamika *coping stress* narapidana baru yang berada di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Kota Malang. Tujuan dari dilakukannya penelitian ini yaitu untuk melihat proses coping stress, sumber stress, jenis coping stress, factor coping stress, dan jenis coping stress yang dilakukan oleh narapidana baru Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan dengan tipe studi kasus sebagai eksplorasi dan memperdalam fenomena social yang terdiri dari perilaku, kejadian, tempat, serta waktu. Subjek penelitian pada penelitian ini yaitu para Narapidana Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang berjumlah 3 orang. Terdapat kriteria khusus dari subjek penelitian ini yaitu Narapidana yang baru dijatuhi hukuman vonis dan baru menjalani 0 – 1/3 masa tahanan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang. Pengumpul data penelitian ini menggunakan metode wawancara dan observasi. Wawancara penelitian tidak hanya dilakukan kepada subjek tetapi juga kepada orang lain yaitu teman dekat subjek

Hasil dari penelitian ini menunjukkan proses coping stress cukup berbeda antara satu subjek dengan yang lain. Sumber stress yang dialami ketiga subjek cenderung karena kurang berhasil eradaptasi dengan lingkungan Lapas. Factor – factor coping stress yang muncul yaitu dukungan sosial, keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial, dan materi. Jenis coping stress yang digunakan oleh ketiga subjek cenderung pada *emotional focused coping*. Hal ini ditunjukkan oleh ketiga subjek yang cenderung menghindari stressor dan mencari pelampiasan yang lain

## ABSTRACT

**Novianti, Annisa Dewi** (2022). Dynamics of Coping Stress on New Convicts in Malang Class IIA Penitentiary. Thesis, Faculty of Psychology, State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang. **Advisor: Dr. Yulia Sholichatun. M.Sc**

**Keywords:** new convicts, sources of stress, coping stress factors, coping stress processes, problem focused coping stress, emotional focused coping stress

---

While in prison, the space for convicts to move is limited and they are isolated from society. Circumstances like this can be a stressor that causes stress in prisoners. This research was conducted to look at the dynamics of coping stress for new convicts who are in Class IIA Women's Penitentiary in Malang City. The purpose of this research is to look at the process of coping stress, sources of stress, types of coping stress, coping stress factors, and types of coping stress carried out by new inmates of Class IIA Malang Women's Correctional Institution.

This research uses a qualitative approach with the type of case study as an exploration and deepening of social phenomena consisting of behavior, events, place, and time. The research subjects in this study were 3 prisoners in Class IIA Malang Women's Correctional Institution. There are specific criteria for the subject of this study, namely convicts who have just been sentenced and have just served 0 – 1/3 of their detention period in Class IIA Malang Women's Penitentiary. The data collectors in this study used interview and observation methods. Research interviews were not only conducted with the subject but also with other people, namely the subject's close friends

The results of this study indicate that the process of coping with stress is quite different from one subject to another. The source of stress experienced by the three subjects tended to be due to their lack of success in adapting to the prison environment. Stress coping factors that appear are social support, problem solving skills, social skills, and materials. The type of stress coping used by the three subjects tends to be emotional focused coping. This is shown by the three subjects who tend to avoid stressors and seek other outlets

## نبذة مختصرة

نوفيانتي ، أنيسة ديوي (2022). ديناميات التعامل مع الضغوط على المحكوم عليهم الجدد في سجن مالانج من الفئة كلية علم النفس جامعة الدولة الإسلامية مولانا مالك إبراهيم مالانج. المستشار: د. يوليا شوليشاتون. ماجستير. IIA. الكلمات المفتاحية: المدانون الجدد ، مصادر التوتر ، عوامل الضغط ، التعامل مع الضغوط ، مشكلة التركيز على التأقلم ، الإجهاد العاطفي المركز على التأقلم

أثناء وجودهم في السجن ، تكون المساحة المتاحة للمدانين للتحرك محدودة وهم معزولون عن المجتمع. يمكن لظروف مثل هذه أن تكون ضغوطاً تسبب التوتر لدى السجناء. تم إجراء هذا البحث للنظر في ديناميات مواجهة الإجهاد في مدينة مالانج. الغرض من هذا البحث هو النظر في عملية IIA للمدانين الجدد الموجودين في سجن النساء من الفئة مواجهة الإجهاد ، ومصادر التوتر ، وأنواع الإجهاد ، والتعامل مع عوامل الإجهاد ، وأنواع ضغوط المواجهة التي يقوم بها زملاء جدد في مؤسسة إصلاحية مالانج للنساء من الفئة

يستخدم هذا البحث نهجاً نوعياً مع نوع دراسة الحالة كاستكشاف وتعميق للظواهر الاجتماعية المكونة من السلوك من مؤسسة مالانج IIA والأحداث والمكان والزمان. كان موضوع البحث في هذه الدراسة 3 سجينات في الفئة النسائية الإصلاحية. هناك معايير محددة لموضوع هذه الدراسة ، وهي المدانين الذين حُكم عليهم للتو وقضوا للتو 0 - استخدم جامعو البيانات في هذه الدراسة أساليب IIA Malang من فترة احتجازهم في سجن النساء من الفئة 1/3 المقابلة والملاحظة. لم يتم إجراء المقابلات البحثية فقط مع الموضوع ولكن أيضاً مع أشخاص آخرين ، وبالتحديد أصدقاء الموضوع المقربين

تشير نتائج هذه الدراسة إلى أن عملية التعامل مع الإجهاد تختلف تمامًا من موضوع إلى آخر. يميل مصدر التوتر الذي يعاني منه الأشخاص الثلاثة إلى عدم نجاحهم في التكيف مع بيئة السجن. عوامل التعامل مع الإجهاد التي تظهر هي الدعم الاجتماعي ، ومهارات حل المشكلات ، والمهارات الاجتماعية ، والمواد. يميل نوع التعامل مع الضغط الذي تستخدمه الموضوعات الثلاثة إلى التركيز على التأقلم العاطفي. يظهر هذا من قبل الأشخاص الثلاثة الذين يميلون إلى تجنب الضغوطات والبحث عن منافذ أخرى

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Ketika seseorang melakukan tindak pidana kemudian akan diadili di pengadilan negeri dan setelah mendapatkan putusan dari hakim maka orang tersebut akan menjalani hukuman pidana. Menjalani hukuman pidana merupakan suatu hal yang sangat berat bagi setiap manusia. Salah satu hukuman pidana yang sering dijalani bagi orang yang melakukan tindak pidana yaitu pemenjaraan. Pemenjaraan dilakukan kepada terpidana dengan tujuan untuk memberikan efek jera dan selama menjalani masa hukuman, terpidana diberikan pembinaan secara rutin di dalam Lapas agar mereka yang menjalani hukuman bisa tetap berkembang dan ketika masa tahanan sudah selesai bisa diterima masyarakat dan kembali berkegiatan normal.

Seseorang yang menjalani hukuman karena melakukan tindak pidana disebut dengan narapidana. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia narapidana adalah orang yang sedang menjalani hukuman karena tindak pidana. Menurut Kitab Undang – Undang Hukum Acara Pidana pasal 10 Narapidana adalah predikat lazim diberikan kepada orang yang terhadapnya dikenakan pidana hilang kemerdekaan, yakni hukuman penjara (kurungan). Di dalam undang – undang tentang pemasyarakatan Pasal 1 ayat (7) Narapidana adalah terpidana yang menjalani pidana hilang kemerdekaan di Lapas. Sedangkan Lembaga Pemasyarakatan yang selanjutnya disebut LAPAS menurut undang



– undang tentang pemasyarakatan pasal 1 ayat (3) yaitu tempat untuk melaksanakan pembinaan Narapidana dan Anak Didik Pemasyarakatan.

Kondisi di dalam Lapas sangat berbeda dengan kondisi diluar. Di dalam Lapas narapidana harus bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan, budaya, dan karakter orang – orang baru dan tentunya berbeda. Data yang tertulis di situs [dataindonesia.id](http://dataindonesia.id) , per April tahun 2022 Indonesia menduduki peringkat 4 jumlah narapidana terbanyak di Asia menurut *World Prison Brief* dengan total 278.849 orang. Sedangkan di Lapas Perempuan Kelas II A Kota Malang, total narapidana dan tahanan menurut data di Sistem Data Pemasyarakatan Publik per Bulan September tahun 2022 tercatat sebanyak 531 orang, yang mana ini merupakan *overcapacity*. Jumlah kapasitas yang dapat ditampung oleh Lapas Perempuan Kelas IIA Kota Malang yaitu sebanyak 164 sehingga kelebihan kapasitas yang ditampung yaitu 367 orang.

Selama tiga minggu melakukan asesmen berupa wawancara dan observasi serta pemberian kuisioner, peneliti menemukan bahwa 8 dari 10 narapidana baru mengalami *stress* selama tinggal di Lapas. Mereka mengalami kesulitan dalam menghadapi perubahan dalam hidup mereka dan juga harus melakukan adaptasi dengan lingkungannya seperti harus tinggal bersama dengan orang asing bagi mereka dengan perbedaan budaya, karakter, dan kebiasaan. Kondisi Lapas yang *overcapacity* juga dapat menjadi *stressor* bagi tahanan baru. Selain itu, jumlah vonis yang dijatuhkan kepada narapidana baru juga menjadi salah satu *stressor* bagi mereka selama tinggal di Lapas. Ada beban tersendiri bagi mereka yang harus meninggalkan dunia luar seperti harus meninggalkan keluarga dan pekerjaan. Tidak jarang diantara mereka adalah tulang punggung keluarga.

Bagi narapidana baru, menjadi penghuni baru di Lapas sangat berat. Menurut keterangan beberapa narapidana baru yang pernah peneliti wawancara sebelumnya, mereka sulit beradaptasi di dalam Lapas. Setelah dua minggu tinggal didalam sel penalin (pengenalan lingkungan) mereka akan dipindahkan ke dalam blok dan mulai tinggal bersama dengan narapidana lainnya baik itu yg lama atau yang baru juga sama seperti mereka. Narapidana baru mulai bisa melakukan aktifitas seperti narapidana lain seperti mengikuti kegiatan pondok pesantren, sholat berjamaah, piket blok, mendapatkan bon, dan lain sebagainya. Namun, tidak semua narapidana lama bisa menerima kedatangan narapidana baru. Beberapa dari mereka bahkan ada yang merasa mendapatkan diskriminasi dari narapidana lama, perlakuan tidak adil hingga ada yang sampai pada tahap perundungan. Beberapa narapidana baru merasa selalu disalahkan oleh narapidana lama atas apapun yang mereka lakukan. Contoh kecilnya adalah ketika narapidana baru mandi, baru masuk kamar mandi selama 5 menit sudah diteriaki oleh narapidana lama diminta untuk segera menyelesaikan mandinya dan keluar kamar mandi.

Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti selama kurang lebih tiga minggu, kondisi di Lapas memang memberikan tekanan tersendiri kepada narapidana khususnya narapidana baru. Ketika baru datang, narapidana baru akan melakukan registrasi terlebih dahulu di ruang registrasi. Mereka akan di data terkait biodata, pendaftaran finger untuk keperluan presensi kegiatan, dan data terkait vonis dan hukuman yang dijalani. Setelah itu, narapidana baru akan diperiksa kesehatannya di Poliklinik serta mendapatkan kebutuhan – kebutuhan primernya seperti baju narapidana dan selimut. Narapidana di Lapas Perempuan Malang tidak diperbolehkan membawa barang pribadi terlalu banyak

seperti baju pribadi hanya diperbolehkan maksimal tiga pasang baju dan tidak boleh membawa serta memakai perhiasan.

Menurut Doelhadi dalam Agnesia, Halim, dan Manurung (2014), selama berada di Lapas, ruang gerak narapidana dibatasi dan mereka terisolasi dari masyarakat. Keadaan seperti ini dapat menjadi stresor yang menyebabkan stres pada narapidana. Solichatun (2011) menjelaskan, respon *stress* muncul dari 4 aspek, yaitu aspek fisiologis yang ditunjukkan dengan adanya ketegangan otot dan imunitas tubuh yang rendah. Kedua aspek kognitif ditunjukkan melalui melemahnya konsentrasi, kecemasan, pesimisme, dan keputusasaan. Ketiga yaitu aspek perilaku ditunjukkan melalui sikap agresif, mudah tersinggung, dan menarik diri. Keempat yaitu aspek afektif ditunjukkan dengan kemarahan, rasa bersalah, dan rasa takut. Salah satu cara untuk mengatasi *stress* yaitu dengan *coping stress*.

Wade dan Travis dalam Rismelina (2020) yang berjudul menjelaskan bahwa *coping stress* merupakan usaha aktif yang dilakukan untuk mengatasi tuntutan ataupun hambatan yang membuat diri stres. Lebih lanjut Lazarus dan Folkman dalam Zahra dan Kawuryan (2015) menjelaskan cara atau strategi *coping* yang berdasarkan pada tujuan masing – masing individu yaitu yang pertama *problem focused coping*, yang artinya memfokuskan pada masalah yang melibatkan usaha yang dilakukan untuk merubah beberapa hal yang menyebabkan *stress (stressor)*. Dalam fokus *coping* terdapat 2 gaya relasional penting yaitu yang satu berfokus pada masalah, yang disebutnya pendekatan *coping*, dan yang lainnya berfokus pada emosi, yang disebutnya *coping* penghindaran. Bentuk – bentuk dari *problem focused coping* yaitu *active coping*, *planning*, *restraint coping*, *seeking social support for instrumental reasons*, dan *suppressing of competing*

*activitie*. Cara yang kedua yaitu *emotion focused coping*, yang mana cara ini lebih focus pada masalah emosi, bentuk *coping* ini lebih melibatkan pikiran dan tindakan yang ditunjukkan untuk mengatasi perasaan yang menekan akibat dari situasi stres. Bentuk – bentuk dari *emotion focused coping* yaitu *distancing, escapeavoidance, self control, accepting responsibility, positive reappraisal, dan seeking for social support*.

Dari gambaran permasalahan di atas, timbul pertanyaan dari peneliti bagaimana dinamika dari *coping stress* para narapidana baru di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Kota Malang. Sebelumnya sudah ada beberapa penelitian terkait *coping stress*. Yang pertama penelitian tentang dinamika *coping stress* pada narapidana kasus narkoba di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Kota Malang yang dilakukan oleh Anita Rohman pada tahun 2018 menyimpulkan bahwa *coping stress* setiap subjek berbeda – beda. Selain itu sumber – sumber *stress* yang dimunculkan narapidana juga berbeda, meskipun ada beberapa yang sama seperti kerinduan pada keluarga dan jumlah hukuman yang lama. Factor *coping* yang dilakukan subjek juga sama diantaranya dukungan social, pandangan positif, keterampilan pemecahan masalah, materi, serta kondisi fisik. Jenis *coping* yang digunakan oleh subjek cenderung sama yaitu *emotion focused coping*.

Penelitian lain mengenai *coping stress* juga pernah dilakukan oleh Aljanata Gusti Patria Nagara pada tahun 2017 dengan judul “Strategi *Coping stress* pada Narapidana Remaja Lapas Anak Kelas IA Kutoarjo”. Didalam penelitian tersebut peneliti menyimpulkan bahwa strategi *coping* yang digunakan narapidana remaja di lapas anak adalah strategi *coping* yang berorientasi pada emosi. Pemilihan strategi *coping* yang berorientasi pada emosi didasarkan karena narapidana remaja ingin melupakan hukuman yang sedang terjadi dengan melakukan berbagai kegiatan seperti bermain musik,

menyanyi, membuat ketrampilan tangan, menonton tv serta berkumpul dengan sesama narapidana remaja lain.

Berbeda dengan penelitian sebelumnya, peneliti melakukan penelitian ini dengan tujuan melihat dinamika *coping stress* narapidana baru yang berada di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Kota Malang. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini karena setelah melakukan asesmen berupa observasi dan wawancara singkat dengan narapidana baru serta pegawai Lapas dan psikolog Lapas terlihat bahwa tingkat *stress* narapidana baru cukup tinggi dibandingkan dengan narapidana lama. Hal tersebut diperkuat oleh Whitehead dan Steptoe dalam Agnesia, Halim, dan Manurung (2014) yang menjelaskan bahwa menjadi penghuni Lapas adalah pengalaman yang penuh dengan kejadian – kejadian negative yang pernah dialami individu. Lebih lanjut Agnesia, Halim, dan Manurung (2014) menjelaskan bahwa hal tersebut terjadi karena adanya kombinasi deprivasi personal dan lingkungan dalam ketidaknyamanan dan juga lingkungan yang tidak jarang menakutkan dan mengkhawatirkan.

Aturan dan tata tertib di Lapas Perempuan Malang yang sangat ketat serta terjadinya *overcapacity* menjadi *stressor* tersendiri bagi narapidana baru. Sebelumnya juga masih sedikit penelitian yang dilakukan tentang *coping stress* pada narapidana baru. Penelitian ini penting dilakukan untuk dapat melihat bagaimana dinamika *coping stress* narapidana baru dan menilai apakah *coping stress* yang dilakukan oleh narapidana baru termasuk *coping stress* positif atau negative. Hal ini berkaitan dengan proses adaptasi narapidana baru di dalam Lapas sehingga narapidana baru bisa beradaptasi dengan baik. Selain itu juga sebagai gambaran kepada petugas Lapas untuk melihat dan memahami *coping stress* narapidana baru dengan tujuan bisa memberikan pembinaan yang sesuai.

Oleh karena itu dilakukan penelitian ini tentang Dinamika *Coping stress* Pada Narapidana Baru Di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Kota Malang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

- 1.2.1 Apa saja yang menjadi sumber stress narapidana baru?
- 1.2.2 Bagaimana proses *coping stress* narapidana baru?
- 1.2.3 Apa saja jenis *coping stress* yang dilakukan oleh narapidana baru?
- 1.2.4 Apa saja factor *coping stress* narapidana baru?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

- 1.3.1 Untuk mengetahui sumber dari stress narapidana baru
- 1.3.2 Untuk memahami proses *coping stress* dari narapidana baru
- 1.3.3 Untuk mengetahui jenis *coping stress* apa saja yang dilakukan oleh narapidana baru
- 1.3.4 Untuk mengetahui factor *coping stress* narapidana baru

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### 1.4.1 Manfaat secara Teoritis

Memberikan pengetahuan dan sumbangan teoritis terkait dinamika *coping stress* narapidana baru sebagai pengembangan keilmuan psikologi selanjutnya

### 1.4.2 Manfaat secara Praktik

Memberi informasi kepada pembaca termasuk pihak lapas terkait dinamika *coping stress* narapidana baru di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Kota Malang. Selain itu juga untuk acuan atau referensi dalam

memberikan pembinaan kepada narapidana baru secara tepat dalam menangani masalah kesehatan mental narapidana khususnya narapidana baru.

## **BAB 2**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **2.1 *Coping stress***

Lazarus dan Folkman, 2 dari penulis paling representatif di bidang ini, mendefinisikan coping sebagai berikut: upaya kognitif dan perilaku yang terus berubah untuk mengelola tuntutan eksternal dan/atau internal tertentu yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya seseorang. Sarafia dalam Masnina dan Ernawati (2020) menjelaskan *coping* merupakan suatu upaya yang dilakukan oleh seseorang ketika mengalami tuntutan baik itu tuntutan internal atau eksternal yang dilakukan untuk mengatur keadaan yang penuh dengan *stress* dan dengan tujuan untuk mengurangi *distress*. Menurut Mahino, Kirchner, dan Forns (2004) Istilah *coping* biasanya digunakan untuk merujuk pada strategi pribadi, kontekstual, dan/atau sosial yang digunakan orang dalam menghadapi situasi yang dianggap menyebabkan stres atau tekanan psikologis. Lebih lanjut, Mahino, Kirchner, dan Forns (2004) menjelaskan bahwa coping dianggap sebagai upaya sukarela dan sadar, bukan tindakan otomatis atau naluriah. Demikian pula, persepsi subjektif dari tingkat stres yang terkait dengan situasi tertentu juga penting: situasi yang netral untuk beberapa individu dapat dianggap sebagai ancaman oleh orang lain.

Bandura dalam Mahino, Kirchner, dan Forns (2004) menjelaskan bahwa *coping* bukan hanya pertanyaan tentang mengetahui apa yang harus dilakukan, tetapi menyiratkan penggunaan keterampilan kognitif, sosial, dan perilaku yang fleksibel dalam mengelola situasi yang ambigu, tidak dapat diprediksi, atau membuat *stress*. Mahino, Kirchner, dan Forns (2004) menjelaskan cangkupan *coping* antara lain yaitu sifat, keterampilan, atau sarana, baik manusia maupun material, yang dapat digunakan untuk memenuhi tuntutan suatu situasi. Rismelina (2020) menjelaskan bahwa strategi *coping* adalah strategi yang digunakan individu untuk melakukan penyesuaian antara sumber-sumber yang dimilikinya dengan tuntutan yang dibebankan lingkungan kepadanya.

Secara umum tujuan *coping* menurut Folkman dan Lazarus (1984) yaitu untuk mengurangi segala sesuatu yang membahayakan dari suatu situasi dan kondisi lingkungan, menyesuaikan diri dari dari kejadian – kejadian negative yang ada di lingkungan individu berada, mempertahankan citra diri yang positif, mempertahankan kestabilan emosional, dan menjalin hubungan yang memuaskan bagi individu lain. Moos dalam Mahino, Kirchner, dan Forns (2004) menyarankan konsep multidimensi *coping* berdasarkan 2 sumbu taksonomi yang luas: fokus *coping* dan metode *coping*. Dalam fokus *coping* terdapat 2 gaya relasional penting yaitu yang satu berfokus pada masalah, yang disebutnya pendekatan *coping*, dan yang lainnya berfokus pada emosi, yang disebutnya *coping* penghindaran. Metode ini juga mencakup 2 kategori: kognitif, yang menyiratkan semacam internal, tindakan mental untuk memerangi stres, dan perilaku, yang menyiratkan semacam respons eksternal.

Dari pemaparan diatas, dapat disimpulkan bahwa *coping stress* merupakan sebuah usaha dan proses seorang individu dalam menghadapi suatu kondisi yang menekan atau



menghadapi sebuah masalah yang bisa menimbulkan *stress*. Ketika individu sedang berada di kondisi tersebut, individu akan berusaha untuk beradaptasi dan pada saat inilah peran *coping* dimulai. Individu akan berusaha mencari cara untuk menghadapi masalah yang menjadi *stressor* sehingga bisa menyelesaikan masalah dan sekaligus emosinya bisa terkendali.

### **2.1.1 Stress**

Menurut Lazarus dan Folkman dalam Zahra dan Kawuryan (2015) *stress* adalah keadaan internal yang diakibatkan oleh tuntutan fisik dari tubuh atau kondisi lingkungan dan sosial yang dinilai potensial membahayakan, tidak terkendali atau melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya. Masnina dan Ernawati (2020) mendefinisikan *stress* sebagai sebuah keadaan atau peristiwa yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang sehingga seseorang terpaksa melakukan penyesuaian diri di lingkungannya. Lebih lanjut, Hawari dalam Masnina dan Ernawati (2020) mengatakan bahwa tidak semua orang mampu melakukan adaptasi dan mengatasi stresor yang dialami, sehingga timbulah reaksi stres terhadap diri seseorang. Rasmun dalam Andriyani (2019) menjelaskan *stress* merupakan respon tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu, suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari. Sedangkan definisi dari *stressor* menurut Andriyani (2020) yaitu problema-problema psikologis yang selalu terjadi pada diri individu.

Menurut Chaplin dalam Rohman (2018) *stress* adalah tekanan internal maupun eksternal serta kondisi bermasalah lainnya dalam kehidupan. Menurut Ingram dan Luxton dalam Agnesia, Halim, dan Manurung (2014) stres dipengaruhi oleh diathesis atau predisposisi individu terhadap stres serta penilaian mereka terhadap situasi stres. Karena

itu faktor-faktor apa yang menyumbangkan dampak stres secara negatif maupun positif dapat dicermati. Stres yang dirasakan oleh individu akan menimbulkan upaya untuk melakukan reaksi terhadap stres 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 (Agnesia, Halim, dan Manurung, 2014).

*Stressor* sebagai pemicu stres jenisnya bervariasi antar individu. *Stressor* yang sama belum tentu memiliki pengaruh stres yang sama bagi orang yang berbeda, sehingga kemampuan mengatasi satu kondisi yang sama juga berbeda antara satu orang dengan orang lainnya (Wallace dalam Yuwono 2010). Di dalam penelitian ini, *stress* didefinisikan sebagai sebuah kondisi dimana Narapidana baru merasa tertekan karena memasuki lingkungan baru yang sangat berbeda dengan lingkungan sebelum mereka menjadi narapidana. Kondisi di dalam Lapas dan di luar Lapas sangat berbeda, mereka harus menyesuaikan dengan budaya dan tata tertib di Lapas serta menyesuaikan diri dengan narapidana lain sehingga bisa diterima di lingkungan Lapas. Ketika proses penyesuaian diri ini tidak jarang diantara narapidana baru yang mengalami *stress*.

### **2.1.2 Aspek *Coping stress***

Menurut Jerabex dalam Rohman (2018), terdapat 7 aspek *coping stress*, yaitu:

#### a) *Reactivity to Stress*

Semakin rendah kemampuan seseorang dalam menghadapi *stress*, maka reaksi terhadap *stress* akan menjadi maladaptive. Sebaliknya, jika kemampuan seseorang dalam menghadapi *stress* tinggi, maka reaksinya terhadap *stress* akan semakin adaptif (Jerabex dalam Rohman, 2018). Menurut Solichatun (2011), respon *stress* muncul dari 4

aspek, yaitu aspek fisiologis yang ditunjukkan dengan adanya ketegangan otot dan imunitas tubuh yang rendah. Kedua aspek kognitif ditunjukkan melalui melemahnya konsentrasi, kecemasan, pesimisme, dan keputusasaan. Ketiga yaitu aspek perilaku ditunjukkan melalui sikap agresif, mudah tersinggung, dan menarik diri. Keempat yaitu aspek afektif ditunjukkan dengan kemarahan, rasa bersalah, dan rasa takut.

b) Ability to assess situation

Aspek ini menjelaskan bagaimana kemampuan individu untuk memahami dan merespon situasi yang mengancam. Apabila individu memiliki kemampuan yang tinggi dalam menilai dan merespon situasi yang mengancam maka situasi tersebut dapat terkendali. Sebaliknya, ketika individu memiliki kemampuan yang rendah dalam menilai dan merespon situasi yang mengancam maka situasi tersebut akan menimbulkan *stress* (Jerabex dalam Rohman, 2018).

c) Self-reliance

Self-reliance didefinisikan sebagai kepercayaan diri individu dalam menghadapi, memahami, dan menyelesaikan situasi atau kondisi yang bermasalah. Semakin tinggi kepercayaan diri individu dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah maka individu tersebut akan terhindar dari *stress*. Begitu juga sebaliknya, individu yang kepercayaan dirinya rendah dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah maka akan rentan *stress* (Jerabex dalam Rohman, 2018)

d) Resourcefulness

Resourcefulness diartikan sebagai kaya akan akal daya. Resourcefulness adalah kemampuan individu dalam mencari jalan keluar dari sebuah masalah atau situasi yang mengancam. Semakin tinggi kemampuan individu dalam mencari jalan keluar sebuah

masalah, maka individu tersebut akan terhindar dari *stress*. Sebaliknya, apabila kemampuan mencari jalan keluar sebuah masalah rendah, maka individu akan rentan *stress* (Jerabex dalam Rohman, 2018).

e) Adaptability and Flexibility

Semakin tinggi kemampuan adaptasi dan penyesuaian diri individu terhadap masalah atau situasi yang mengancam, maka individu akan terhindar dari *stress*. Sebaliknya, apabila kemampuan individu dalam adaptasi dan penyesuaian diri terhadap masalah atau situasi yang mengancam rendah, maka akan mudah *stress* (Jerabex dalam Rohman, 2018).

f) Proactive attitude

Proactive attitude diartikan sebagai keikutsertaan atau keaktifan sikap individu dalam menghadapi masalah atau situasi yang mengancam. Apabila individu aktif dalam menghadapi masalah dan situasi yang mengancam atau dengan kata lain tidak bergantung dengan orang lain, maka akan terhindar dari *stress*. Sebaliknya, apabila individu tidak aktif dan ikut serta dalam menghadapi masalah atau situasi yang mengancam, maka akan mengalami *stress* (Jerabex dalam Rohman, 2018).

g) Ability to relax

Bersikap santai atau relax dalam menghadapi masalah atau situasi yang mengancam dapat mengurai *stress* serta membuat individu dapat berpikir secara jernih dalam mencari jalan keluar masalahnya. Sebaliknya, jika individu tidak santai atau relax dalam menghadapi suatu masalah atau situasi yang mengancam maka akan menimbulkan *stress* (Jerabex dalam Rohman, 2018).

### 2.1.3 Faktor – Faktor *Coping stress*

Menurut Muta'adin dalam Erteka (2018), terdapat enam (6) factor dari *coping stress*, yaitu:

a) Kesehatan Fisik

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

b) Keyakinan atau Pandangan Positif

Keyakinan ini berhubungan dengan karakter kepribadian dan harapan umum individu tentang hal – hal positif yang akan dicapai dalam menyelesaikan masalah

c) Keterampilan menyelesaikan masalah

Keterampilan disini meliputi keterampilan dalam mencari informasi, menganalisa masalah, mengidentifikasi masalah, hingga akhirnya dapat menemukan cara atau jalan keluar dalam menyelesaikan masalah.

d) Keterampilan social

Keterampilan social berkaitan dengan bagaimana hubungan individu terbangun atau tercipta dengan individu lain serta menjalankan norma serta peraturan yang berlaku di masyarakat.

e) Dukungan social

Dukungan social berhubungan dengan pemenuhan kebutuhan secara emosional dan kelekatan dengan individu di lingkungan sekitar seperti keluarga, kerabat, atau teman.

f) Materi

Materi berkaitan dengan uang yang mana termasuk juga didalamnya barang – barang penunjang kebutuhan individu atau layanan – layanan yang bisa dibeli.

Dalam penelitian ini, peneliti akan melihat dinamika *coping stress* dari semua factor yang telah dijabarkan diatas menurut Muta'adin. Setiap individu akan memiliki factor yang berbeda – beda dalam melakukan *coping stress*. Apabila semua factor ini ada dalam narapidana baru dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah atau situasi yang mengancam, maka bisa diasumsikan bahwa *coping stress* narapidana baru tersebut berhasil.

#### **2.1.4 Bentuk – Bentuk *Coping stress***

Bentuk – bentuk dari *coping stress* sudah banyak dikembangkan, salah satunya yaitu bentuk *coping stress* berdasarkan fungsinya. Fungsi coping merupakan akibat langsung dari 2 pilihan utama yang dimiliki individu ketika menghadapi suatu masalah atau yang kedua yaitu mengendalikan emosi yang ditimbulkan. Pilihan yang pertama yaitu bertindak langsung pada situasi tersebut menyiratkan tindakan langsung yang ditujukan untuk menghilangkan atau mengurangi tuntutan situasi dan/atau meningkatkan sumber daya seseorang untuk mengelolanya. Ini dikenal sebagai *problem-focused coping* dan memanfaatkan strategi pemecahan masalah yang mengubah hubungan stres antara individu dan lingkungan. Tetapi coping juga dapat bertujuan untuk mengatur keadaan emosional yang disebabkan oleh stres. Istilah ini biasa disebut dengan *emotionl-focused coping*. Ini dikenal sebagai *coping* yang berfokus pada gerakan dan dicapai dengan menghindari *stressor*, mengevaluasi kembali secara kognitif dan/atau memperhatikan aspek positif dari diri sendiri dan situasi (Lazarus dan Folkman dalam Mohino, Kirhcner, dan Forns 2004).

Kedua jenis metode diatas mungkin efektif dan dapat dicapai dengan cara kognitif atau perilaku. Namun, beberapa penulis berpendapat bahwa *coping* yang berfokus pada masalah lebih efektif dalam situasi yang diyakini individu dapat dimodifikasi sedangkan koping yang berfokus pada emosi harus digunakan dalam situasi yang dianggap sulit atau tidak mungkin untuk diubah (Lazarus dan Folkman dalam Mahino, Kirchner, dan Forns, 2004). Adapun bentuk – bentuk *coping* diatas dijelaskan lebih lanjut sebagai berikut :

a) *Problem-focused coping*

*Problem-focused coping* adalah istilah Lazarus untuk strategi kognitif untuk penanganan stres atau *coping* yang digunakan oleh individu yang menghadapi masalahnya dan berusaha menyelesaikannya. Lazarus dan Folkman (1984) menjelaskan bahwa strategi koping yang berfokus pada masalah mirip dengan strategi yang digunakan untuk memecahkan masalah. Dengan demikian, upaya yang berfokus pada masalah sering diarahkan pada pendefinisian masalah, menghasilkan solusi alternatif, pembobotan alternatif dalam hal biaya dan manfaat, memilih di antara mereka, dan bertindak. Namun, koping yang berfokus pada masalah mencakup strategi yang berorientasi masalah yang lebih luas daripada pemecahan masalah saja. Pemecahan masalah menyiratkan proses analitik yang objektif yang difokuskan terutama pada lingkungan; *Problem-focused coping* juga mencakup strategi yang diarahkan ke dalam.

Carver, Scheier dan Weintraub dalam Andriyani (2019) menyebutkan aspek-aspek strategi *coping* dalam *problem-focused coping* antara lain:

- a. Keaktifan diri, suatu tindakan untuk mencoba menghilangkan atau mengelabui penyebab stres atau memperbaiki akibatnya dengan cara langsung.

- b. Perencanaan, memikirkan tentang bagaimana mengatasi penyebab stres antara lain dengan membuat strategi untuk bertindak, memikirkan tentang langkah upaya yang perlu diambil dalam menangani suatu masalah.
- c. Penekanan kegiatan bersaing, individu dapat menekan keterlibatan dalam kegiatan bersaing atau dapat menekan pengolahan saluran bersaing informasi, dalam rangka untuk terganggu oleh peristiwa lain, bahkan membiarkan hal-hal lain terjadi, jika perlu, untuk menghadapi stresor.
- d. Kontrol diri, individu membatasi keterlibatannya dalam aktivitas kompetisi atau persaingan dan tidak bertindak terburu-buru.
- e. Dukungan sosial instrumental, yaitu mencari dukungan sosial seperti nasihat, bantuan atau informasi

b) *Emotion-focused coping*

*Emotion-focused coping* adalah istilah Lazarus untuk strategi penanganan *stress* yang bersifat internal atau berasal dari individu itu sendiri. Carver, Scheier dan Weintraub dalam Andriyani (2019) menyebutkan aspek-aspek strategi *coping* dalam *emotion-focused coping* antara lain:

- a. Dukungan sosial emosional, yaitu mencari dukungan sosial melalui dukungan moral, simpati atau pengertian.
- b. Interpretasi positif, artinya menafsirkan transaksi stres dalam hal positif harus memimpin orang itu untuk melanjutkan secara aktif pada masalah-terfokus di tindakan penanggulangan.



c. Penerimaan, sesuatu yang penuh dengan stres dan keadaan yang memaksanya untuk mengatasi masalah tersebut.

d. Penolakan, respon yang kadang-kadang muncul dalam penilaian utama. Hal penolakan ini sering dinyatakan bahwa penolakan berguna, meminimalkan tekanan dan dengan demikian memfasilitasi *coping* atau bisa dikatakan bahwa penolakan hanya menciptakan masalah tambahan kecuali stresor menguntungkan dapat diabaikan.

e. Religiusitas, sikap individu dalam menenangkan dan menyelesaikan masalah secara keagamaan.

### **2.2.5 Coping stress Menurut Pandangan Islam**

Yuwono (2010) menjelaskan bahwa datangnya cobaan kepada setiap individu di dunia ini dapat dirasakan sebagai sebuah *stressor* atau tekanan didalam diri. Seperti yang tercantum dalam Surat Al-Baqarah ayat 155 yang berbunyi:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

*Artinya : “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.”*

Dalam upaya menghadapi dan menyelesaikan masalah atau situasi yang menekan, salah satu hal yang bisa dilakukan individu adalah memohon pertolongan kepada Allah SWT. Baharudin dalam Rohman (2018) menjelaskan bahwa agama islam yang berpedoman pada Al -Qur'an dan hadist memiliki solusi yaitu memberikan penyelesaian yang tepat dan dapat mengatasi dan menyembuhkan berbagai masalah yang dihadapi manusia. Didalam Agama Islam terdapat banyak cara yang bisa dilakukan untuk

menyelesaikan masalah yang seang dihadapi oleh individu yaitu dengan mendekati diri kepada Allah SWT. Salah satu caranya yaitu dengan beribadah kepada Allah SWT.

Bentuk dari beribadah kepada Allah SWT salah satunya dengan membaca Al – Qur’an. Menurut Muhammad Abd al-‘Aziz al-Khalidi dalam Rohman (2018) isi kandungan Al – Qur’an dapat menjadi obat untuk menyembuhkan penyakit dan kalbu manusia. Hal ini juga terkandung dalam Surat Al – Isra’ ayat 82

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۖ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

*Artinya* : “Dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.”

Selain membaca Al – Qur’an, sholat juga mampu menjadi *coping stress*. Dibuktikan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Mohammad Sabiq Azam dan Zaenal Abidin. Dalam penelitian tersebut terbukti bahwa *stress* santri menurun setelah menunaikan sholat tahajud. Penurunan *stress* ini meliputi dua aspek yaitu aspek biologis dan aspek psikologis. Sholat tahajud terbukti menghilangkan perasaan pesimis, rendah diri, minder, kurang berbobot, dan berganti dengan sikap selalu optimis, penuh percaya diri, dan pemberani tanpa disertai sifat sombong dan takabur (Hasanah, 2019).

Bentuk *coping stress*lain yang dapat dilakukan seorang muslim adalah dengan ikhlas. Darwati (2002) menjelaskan bahwa Al qur’an mengajarkan kepada kita untuk melakukan sesuatu dengan ikhlas hanya karena Allah semata. Keikhlasan hati akan membantu kita untuk memperoleh ketenangan, meskipun apa yang kita lakukan menui kegagalan. Allah berfirman dalam surat At-Taubah ayat 91 yang berbunyi :

مَا عَلَى مَا يَجِدُونَ مَا يُنْفِقُونَ حَرَجٌ إِذَا نَصَحُوا لِلَّهِ وَرَسُولِهِ وَلَا عَلَى الَّذِينَ وَلَا عَلَى الْمَرْضَىٰ لَيْسَ عَلَى الضُّعَفَاءِ  
غُفُورٌ رَّحِيمٌ مِّن سَبِيلِ ۗ وَاللَّهُ الْمُحْسِنِينَ

*Artinya : “Tiada dosa (lantaran tidak pergi berjihad) atas orang-orang yang lemah, orang-orang yang sakit dan atas orang-orang yang tidak memperoleh apa yang akan mereka nafkahkan, apabila mereka berlaku ikhlas kepada Allah dan Rasul-Nya. Tidak ada jalan sedikitpun untuk menyalahkan orang-orang yang berbuat baik. Dan Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang”*

## **2.2 Narapidana Baru**

Seseorang yang menjalani hukuman karena melakukan tindak pidana disebut dengan narapidana. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia narapidana adalah orang yang sedang menjalani hukuman karena tindak pidana. Menurut Kitab Undang – Undang Hukum Acara Pidana pasal 10 Narapidana adalah predikat lazim diberikan kepada orang yang terhadapnya dikenakan pidana hilang kemerdekaan, yakni hukuman penjara (kurungan). Di dalam Undang – Undang Republik Indonesia No. 12 tahun 1995 Tentang Pemasyarakatan Pasal 1 ayat (7) menyebutkan bahwa Narapidana adalah terpidana yang menjalani pidana hilang kemerdekaan di Lapas. Sedangkan Lembaga Pemasyarakatan yang selanjutnya disebut LAPAS menurut undang – undang tentang pemasyarakatan pasal 1 ayat (3) yaitu tempat untuk melaksanakan pembinaan Narapidana dan Anak Didik Pemasyarakatan. Data yang tertulis di situs dataindonesia.id , per April tahun 2022 Indonesia menduduki peringkat 4 jumlah narapidana terbanyak di Asia menurut *World Prison Brief* dengan total 278.849 orang.

Lapas Perempuan Kelas II A Kota Malang, total narapidana dan tahanan menurut data di Sistem Data Pemasyarakatan Publik per Bulan September tahun 2022 tercatat

sebanyak 531 orang, yang mana ini merupakan *overcapacity*. Jumlah kapasitas yang dapat ditampung oleh Lapas Perempuan Kelas IIA Kota Malang yaitu sebanyak 164 sehingga kelebihan kapasitas yang ditampung yaitu 367 orang. Dari pemaparan diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa narapidana baru adalah individu yang baru saja dijatuhi vonis hukuman dan statusnya berubah dari tahanan menjadi narapidana kemudian menjalani hukuman untuk mempertanggung jawabkan perbuatan pidananya. Setelah mendapatkan vonis hukuman, narapidana akan dibawa ke Lapas untuk menjalani hukuman penjaranya. Istilah yang digunakan didalam penjara untuk narapidana yaitu Warga Binaan Pemasyarakatan atau WBP.

### **2.2.1 Hak Narapida**

Hak yang harus didapatkan oleh narapidana Ketika di dalam Lapas menurut Pejabat Pengelola Informasi Dokumentasi (PPID) yang berdasarkan dari Undang-Undang No. 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan; Peraturan Pemerintah No. 31 Tahun 1999 tentang Pembinaan dan Pembimbingan Warga Binaan Pemasyarakatan; Peraturan Menteri Hukum dan HAM RI No. 6 Tahun 2013 tentang Tata Tertib Lembaga Pemasyarakatan dan Rumah Tahanan Negara; Peraturan Pemerintah No. 99 Tahun 2012 tentang Perubahan Kedua Atas Peraturan Pemerintah Nomor 32 Tahun 1999 tentang Syarat dan Tata Cara Pelaksanaan Hak Warga Binaan Pemasyarakatan diantaranya 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;
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.

### **2.2.2 Kewajiban Narapidana**

Kewajiban yang harus dilakukan oleh narapidana Ketika di dalam Lapas menurut Pejabat Pengelola Informasi Dokumentasi (PPID) yang berdasarkan dari Undang-Undang No. 12 Tahun 1995 tentang Pemasarakatan; Peraturan Pemerintah No. 31 Tahun 1999 tentang Pembinaan dan Pembimbingan Warga Binaan Pemasarakatan; Peraturan Menteri Hukum dan HAM RI No. 6 Tahun 2013 tentang Tata Tertib Lembaga Pemasarakatan dan Rumah Tahanan Negara; Peraturan Pemerintah No. 99 Tahun 2012 tentang Perubahan Kedua Atas Peraturan Pemerintah Nomor 32 Tahun 1999 tentang Syarat dan Tata Cara Pelaksanaan Hak Warga Binaan Pemasarakatan diantaranya yaitu:

1. Taat menjalankan ibadah sesuai agama dan/atau kepercayaan yang dianutnya serta memelihara kerukunan beragama;
2. Mengikuti seluruh kegiatan yang diprogramkan;
3. Patuh, taat, dan hormat kepada Petugas;

4. Mengenakan pakaian seragam yang telah ditentukan;
5. Memelihara kerapihan dan berpakaian sesuai dengan norma kesopanan;
6. Menjaga kebersihan diri dan lingkungan hunian serta mengikuti kegiatan yang dilaksanakan dalam rangka kebersihan lingkungan hunian; dan
7. Mengikuti apel kamar yang dilaksanakan oleh Petugas Pemasarakatan.

### **2.2.3 Larangan Narapidana**

Selain hak yang harus diterima dan kewajiban yang harus dikerjakan oleh narapidana Ketika di dalam Lapas, narapidana juga harus menaati larangan yang ditulis di Pejabat Pengelola Informasi Dokumentasi (PPID) berdasarkan dari Undang-Undang No. 12 Tahun 1995 tentang Pemasarakatan; Peraturan Pemerintah No. 31 Tahun 1999 tentang Pembinaan dan Pembimbingan Warga Binaan Pemasarakatan; Peraturan Menteri Hukum dan HAM RI No. 6 Tahun 2013 tentang Tata Tertib Lembaga Pemasarakatan dan Rumah Tahanan Negara; Peraturan Pemerintah No. 99 Tahun 2012 tentang Perubahan Kedua Atas Peraturan Pemerintah Nomor 32 Tahun 1999 tentang Syarat dan Tata Cara Pelaksanaan Hak Warga Binaan Pemasarakatan diantaranya yaitu:

1. Mempunyai hubungan keuangan dengan Narapidana atau Tahanan lain maupun dengan Petugas Pemasarakatan;
2. Melakukan perbuatan asusila dan/atau penyimpangan seksual;
3. Melakukan upaya melarikan diri atau membantu pelarian;
4. Memasuki Steril Area atau tempat tertentu yang ditetapkan Kepala Lapas atau Rutan tanpa izin dari Petugas pemasarakatan yang berwenang;
5. Melawan atau menghalangi Petugas Pemasarakatan dalam menjalankan tugas;

6. Menjaga kebersihan diri dan lingkungan hunian serta mengikuti kegiatan yang dilaksanakan dalam rangka kebersihan lingkungan hunian; dan
7. Menyimpan, membuat, membawa, mengedarkan, dan/atau mengkonsumsi narkotika dan/atau prekursor narkotika serta obat-obatan lain yang berbahaya;
8. Menyimpan, membuat, membawa, mengedarkan, dan/atau mengkonsumsi minuman yang mengandung alkohol;
9. Melengkapi kamar hunian dengan alat pendingin, kipas angin, televisi, dan/atau alat elektronik lainnya;
10. Memiliki, membawa dan/atau menggunakan alat elektronik, seperti laptop atau komputer, kamera, alat perekam, telepon genggam, pager, dan sejenisnya;
11. Melakukan pemasangan instalasi listrik di dalam kamar hunian;
12. Membuat atau menyimpan senjata api, senjata tajam, atau sejenisnya;
13. Membawa dan/atau menyimpan barang-barang yang dapat menimbulkan ledakan dan/atau kebakaran;
14. Melakukan tindakan kekerasan, baik kekerasan fisik maupun psikis, terhadap sesama Narapidana, Tahanan, Petugas Pemasarakatan, atau tamu/pengunjung;
15. Mengeluarkan perkataan yang bersifat provokatif yang dapat menimbulkan terjadinya gangguan keamanan dan ketertiban;
16. Membuat tato, memanjangkan rambut bagi Narapidana atau Tahanan Laki-laki, membuat tindik, mengenakan anting, atau lainnya yang sejenis;
17. Memasuki blok dan/atau kamar hunian lain tanpa izin Petugas Pemasarakatan;
18. Melakukan aktifitas yang dapat mengganggu atau membahayakan keselamatan pribadi atau Narapidana, Tahanan, Petugas Pemasarakatan, pengunjung, atau tamu;

19. Melakukan perusakan terhadap fasilitas Lapas atau Rutan;
20. Melakukan pencurian, pemerasan, perjudian, atau penipuan;
21. Menyebarkan ajaran sesat; dan
22. Melakukan aktifitas lain yang dapat menimbulkan gangguan keamanan dan ketertiban  
Lapas atau Rutan.



## BAB 3

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan dengan tipe studi kasus sebagai eksplorasi dan memperdalam fenomena social yang terdiri dari perilaku, kejadian, tempat, serta waktu. Menurut Subadi (2006) Studi kasus observasi merupakan studi kasus yang mengutamakan teknik pengumpulan datanya melalui observasi peran serta atau pelibatan (*participant observation*), sedangkan fokus studinya pada suatu organisasi tertentu atau beberapa segi organisasinya. Ghony dan Almanshur dalam Rohman (2018) menjelaskan bahwa studi kasus sebagai penelitian yang digunakan untuk menghimpun data, mengambil makna, dan memperoleh pemahaman dari suatu kasus. Hasil penelitian yang akan didapat tidak untuk mewakili dan/ atau mendapatkan kesimpulan dari suatu populasi.

Dalam penelitian ini, Langkah pertama yang dilakukan oleh peneliti yaitu melakukan asesmen awal kepada beberapa narapidana baru dengan cara wawancara dan observasi serta pemberian kuisioner *self-reporting questionnaire* yang peneliti dapatkan di psikolog Lapas. Hasil dari asesmes awal tersebut akan terlihat bagaimana kondisi psikologis para narapidana baru. Setelah mendapatkan data awal, selanjutnya peneliti akan melakukan pengumpulan data dengan cara wawancara secara mendalam disertai dengan observasi selama tiga sesi. Setela hasil wawancara didapatkan, Langkah

selanjutnya yaitu pengolahan data. Dari data yang diolah tadi, akan muncul hasil atau kesimpulan dari wawancara dan observasi.

### **3.2 Batasan Istilah**

Surachmad dalam Subadi (2006) yang membatasi pendekatan studi kasus sebagai suatu pendekatan dengan memusatkan perhatian pada suatu kasus secara intensif dan rinci. Batasan masalah dalam penelitian kualitatif menurut Subadi (2006) meliputi beberapa hal, diantaranya yaitu yang pertama sasaran penelitiannya dapat berupa manusia, peristiwa, latar dan dokumen. Yang kedua sasaran-sasaran tersebut ditelaah secara mendalam sebagai suatu totalitas sesuai dengan latar atau konteksnya masing-masing dengan maksud untuk memahami berbagai kaitan yang ada di antara variabel-variabelnya. Batasan masalah pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui factor – factor *stress* narapidana baru, jenis  *coping stress* narapidana baru, dan proses  *coping stress* dari narapidana baru.

### **3.3 Subjek Penelitian**

Subjek penelitian pada penelitian ini yaitu para Narapidana Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang berjumlah 3 orang. Terdapat kriteria khusus dari subjek penelitian ini yaitu Narapidana yang baru dijatuhi hukuman vonis dan baru menjalani 0 – 1/3 masa tahanan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang. Alasan memilih subjek penelitian narapidana baru hal ini dikarenakan narapidana yang baru pertama kali memasuki Lapas dan menjalani vonis hukuman mengalami kecenderungan  *stress*. Hal ini terjadi karena proses penyesuaian diri narapidana baru masih sulit karena perbedaan yang signifikan antara kehidupan diluar lapas dan didalam lapas. Aktifitas narapidana didalam Lapas sangat dibatasi dan setiap

kegiatannya diawasi oleh petugas. Selain itu juga tata tertib di Lapas yang sangat ketat serta adanya *overcapacity*. Alasan – alasan diatas menjadi *stressor* bagi narapidana baru. Dari situlah peneliti ingin mengetahui dinamika *coping stress* dari narapidana baru. Pemilihan subjek dilakukan dengan Teknik *puspositive sampling* yaitu pemilihan sampel yang dilakukan berdasarkan maksud dan tujuan tertentu yang ditentukan peneliti.

### **3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian**

#### **3.4.1 Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian yang dipilih oleh peneliti sesuai dengan tema dan judul penelitian yaitu di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Malang. Lapas Perempuan ini berada di Jl. Kebonsari, Kec. Sukun, Kota Malang, Jawa Timur. Bangunan lapas perempuan malang sangat luas, dengan kapasitas untuk narapidana sebanyak 164 orang namun terjadi *overcapacity* sebanyak 367 orang sehingga total penghuni Lapas Perempuan Malang 531 orang. Terdapat 5 blok didalam Lapas Perempuan Malang dengan jumlah kamar yang berbeda – beda di setiap blok. Selain itu fasilitas di lapas perempuan sangat lengkap. Dimulai dari tempat parkir yang cukup luas, pos penjagaan utama yang digunakan untuk pintu keluar masuk pegawai dan tamu dimana setiap pegawai atau tamu yang baru datang akan dilakukan pengecekan dan pengeledahan terlebih dahulu sebelum masuk ke area steril. Kemudian ada ruang tamu, ruang kunjungan, lapangan yang berjumlah 2, poliklinik, posko rehab psikologi, banker atau tempat narapidana untuk bekerja membuat karya, dapur, perpustakaan, aula, mushola, wartel, pos blok, dan Menara. Selain itu juga ada sarana dan prasarana lain seperti mobil dinas, ambulance, dan mobil pemasarakatan yang digunakan untuk kendaraan narapidana yang ada kepentingan keluar Lapas.

Struktur pegawai di Lapas Perempuan Malang dimulai dari paling atas yaitu Kepala Lapas Perempuan Malang. Di bawahnya langsung terdapat Kepala TU, Kepala KPLP, dan Kepala Binadik. Tata usaha berisi kepegawaian, keuangan, dan umum. KPLP merupakan regu pengamanan yang bertugas untuk menjaga keamanan Lapas baik itu dari sisi narapidana, pegawai, ataupun tamu. Sedangkan Binadik yang bertanggung jawab untuk pendataan, pembinaan, serta kesejahteraan narapidana. Binadik membawahi registrasi dan BIMKEMASWAT. Registrasi berhubungan dengan data dan administrasi narapidana. BIMKEMASWAT yang berhubungan dengan pembinaan intelektual, kepribadian, sandang pangan dan Kesehatan narapidana.

Alasan peneliti memilih Lapas Perempuan Malang sebagai subjek penelitian karena peneliti tertarik mengetahui bagaimana kondisi psikologis seorang narapidana khususnya narapidana perempuan. Selain itu juga tidak semua orang bisa masuk ke dalam Lapas, dengan adanya hasil penelitian ini, harapan penulis bisa memberikan gambaran kepada masyarakat mengenai kondisi di dalam lapas dan bisa membuat individu yang ingin melakukan Tindakan pidana berpikir dua kali sehingga tidak sampai melakukan Tindakan pidana. Alasan secara urgensi melakukan penelitian di Lapas Perempuan Malang yaitu karena untuk melihat Kesehatan mental narapidana yang mana sebelum melakukan penelitian disini peneliti mengetahui bahwa Lapas Perempuan Malang sangat ketat akan ketertiban dan peraturan serta terjadinya *overcapacity*.

### **3.4.2 Waktu Penelitian**

Rancangan waktu penelitian dimulai tanggal 29 Agustus 2022 sampai dengan Bulan Desember 2022. Setiap narasumber akan melakukan wawancara selama tiga sesi.

Setelah selesai melakukan wawancara kepada narasumber, peneliti melanjutkan wawancara kepada *significant others* yaitu kerabat dekat narasumber.

### **3.5 Jenis dan Sumber Data**

Data penelitian kualitatif pada umumnya merupakan data lunak (*soft data*) yang berupa kata, ungkapan, kalimat dan tindakan, bukan merupakan data keras (*hard data*) yang berupa angka-angka statistik, seperti dalam penelitian kuantitatif. Kata – kata dan tindakan orang atau subjek yang diteliti, diamati atau diwawancarai merupakan data yang utama dalam penelitian kualitatif. Data utama tersebut penting sekali untuk dicatat melalui sketsa atau rekaman kaset/ tape recorder, pengambilan foto, atau perekaman video/ film. Beragam sumber data dalam penelitian kualitatif dapat dikelompokkan jenis dan posisinya, mulai dari yang paling nyata hingga yang samar-samar, mulai dari yang primer hingga sekunder. Oleh sebab itu, dalam memilih sumber data peneliti harus benar-benar berpikir mengenai kelengkapan informasi yang akan dikumpulkan juga berkaitan dengan validitasnya (Nugrahani, 2014).

Dalam penelitian ini, sumber dan jenis data yang digunakan peneliti yaitu data primer yang terdiri dari wawancara dan observasi, data sekunder yaitu data yang didapat dari sumber lain seperti *significant others*, buku, atau internet. Sumber dan jenis data yang terakhir yaitu data internal yang peneliti dapat dari pihak lapas seperti data diri Narapidana dan data perkembangan Narapidana selama Di Lapas.

### **3.6 Teknik Pengumpulan Data**

#### **1. Wawancara**

Wawancara merupakan bentuk pengumpulan data yang paling sering digunakan dalam penelitian kualitatif. Wawancara pada penelitian kualitatif memiliki sedikit perbedaan dibandingkan dengan wawancara lainnya seperti wawancara pada penerimaan pegawai baru, penerimaan mahasiswa baru, atau bahkan pada penelitian kuantitatif. Wawancara pada penelitian kualitatif merupakan pembicaraan yang mempunyai tujuan dan didahului beberapa pertanyaan informal. Wawancara penelitian lebih dari sekedar percakapan dan berkisar dari informal ke formal. Walaupun semua percakapan mempunyai aturan peralihan tertentu atau kendali oleh satu atau partisipan lainnya, aturan pada wawancara penelitian lebih ketat. Tidak seperti pada percakapan biasa, wawancara penelitian ditujukan untuk mendapatkan informasi dari satu sisi saja, oleh karena itu hubungan asimetris harus tampak (Rachmawati, 2007).

Dari penjelasan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa wawancara adalah salah satu metode dalam mengambil data kualitatif dengan cara interaksi dua arah antara subjek atau responden dengan peneliti. Peneliti memilih metode wawancara pada penelitian ini karena dengan adanya proses wawancara, peneliti bisa mendapatkan data dari subjek sesuai dengan yang dibutuhkan. Selain data hasil wawancara, peneliti juga bisa sekaligus melakukan observasi secara singkat kepada subjek selama proses wawancara berlangsung. Observasi yang bisa dilakukan peneliti yaitu Bahasa tubuh atau *body language* serta kondisi fisik dari subjek.

## **2. Observasi**

Nugrahani (2014) menjelaskan observasi merupakan bagian yang sangat penting dalam penelitian kualitatif. Melalui observasi peneliti dapat mendokumentasikan dan merefleksikan secara sistematis terhadap kegiatan dan interaksi subjek penelitian. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu observasi dengan partisipasi observasi atau *participatory observation*. Menurut Nugrahani (2014) pada teknik ini peneliti menggali informasi mengenai perilaku dan kondisi lingkungan penelitian menurut kondisi yang sebenarnya. Observasi ini dapat dilakukan secara formal dan informal, dengan melibatkan peneliti sebagai anggota lembaga atau kelompok masyarakat yang diteliti. Teknik ini akan meliputi pengamatan secara langsung dengan subjek yaitu melihat dari bagaimana interaksi subjek selama di dalam Lapas, kondisi psikososial Lapas, serta perilaku subjek.

### **3.7 Analisis Data**

Setelah data terkumpul peneliti dapat mulai mengagregasi, mengorganisasi, dan mengklasifikasi data menjadi unit-unit yang dapat dikelola. Agregasi merupakan proses mengabstraksi hal-hal khusus menjadi hal-hal umum guna menemukan pola umum data. Data dapat diorganisasi secara kronologis, kategori atau dimasukkan ke dalam tipologi. Analisis data dilakukan sejak peneliti di lapangan, sewaktu pengumpulan data dan setelah semua data terkumpul atau setelah selesai di lapangan (Subadi, 2006). Teknik analisis data yang digunakan peneliti adalah Teknik analisis data interaktif yang terdiri dari empat (4) tahapan menurut Miles & Huberman, diantaranya yaitu :

### 1. Pengumpulan Data

Proses pengumpulan data dilakukan sepanjang waktu penelitian. Peneliti mulai mengumpulkan data Ketika sebelum penelitian, Ketika penelitian, dan sesudah penelitian. Hal ini dilakukan untuk mendapatkan data yang konkrit dan relevan dengan topik yang dibahas. Rohman (2018) menjelaskan dalam penelitian kualitatif tidak ada segmen khusus dalam pengumpulan data atau bisa dikatakan dilakukan selama penelitian bisa disebut sebagai proses pengumpulan data.

### 2. Reduksi Data

Setelah mendapatkan data di lapangan, peneliti akan menyeleksi dan memilih data mana saja yang relevan dan bisa diolah untuk mendapatkan hasil penelitian. Hal ini dikarenakan tidak semua data yang diperoleh bisa diolah, data yang digunakan harus yang relevan dengan permasalahan penelitian. Setelah terpilih data mana saja yang akan digunakan, kemudian data – data tersebut akan digabungkan menjadi tulisan atau narasi, baik itu wawancara maupun data observasi.

### 3. Penyajian Data

Setelah data digabungkan menjadi tulisan, selanjutnya dilakukan penyajian data atau display data. Penyajian data dapat diartikan sebagai pengolahan data setengah jadi yang sudah disamakan semuanya dalam bentuk tulisan serta memiliki alur yang jelas. Cara mengolah data yaitu dengan melakukan kategorisasi sesuai dengan tema – tema yang sudah dikelompokkan, dan selanjutnya akan memecah tema – tema tersebut menjadi bentuk yang lebih konkret dan sederhana yang disebut dengan subtema tersebut sesuai dengan verbatim wawancara yang sudah dilakukan sebelumnya (Rohman, 2018).



#### 4. Penarikan Kesimpulan

Kesimpulan dalam rangkaian analisis data kualitatif model interaktif yang dikemukakan oleh Miles & Huberman dalam Rohman (2018) berisi tentang uraian semua subkategori tema yang tercantum pada table kategorisasi dan pengodean yang telah diselesaikan dan disertai dengan *quote* verbatim wawancara.

### 3.8 Keabsahan Data

Setelah melakukan pengumpulan data dan analisis data, perlu dilakukan uji keabsahan data. Nugrahani (2014) menjelaskan bahwa teknik pemeriksaan keabsahan atau validitas data pada dasarnya merupakan teknik yang harus ditempuh untuk menunjukkan bahwa data yang terkumpul benar-benar terdapat secara alami dan umum. Sepanjang keberadaan data secara umum diragukan perlu dilakukan triangulasi. Triangulasi adalah salah satu Teknik untuk memeriksa data dengan memanfaatkan sesuatu diluar data untuk keperluan pengecekan dan sebagai perbandingan data (Moleong dalam Rohman, 2018). Bachri (2010) mengemukakan bahwa triangulasi mencari dengan cepat pengujian data yang sudah ada dalam memperkuat tafsir dan meningkatkan kebijakan serta program yang berbasis pada bukti yang telah tersedia. Dengan cara menguji informasi dengan mengumpulkan data melalui metoda berbeda, oleh kelompok berbeda dan dalam populasi berbeda, penemuan mungkin memperlihatkan bukti penetapan lintas data, mengurangi dampaknya dari penyimpangan potensial yang bisa terjadi dalam satu penelitian tunggal. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan triangulasi sumber. Triangulasi sumber dilakukan dengan melakukan pengecekan dan perbandingan sumber hasil data yaitu wawancara dan observasi. Peneliti akan melakukan perbandingan antara hasil observasi dengan hasil wawancara, hasil wawancara satu dengan wawancara

yang lainnya serta hasil observasi satu dengan hasil observasi yang lainnya.

## BAB 4

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Pelaksanaan Penelitian

Penelitian bertempat di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang. Waktu penelitian dimulai pada Bulan September sampai dengan Bulan Desember dengan metode kualitatif. Peneliti melakukan wawancara dengan subjek yang berjumlah 3 orang. Subjek pertama merupakan kasus perlindungan anak, subjek kedua kasus narkoba, dan subjek ketiga kasus penipuan. Ketiga subjek merupakan narapidana baru yang terdiri dari kasus narkoba, perlindungan anak, dan penipuan. Masa tahanan subjek masih berada pada 0 – 1/3 yang mana pada kategori ini subjek masih dikatakan sebagai narapidana baru. Alasan pemilihan subjek yaitu untuk melihat bagaimana dinamika *coping stress* pada narapidana baru. Prosedur pengambilan data yaitu dilakukan secara terjadwal dengan mengikuti situasi Lapas. Pengambilan data bisa dilakukan mulai jam 10.00 – 16.00. Hambatan yang terjadi ketika proses pengambilan data diantaranya yaitu kegiatan subjek di Lapas yang cukup padat sehingga susah untuk menentukan waktu yang tepat untuk melakukan wawancara pengambilan data. Hambatan selanjutnya yaitu kegiatan di Lapas yang tidak bisa diprediksi membuat jadwal pengambilan data kurang teratur. Selain itu, keterbatasan peneliti dalam membawa alat bantu pengambilan data seperti alat perekam dan kamera membuat peneliti harus mencatat selama proses wawancara.

## **4.2 Hasil Penelitian**

### **Subjek 1**

Subjek dengan inisial MCL berusia 20 Tahun berasal dari Sidoarjo. Subjek merupakan narapidana baru kasus perlindungan anak yaitu melakukan pembunuhan kepada bayi yang baru saja dilahirkan. MCL mendapatkan vonis hukuman 7 tahun 6 bulan. Sebelumnya MCL sudah menjalani hukuman di Lapas Porong kemudian dipindahkan di Lapas Perempuan Malang. Awal masuk di Lapas Perempuan Malang MCL masih sulit untuk beradaptasi karena sebelumnya belum pernah menjalani keadaan seperti di dalam Lapas. Ketika awal masuk, MCL menempati sel penalin selama 2 minggu, kemudian akan turun ke blok dan bergabung dengan narapidana lainnya. Kegiatan yang dijalani MCL ketika awal masuk di Lapas yaitu hanya mengikuti kegiatan keagamaan. Kemudian setelah 2 bulan, MCL mengikuti kegiatan lainnya seperti bimbingan kerja merajut dan pramuka. Kegiatan bimbingan kerja diikuti MCL setiap hari sesuai jadwal sedangkan kegiatan pramuka diikuti MCL setiap hari Jum'at.

Awal MCL terjerat kasus perlindungan anak ini yaitu ketika MCL mengetahui bahwa dirinya hamil. Kondisi MCL yang belum menikah dan masih berusia sangat muda membuat MCL cemas dan takut dengan kehamilannya sehingga MCL menutupi kehamilannya. MCL berhasil menutupi kehamilannya dari lingkungan sekitar termasuk keluarga karena bentuk tubuh MCL yang memang cukup besar sehingga bisa jadi tidak diketahui secara fisik jika hamil. Hingga setelah 9 bulan, MCL melahirkan dan dari situ orang tuanya baru menyadari. Namun, setelah kelahiran bayi itu, MCL melakukan kekerasan kepada bayinya hingga akhirnya meninggal dunia. MCL mengaku bahwa ia melakukan hal tersebut karena bingung dan takut setelah bayinya lahir. MCL takut

dengan orang tuanya dan bingung harus mengatakan apa kepada orang tuanya. MCL juga takut akan pandangan orang di sekitarnya jika ia ternyata sudah memiliki bayi. Karena sudah gelap mata, MCL akhirnya memutuskan untuk melakukan kekerasan yang berujung pada kematian bayinya. Setelah itu MCL ditangkap polisi dan dijerat oleh pasal perlindungan anak. Setelah melakukan proses pengadilan, MCL akhirnya diputuskan menjadi tersangka dan mendekam di Lapas Sidoarjo selama kurang lebih 8 bulan. Setelah itu, MCL dilayar ke Lapas Perempuan Malang hingga sekarang.

Ketika sudah berada di Lapas Perempuan Malang. MCL kembali harus beradaptasi dengan lingkungan. Hal ini dikarenakan kondisi dan aktifitas di Lapas Perempuan Malang dan di Lapas Sidoarjo. Di Lapas Sidoarjo MCL tidak pernah beraktifitas seperti mengangkat air untuk mandi, minum, antri ke kamar mandi dan telepon dengan orang banyak, mencuci baju, piket membersihkan kamar dan blok, dan aktifitas – aktifitas lainnya. Sedangkan di Lapas Perempuan Malang, semua aktifitas itu harus dilakukan. Semenjak sebelum terjat kasus dan mendekam di penjara, MCL juga tidak pernah melakukan aktifitas – aktifitas yang disebutkan diatas karena memang tidak dibiasakan dirumah. Hal inilah awal mula tekanan yan dirasakan oleh MCL. MCL harus bisa melakukan semua aktifitas tersebut dengan baik dan benar. Jika tidak, orang – orang di sekitar MCL khususnya yang ada di kamar mengejek dan merendahkan MCL dengan mengatakan bahwa MCL anak malas dan manja. Hal ini membuat MCL sedih dan keipikiran terus hingga sering tidak bisa tidur, menangis, dan menarik diri dari lingkungan kamarnya.

Selain itu, ketika berada di Lapas Perempuan Malang, MCL memiliki teman sekamar yang dianggapnya sebagai “mama” karena perlakuannya yang baik dan selalu

membantu serta menasihati MCL. MCL jadi merasa memiliki sosok “mama” di dalam Lapas karena merasa diperhatikan dan dirawat. Namun, orang tersebut baru saja keluar dari Lapas karena masa hukumannya sudah selesai. Hal ini pula menjadi tekanan bagi MCL karena harus terpisah dari mama – mamaannya. MCL takut tidak bisa bertahan seorang diri di dalam Lapas jika tidak ada orang tersebut. Sebelum kepulangan mama – mamannya, MCL jadi sering nangis karena merasa takut dan cemas ketika akan ditinggal. Hal ini pula yang membuat MCL menjadi bahan pembicaraan orang – orang di kamarnya. MCL sampai disebut akan menjadi anak yatim karena akan berpisah dengan mama – mamaannya.

## **Subek 2**

Subjek dengan inisial NTW berusia 42 tahun berasal dari Mojokerto. NTW menjadi narapidana baru di Lapas Perempuan Malang karena kasus narkoba dan divonis penjara selama 5 tahun 6 bulan. NTW merupakan pengguna aktif shabu semenjak duduk di bangku sekolah khususnya Sekolah Menengah Atas. NTW ditangkap pada awal tahun 2022 di depan tempat kosnya. Sebelumnya, NTW sudah menjalani masa tahanan di Lapas Mojokerto dan kemudian dilayar ke Lapas Perempuan Malang. NTW harus beradaptasi lagi meskipun sudah pernah berada di Lapas Mojokerto. Hal ini disebabkan adanya perbedaan situasi dan kondisi antara Lapas Perempuan Malang dan Lapas Mojokerto. Lapas Mojokerto merupakan Lapas campuran yaitu untuk narapidana laki – laki dan perempuan. Namun kebanyakan penghuninya adalah laki – laki. Sedangkan di Lapas Perempuan Malang, seluruh narapidanya adalah perempuan hingga petugasnya juga perempuan. Hal ini membuat NTW harus beradaptasi lagi dengan kondisi Lapas Perempuan Malang. Ketika awal masuk, NTW menempati sel penalin selama 2 minggu,

kemudian akan turun ke blok dan bergabung dengan narapidana lainnya. Kegiatan yang dijalani NTW ketika awal masuk di Lapas yaitu hanya mengikuti kegiatan keagamaan pondok pesantren. Kemudian setelah 2 bulan, NTW mengikuti kegiatan lainnya seperti bimbingan kerja merajut dan membentel. Kegiatan bimbingan kerja diikuti NTW setiap hari sesuai jadwal.

Awal NTW mengenal shabu ketika NTW duduk di bangku SMA. Pada saat itu NTW dikenalkan shabu oleh teman – temannya. Awalnya NTW menolak untuk mencoba barang tersebut, namun pada akhirnya mencoba dan menjadi ketagihan hingga mauk tahap candu. Yang dirasakan oleh NTW ketika menggunakan shabu adalah menjadi lebih semangat beraktifitas, tidak mudah lelah, dan ada rasa tenang . NTW memutuskan masih terus menggunakan shabu hingga saat dewasa dan sudah bekerja. Hal ini supaya NTW kuat untuk bekerja. Selama ini NTW menggunakan shabu di tempat kosnya. Hingga akhirnya NTW ditangkap polisi saat berada di kosnya. Pada saat itu NTW sedang bersama temannya yang sama – sama pengguna shabu. NTW baru saja menggunakan shabu pada saat itu dan hendak keluar kosnya. Pada saat membuka gerbang kosnya, NTW sudah dihadapkan dengan polisi dan kemudian NTW ditangkap bersama temannya. Pada saat itu NTW masih menyimpan beberapa shabu dan alat – alatnya di kos, sehingga NTW ditangkap dengan adanya barng bukti.

NTW merupakan individu yang cukup tertutup dengan lingkungan. NTW tidak suka berada di tempat keramaian, ia berkata bahwa ketika berada di tengah keramaian maka akan terasa tidak nyaman dan pusing. Selain itu NTW juga merasa lebih nyaman ketika berteman dengan laki – laki. Selama ini teman NTW kebanyakan adalah laki – laki. Menurut NTW, Laki – laki tidak banyak bicara yang tidak penting seperti

membicarakan orang lain dan laki – laki tidak mudah terbawa perasaan. Sekarang NTW harus berkumpul di satu tempat dengan banyak orang dan itu semua perempuan. Hal ini menjadi tekanan tersendiri untuk NTW. NTW mengaku sulit beradaptasi dan menerima keadaannya. Selain itu NTW juga jadi susah untuk bertemu dan berkomunikasi dengan keluarganya khususnya anaknya. Ketika masih di Lapas Mojokerto, NTW masih sering dijenguk oleh anaknya. Namun setelah dilayar ke Lapas Perempuan Malang, NTW tidak pernah di jenguk karena posisi yang cukup jauh. NTW merasa sering gelisah dan khawatir ketika tidak bisa menghubungi anaknya. Hal ini karena uang yang dimiliki NTW tidak banyak sedangkan jika ingin menelepon harus membayar. NTW sering sekali ingin menelepon anaknya namun terkendala biaya. Kebutuhan di dalam Lapas tidak sedikit. NTW sering kekurangan kebutuhan sehari – hari di Lapas karena tidak adanya uang untuk membeli kebutuhan.

### **Subjek 3**

Subjek ketiga berinisial FR berusia 31 tahun berasal dari Malang. FR menjadi narapidana baru karena kasus penipuan jaksa palsu. FR mendapatkan vonis hukuman selama 5 tahun. Setelah menjadi tahanan polres, kemudian FR dipindahkan ke Lapas Perempuan Malang. FR sudah menjalani hukuman penjara selama 9 bulan. Awal masuk di Lapas, FR tinggal di Sel Pengenalan Lingkungan (penalin) selama 2 minggu. Setelah itu, FR akan dipindahkan ke blok besar dan tinggal bersama narapidana lainnya. Kegiatan yang diikuti FR setelah turun di blok besar yaitu pondok pesantren. Selain itu juga FR sudah mulai melakukan aktifitas lainnya seperti piket blok, piket kamar, mencuci baju, mencuci piring, dan terkadang ada tugas – tugas lainnya. Sekitar 3 bulan selanjutnya, FR harus mengikuti kegiatan bimbingan kerja bagian limbah.



FR terjerak kasus penipuan karena dilaporkan oleh seseorang yang membeli mobil lelangan dari FR. FR mengatakan bahwa ia adalah seorang jaksa dan melakukan bisnis jual beli mobil hasil penyitaan. Pada awalnya, bisnisnya ini lancar – lancar saja sampai FR memiliki anak buah yang membantu bisnisnya itu. Sampai akhirnya FR menjual mobil dengan jumlah banyak kepada seseorang. Orang tersebut sudah membayar separuh dari total harga mobil – mobil tersebut. Namun, ketika FR akan memberikan mobilnya, FR tidak tau dimana letak mobil itu. FR tidak diberi akses untuk melihat mobil – mobil itu. Sampai akhirnya pembeli tersebut merasa ditipu FR dan akhirnya melaporkan FR. Setelah pelaporan itu, FR ditangkap polisi dengan posisi di Jogja dan akhirnya di bawa ke Malang untuk melanjutkan proses pengadilan. FR dituduh sebagai jaksa palsu dan akhirnya dijerat kasus penipuan. FR merasa sangat kecewa karena merasa perjuangannya selama ini untuk sampai menjadi PNS dan bekerja di kejaksaan sia – sia dan berakhir dengan mendekam di penjara. FR ditangkap bersama dengan 2 temannya yang mana dengan tuduhan membantu FR dalam tindak pidana penipuan.

FR merasa sulit untuk beradaptasi di Lapas karena sangat berbeda dengan kehidupannya di luar sana yang menurut dia sangat enak dan terjamin. Di luar sana FR bekerja dengan banyak asisten mulai dari asisten rumah tangga, supir, dan asisten di tempat kerjanya. Selain itu, ketika diluar sana FR merasa mudah mendapatkan apa saja yang ia inginkan. FR bisa melakukan apa saja yang diinginkan tanpa memikirkan biaya. Namun, ketika didalam Lapas, FR harus melakukan kegiatan semuanya sendiri dan tidak memiliki asisten. FR harus mencuci baju, mencuci piring, piket kamar, piket blok, piket cadong, dan lainnya sendirian tanpa asisten. FR juga harus berkumpul dengan orang – orang asing yang karakter dan wataknya menurut FR tidak baik, seperti suka berkata

kotor, berbicara nada tinggi, dan lain – lain. Selain itu, FR juga akan berpisah dengan sahabatnya yang juga ikut tertangkap dan terseret kasus FR. Sahabat FR akan keluar lebih dulu dalam waktu dekat. FR takut dan khawatir jika harus berpisah dengan temannya. FR merasa ia tidak bisa hidup jauh dari sahabatnya, begitu juga sahabatnya yang menurut FR tidak bisa jauh dari FR. FR takut bila ketika diluar nanti sahabatnya dipengaruhi orang luar dan akhirnya membenci dan melupakan FR, karena FR yang membuat sahabatnya ikut terjatuh kasus ini padahal sebelumnya sahabatnya tidak tau apa – apa.

#### **4.2.1 Sumber Stress Narapidana Baru**

##### **Subjek 1**

Sumber stress secara eksternal yang dialami MCL yaitu adanya tekanan dari lingkungannya untuk melakukan aktifitas yang sebelumnya tidak biasa MCL lakukan baik ketika sebelum masuk penjara ataupun ketika berada di Lapas Sidoarjo. MCL dituntut untuk bisa melakukan aktifitas seperti mengangkat air untuk mandi dan minum, mencuci baju, mencuci piring, piket membersihkan kamar dan blok, dan aktifitas – aktifitas lainnya. Hal ini mengakibatkan MCL harus mengerjakan aktifitas tersebut dengan pelan dan tidak jarang juga salah. Ketika hal tersebut terjadi, MCL akan dipandang sebagai anak yang malas dan manja. MCL menyadari bahwa ia tidak terbiasa dengan aktifitas seperti itu namun masih terus berusaha untuk bisa lebih baik lagi ketika mengerjakan aktifitas tersebut. MCL merasa bahwa perlakuan teman – teman kamarnya menjengkelkan dan membuat MCL malas untuk berkomunikasi dengan mereka. MCL sampai mendapatkan ancaman perundungan dari teman – temannya. Sumber stress secara internal dirasakan MCL yaitu adanya rasa takut ditinggal oleh teman yang menjadi sosok ibu bagi MCL di dalam Lapas. MCL takut tidak mampu bertahan sendiri karena selama

ini MCL selalu diperhatikan dan dirawat oleh temannya tersebut. Sebelum ditinggal oleh temannya, MCL sering menangis karena merasa khawatir dan takut.

Sumber stress secara eksternal ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Karena omongan orang, aku itu sering dapet omongan yang ga enak dan aneh - aneh padahal aslinya ga gitu. Contohnya kayak dibilang anak males, padahal ya karena sebelum disini aku ga pernah melakukan pekerjaan kayak angkat air, mencuci baju, mencuci piring, piket membersihkan kamar dan blok, itu karena emang di Lapas sebelume ga pernah gitu dan juga ga dibolehin sama ortu waktu masih di rumah jadi ya setiap melakukan aktifitas yang kayak gitu aku lama ngerjainnya. Tapi selama disini aku udah berusaha buat bisa ngerjain itu semua sendiri, tapi tetep aja diomongin kalo aku itu males anaknya, ga bisa mandiri.”*

Adanya ancaman perundungan ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Sampe pernah mba aku diancem dan dibilangi kalau misalnya waktunya aku piket orang - orang kamar itu bakal ngehabisin airnya sampe banyak gitu kan aku jadi harus kerja berkali – kali buat angkat air. Akhirnya tak piketin ke orang aja karena aku takut nanti dikerjain sama orang - orang.”*

Sumber stress secara internal ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Terus mba, kan aku dikamar itu punya mama - mama an, dia wes tak anggep mamaku sendiri, dia selalu ngopeni aku disini. Nah pas hari minggu kemarin dia udah pulang. Terus selama satu bulan sebelum mama pulang itu aku kepikiran terus mba, aku takut kalau ditinggal dia, takut ga ada yang njaga dan ngopeni aku. Disitu aku jadi sering nangis dikamar.”*

Hal ini diperkuat oleh pernyataan significant other yaitu teman dekat MCL :

*“cuman itu loh de e itu mesti kepikiran omongane orang – orang tentang de e.. de e sering dibilang arek males.. kayak e se dulu ndek rumah dimanja ya apalagi dia jadi anak tunggal sampe pas SMP baru punya adek..”*

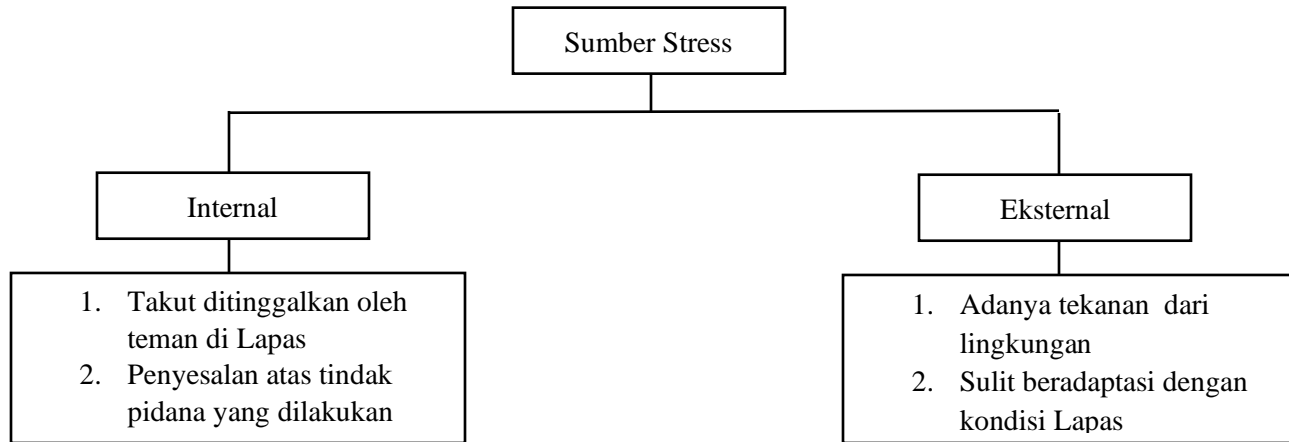
Selain itu juga adanya rasa penyesalan yang dirasakan MCL karena perbuatannya yaitu membunuh anaknya sendiri. Hal ini sesuai dengan pernyataan :

*“aku ya sering kepikiran anakku mba, masih kebayang bayang.. kadang suka nangis kalo inget dia.. nyesel rasanya mba ”*

*“rencanaku juga nanti setelah aku keluar dari sini aku masu langsung ke makam anakku mba.. mau minta maaf”*

## Skema No. 1

### Sumber Stress Subjek MCL



### Subjek 2

Sumber stress secara eksternal yang dialami NTW yaitu NTW tidak terbiasa untuk tinggal bersama orang banyak. NTW merasa merasa tidak nyaman hingga merasakan pusing. Selain itu NTW juga tidak terbiasa bergaul dengan perempuan. Dari dulu, NTW selalu berteman dengan laki – laki karena dirasa lebih nyaman berteman dengan laki – laki. Teman NTW juga tidak terlalu banyak karena NTW memang tidak terlalu suka bersosialisasi. Sumber stress secara internal dirasakan NTW yaitu susah memenuhi kebutuhan sehari – hari. NTW jarang diberi transferan uang oleh keluarganya dan di dalam Lapas juga tidak selalu ada pekerjaan. Selain itu juga NTW susah menjalin komunikasi dengan keluarga karena keterbatasan biaya untuk menelepon. NTW sering kepikiran keluarganya khususnya anaknya. Sumber stress NTW ditunjukkan dalam pernyataan :

“Ada banyak mba, pertama kan aku itu ga bisa kumpul sama orang banyak mba.. kayak kalo ada banyak orang itu aku pusing gitu loh. Lahkok disini kumpul sama orang banyak, cewe semuanya.. aku itu seumur umur temenku banyak cowonya mba.. itu pun ga banyak.. wes temen main itu - itu ajaa.. terus aku itu jarang keluar rumah kalo ga penting - penting banget. Wes jarang srawung sama orang gitu pokoknya mba. Jadi ya sumpek gitu mba rasanya. Terus itu kan aku ninggal anak mba dirumah sekarang dirawat sama kakaknya suamiku. Aku itu selalu kepikiran mereka mba, sedih banget rasanya jauh dari mereka. Tiap malem pas waktu tidur aku mesti sering nangis inget mereka. Untungnya ya mereka itu sek mau telpon sama aku mba. Suamiku juga masih mau ngurusin aku, masih mau transfer ke aku meskipun sebenarnya kita itu udah pisah ranjang mba, tapi belum cerai resmi di pengadilan, kemarin mau ngurus udah keburu aku masuk sini.”

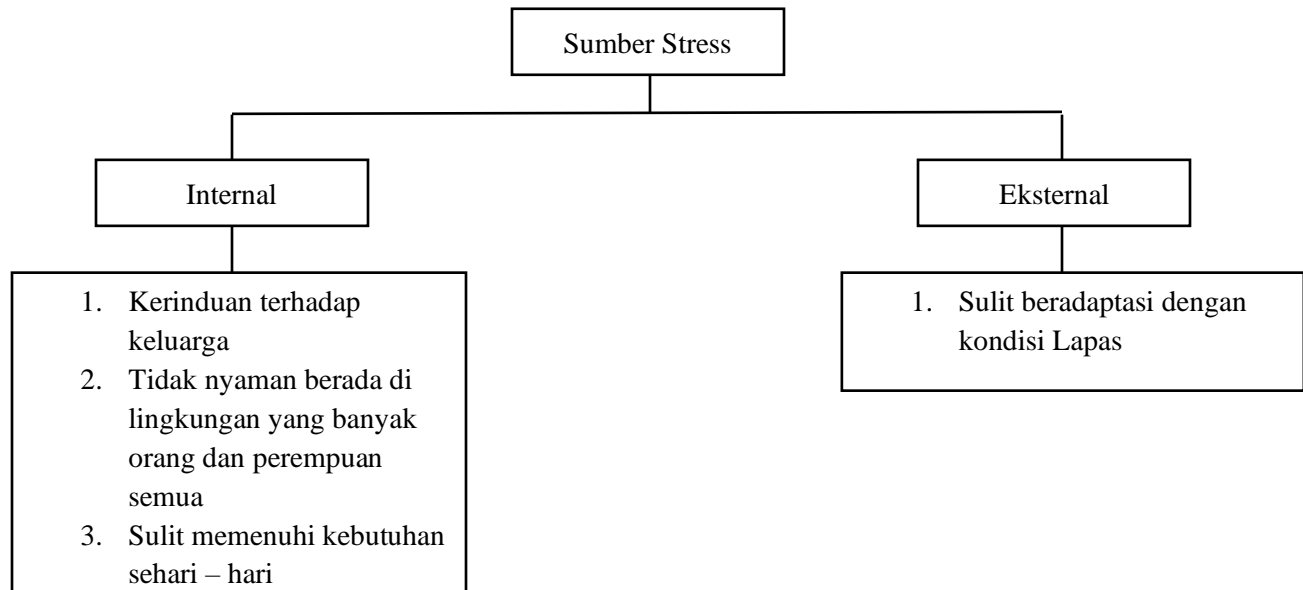
“Sebenere ya ngerasa nelongso gitu mba, jauh dari anak, kadang itu ya ga bisa telpon kalo pas ga ada transferan. Kan suamiku gak tentu transfernya mba. Kalo pas ada uang gitu sebenarnya lebih baik buat beli kebutuhan yang disini kayak sabun, sampo. Tapi ya kan ada kangennya mba sama anak kalo gak telpon”

Hal ini diperkuat oleh pernyataan *significant other* yang menyatakan :

“Akhir – akhir ini emang lagi banyak pikiran se dia mba.. kayak ga bisa tapcash an, ga ada transferan juga.. lama ga telepon anaknya ga ada pulsa soalnya”

### Skema No. 2

#### Sumber Stress Subjek NTW



### Subjek 3

Sumber stress FR secara eksternal yaitu lingkungan lapas dirasa FR kurang nyaman. Banyaknya kegiatan yang menurut FR tidak masuk akal seperti piket blok dan mengepel lapangan setelah hujan. Selain itu teman – teman FR yang seenaknya sendiri dan kasar ketika berbicara. FR tidak terbiasa dengan lingkungan dimana orang – orang berkata kasar dan membesarkan masalah – masalah kecil. Selain itu juga aturan yang sangat ketat juga membuat FR tidak nyaman. Sumber stress secara internal FR yaitu FR yang tidak terbiasa dengan aktifitas di dalam Lapas seperti mencuci baju, mencuci piring, piket kamar, piket blok, dan mengangkat air. Hal ini dikarenakan FR selama diluar Lapas dulu tidak pernah melakukan hal – hal diatas dan selalu memiliki asisten. Selain itu, adanya rasa takut dan khawatir karena akan ditinggal pergi oleh sahabatnya yang juga masuk di Lapas. FR merasa tidak mampu jika ditinggal sahabatnya karena memang sudah terbiasa bersama – sama sejak lama. Selain itu FR juga takut jika diluar nanti sahabatnya dipengaruhi orang lain dan akhirnya menjadi jauh dari FR dan tidak mempedulikan FR lagi yang ada di dalam lapas. Sumber stress FR ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Aku masih merasa susah adaptasi disini, banyak hal yang bikin aku gak nyaman. Contohnya itu ya orang – orang di blok itu kayak sak karepe dewe gitu.. mereka kalo ngomong itu kasar banget mesoh – mesoh.. aku kan ga biasa ya di lingkungan yang kayak gitu.. terus masalah kecil itu bisa jadi besar disini mba.. terus selain itu aturannya juga ketat banget.. banyak ga bolehnya banyak susahnyaa.. terus disuruhnya macem – macem.. yang nyapu blok, nyabuti rumput, bahkan ngepel lapangan bayangin mba.. lapangan basah habis hujan gitu itu kita disuruh ngepel.. aku ngepel pake kain tak lap terus tak peres gitu.. lapangan loh itu mbaa.. maksudku kan yow ajar nek lapangan basah habis hujan.. wes aneh pokoknya mba.. ga masuk akal menurutku..”*

*“tapi dia bulan depan ini sudah keluar.. aku sekarang ngerasa khawatir sama dia dan aku juga.. karena kita diluar itu selalu barengan kan mba.. aku takut ga bisa kalo ga ada dia.. aku disini ga kenal siapa – siapa mba cuman kenal dia aja.. terus aku juga khawatir dia waktu keluar nanti.. takut dia berteman sama orang*

yang ga bener dan akhirnya dia berubah mba.. takut dia hilang arah soalnya ya dia selalu sama – sama aku terus dari dulu”

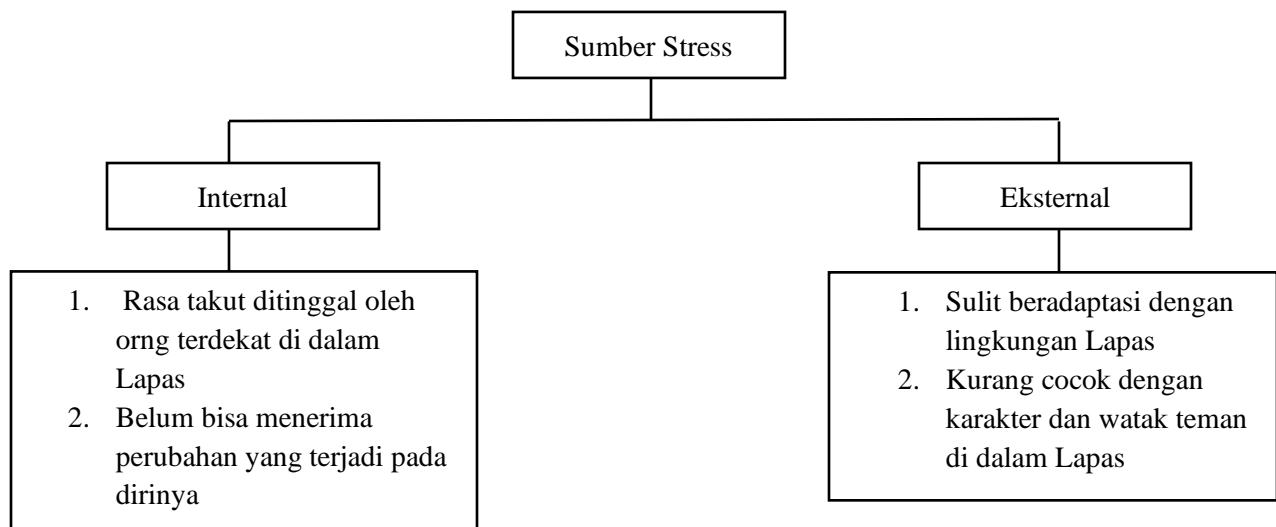
Hal ini juga diperkuat oleh pernyataan *significant other* yang mengatakan :

“Ya biasanya ada masalah kalo di blok, kayak salah paham atau apa gitu biasanya rame..”

“Ya baik – baik aja se, cuman dia bilang nek dia sedih aku mau pulang akhir tahun ini... dia kayak takut tak tinggal.. dia juga apa ya disini itu dia ga kebiasa sama pekerjaan sehari– hari, diluar selalu ada asisten mba.. jadi agak kesulitan lek disini. Sekarang ws ada pekerja dia”

### Skema No. 3

#### Sumber Stress Subjek FR



#### 4.2.2 Proses *Coping Stress* Narapidana Baru

##### Subjek 1

Proses *coping stress* MCL dimulai dari reaksinya terhadap sumber stress. Respon stress MCL terhadap stressor lingkungan ditunjukkan melalui respon perilaku dan respon afektif. respon MCL terhadap stressor lingkungan pada mulanya ditunjukkan dengan adanya kecenderungan marah dan kecenderungan menghindar. Sedangkan sekarang

MCL lebih cenderung diam dan menghindar. MCL menunjukkan agresinya dengan marah atau melabrak orang – orang yang sering mengatakan hal – hal jelek dan tidak sesuai dengan dia, kemudian MCL akan menjauh dari lingkungan itu dan meninggalkan orang – orang tersebut.

Respon perilaku ditunjukkan dengan :

*“Dulu itu aku marah mba sampe pernah itu aku ngelabrak “apa se maksudmu? Aku loh ga pernah ada salah sama kamu ga pernah ada masalah” tapi lama - lama aku milih diem mba sekarang, aku cuma senyum terus oergi dari situ. Kan apa ya sebenarnya yang selalu ngomongin aku itu orang - orang di kamarku mba. Jadi aku itu lebih suka sama temen - temen ku yang diluar kamar. Kalau sama mereka itu aku sering diajak ngobrol diajak baca buku jadi bisa bikin tenang pikiran mba”*

*“Yawes nerima omongan orang – orang tentang aku itu aja mba, karena aku ga bisa ngelawan juga. Kalo udah ga kuat gitu ya nangis biasanya. Cuman aku itu gamau mba kalo nangis di depan orang – orang, karena mereka pasti tambah seneng kalo aku nangis gara – gara mereka itu. Agak susah si sebenarnya adaptasinya, karena aku kan belum tau kondisi disini kaya gimana”*

MCL memandang situasi stressnya sebagai sebuah tekanan dan merasa dirinya direndahkan oleh orang – orang disekitarnya khususnya di kamarnya. MCL merasa bahwa dia masih berusaha untuk bisa melakukan aktifitas di Lapas dengan baik namun selalu mendapat omongan bahwa MCL anak yang malas dan tidak mandiri. Selain itu juga karena mama – mama an yang ada di kamarnya pulang, MCL sedih dan jadi sering nangis. Hal itu membuat MCL diejek dan merasa semakin direndahkan oleh orang – orang disekitarnya.

Pandangan MCL terhadap situasi stressnya ditunjukkan dengan :

*“Apa yaa.. aku ngerasa di rendahin sih mba sebenarnya. Kan kayak aku emang ga biasa ngerjakan sesuatu yang biasa dikerjakan disini kayak angkat air, cuci baju, piket blok jadi ya aku masih belajar gitu loh mba. Terus juga kan aku dulu ga deket sama mamauku mba dirumah.. terus pas disini aku ada sosok pengganti mama yang baik banget dan ngopeni aku.. orang yang istilahnya bisa gantiin*



*posisi mamaku selama disini, tapi ternyata orangnya sudah pulang. Jadi aku mikirnya ya wajar kalo emang aku merasa takut dan khawatir banget waktu mama pulang”*

Pengendalian diri MCL dalam menghadapi situasi stress ditunjukkan dengan MCL yang bisa lebih sabar karena dinasehati oleh mama – mamannya. Selain itu MCL juga lebih memilih untuk keluar dari kamar atau jika tidak bisa MCL akan memilih untuk diam dan mendengarkan radio. MCL berusaha untuk tidak berinteraksi dengan orang lain. Hal ini ditunjukkan dengan pernyataan:

*“Aku kebetulan bisa ngendaliin emosi sih mba, ya itu diajari dan dinasehati sama mama - mama anku. Jadi ya gitu aku mesti milih keluar kamar atau kalau emang pas ga bisa keluar kamar ak milih dikasurku aja diem pake headset dengerin radio. Pokoknya ga mau interaksi dulu sama mereka”*

Sejauh ini MCL mengatasi situasi stressnya dengan banyak diam. MCL menerima semua omongan tentang dia dan lebih memilih diam. Selain itu MCL juga lebih memilih untuk pergi menjauh dari orang – orang yang menjadi stressor nya. MCL lebih senang membaca buku, mendengarkan radio, menulis, atau bertemu dengan teman – teman diluar bloknya. Teman – teman diluar bloknya lebih bisa menjadi penenang dan penghibur MCL ketika sedang berada di situasi stress. Hal ini ditunjukkan dengan pernyataan :

*“Hmm.. gimana ya mba.. aku se ga ngapa - ngapain, yaudah diem aja dan aku mesti kayak menghindari situasi itu mba kayak yang tadi tak ceritakan ke mba. Terus nanti lama - lama mereka bakal diem lagi tapi dari aku nya masih suka kepikiran. Pas misal lagi keluar kamar sm temen - temen gitu aku bisa mba lupa sama kondisi di kamar, tapi pas aku sudah kembali, wah langsung inget lagi loh aku”*

*“Menghindari orang – orang yang bikin aku stress mba. Kayak keluar blok, atau baca buku, dengerin radio, atau nulis. Aku seneng banget nulis mba”*

Hal ini diperkuat oleh pernyataan *significant other* yaitu teman dekat MCL :

*“Diem dia sukanya, di kasur baca buku atau headset an gitu itu wes berarti ada masalah dia.. lek ga biasanya keluar blok ketemu sama temen – temen e yang lain”*

Waktu yang dibutuhkan MCL dalam menyelesaikan situasi stressnya tidak menentu. Namun biasanya sekitar dua sampai tiga hari. Dalam jangka waktu tersebut, orang – orang sudah berhenti membicarakan MCL. MCL mengatakan selama ia tidak menanggapi, orang – orang itu akan berhenti dengan sendirinya. Hal ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Ga menentu mba, biasanya kayak dua hari tiga hari gitu mereka udah diem mba ga ngomongin aku lagi. Selama aku diem mereka akan stop ngomongin aku.”*

Namun, ketika perkataan mereka sangat keterlaluhan sehingga membuat MCL marah, maka MCL langsung menanggapi dan marah kepada orang – orang tersebut. Hal ini mengakibatkan orang – orang itu terus membicarakan MCL.

*“Tapi kadang aku juga ada keselnya kalau udah kelewatan gitu kan aku nanggapi mereka gitu kan mba.. jadi ya mesti masih berlanjut sampe beberapa hari gitu mba.”*

Proses adaptasi yang dilakukan MCL sudah berjalan sekitar 5 bulan. MCL berusaha untuk mengerjakan semua aktifitasnya dengan lebih cepat dan lebih baik. Hal ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Terus aku juga kan adaptasi sama aktifitas disini jadi aku belajar biar cak cek gitu mba kalo ngerjain sesuatu, nah itu juga berpengaruh ke mereka jadi ga memandang aku sebagai anak males yang ga bisa ngapa – ngapain. Itu sudah berjalan sekitar hampir 5 bulan”*

Hal ini diperkuat oleh pernyataan *significant other* yaitu teman dekat MCL :

*“Dulu se masih kesulitan ya dia itu, kan beda banget ya kondisi disini sama di luar. Dia juga masih kecil sek polos gitu loh mba ga tau apa – apa juga. Tapi lama – lama y awes biasa se, wes bisa mandiri sekarang. Banyak belajar dia ndek sini”*

Dukungan dari keluarga menjadikan MCL bisa lebih kuat lagi dan merasa termotivasi untuk bertahan dengan keadaannya. MCL setiap kali menghubungi keluarganya ia akan mengatakan bahwa ia tidak kuat dengan kondisi di Lapas. Disitu

orang tua MCL khususnya mamanya akan memberi penguatan kepada MCL dan menasehati untuk bisa lebih sabar lagi. Dengan begitu bisa membuat MCL menjadi lebih kuat dan merasa lega. Hal ini ditunjukkan dengan pernyataan :

*“Aku kalo misal telpon keluarga gitu cuma bilang “ma aku ga kuat ndek kene” itu langsung disemangati mba, tapi aku ga cerita masalahku mba cuma bilang gitu aja. Soalnya takut kalo bikin orang tua kepikiran juga. Biasanya kalo udah di semangati trus dinasehati gitu aku bisa lebih kuat mba, lebih lega juga se rasanya”*

Selain dukungan keluarga, dukungan teman di Lapas juga memengaruhi MCL dalam menyelesaikan situasi stressnya. Terlihat dari MCL yang lebih nyaman berteman dengan teman dari luar kamar atau bloknya. Teman – teman MCL sering mengajak MCL untuk membaca buku bersama, mengobrol, bercerita, dan bergurau. Hal ini bisa membuat MCL sejenak melupakan situasi stress di kamarnya dan bisa membuat emosinya menjadi jauh lebih baik. Hal ini ditunjukkan dengan pernyataan :

*“Cukup membantu mba, apalagi temen – temenku yang diluar blok, mereka baik semua ke aku. Biasanya kalo aku ada masalah di kamar gitu aku keluar blok sama mereka terus diajak baca buku, duduk – duduk di belakang sama cerita dan bercanda.. aku jdi keslimur mba sama masalahku.. jadi lupa, tapi kalo balik kamar biasanya masih ada rasa kesalnya... tapi udah ga terlalu karena moodku bagus habis main sama temen – temen”*

Hal ini diperkuat oleh pernyataan *significant other* yaitu teman dekat MCL :

*“aku sering ngasih saran ambek nasehat ke dia kalo dia ada masalah, kan dia itu sek kecil ya jadi kadang sek ga tau harus gimana...”*

*“mesti tak bilangin dia itu “wes ta sel ga usah dipikirno”*

MCL mengatakan bahwa ia merasa belum bisa sepenuhnya mampu dalam menyelesaikan situasi stressnya. Ketika MCL hanya diam saja ketika mendapat omongan dari orang lain, hal ini bisa membuat orang – orang tersebut berhenti. Namun tidak berapa lama, orang – orang tersebut kembali mengejek dan mengatakan hal – hal yang

tidak benar lagi tentang MCL. Hal ini membuat MCL menjadi merasa stress lagi.

Keberhasilan MCL dalam mengatasi situasi stress ditunjukkan dengan pernyataan :

*“Aku ya ga bisa berbuat banyak mba, paling ya diem itu aja. Kalo tak ladenin itu mereka tambah seneng soalnya. Dan kalo aku diem ya wes mereka diem selesai. Tapi nanti pasti beberapa hari setelahnya mulai lagi”*

Sedangkan ketika MCL merasa sudah benar – benar tidak mampu menghadapi dan mengatasi situasi stress yang dialami, MCL akan merasa ingin marah tetapi ditahan karena takut ditegur oleh petugas atau ibu – ibunya. Sehingga disitu MCL akan menangis tetapi ia MCL tidak ingin menangis dihadapan orang lain. Hal ini ditunjukkan dengan pernyataan :

*“Kalau sudah kayak gitu biasanya emang mereka udah kelewatan mba. Itu aku wes marah tapi ya ga bisa marah juga kan aku takut nanti ditegur ibu - ibunya. Jadi yawes nangis lagii.. aku cengeng emang mba, gampang banget nangis. Tapi kalo nangis mesti sebisa mungkin ga didepan orang – orang khususnya ya orang yang ngomongin aku itu”*

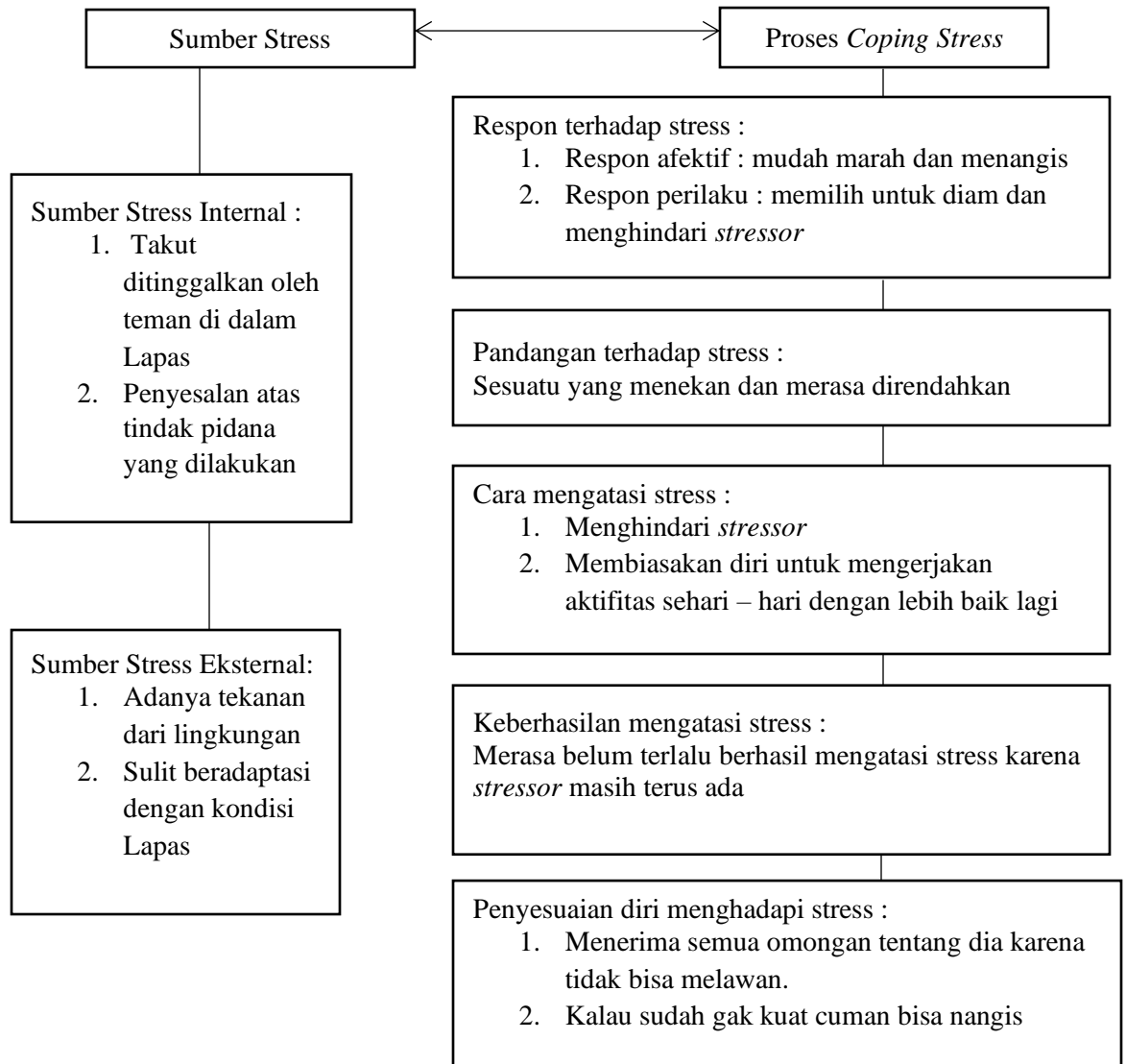
Namun, ketika MCL sedang tidak bisa menangis ia akan menahannya dan akan berdampak pada ko'ndisi fisiologisnya. MCL akan merasa pusing. Hal ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Kadang gitu kalo aku wes ga kuat nahan nangis, jadinya pusing banget kepalaku kayak berat gitu mba, karena nahan nangis”*

MCL merasa belum terlalu berhasil dalam menyelesaikan situasi stressnya. Ketika MCL menghindar dari stressor nya, MCL bisa sejenak menjadi lebih tenang dan emosinya stabil.namun ketika menghadapi situasi stress itu lagi, MCL kembali tertekan dan merasa stress. Hal ini ditunjukkan dengan pernyataan:

*“Belum berhasil banget sih mba, jadi misal aku keluar kamar sama temenku, itu aku bisa lupa sama stress aku, cuma ya pada saat itu aja. Nanti kalau sudah kembali ke kamar yaudah aku bakal inget lagi sama kejadiannya dan bakal ngerasa stress lagi.”*

**Skema No. 4**  
**Sumber Stress dan Proses *Coping Stress* Subjek MCL**



**Subjek 2**

Proses *coping stress* NTW dimuali dari respon NTW terhadap stress yaitu ditunjukkan dengan adanya respon kognitif yaitu kecemasan, kekhawatiran, dan melemahnya konsentrasi yang berakibat pada susah tidur. NTW juga sering melamun ketika memikirkan masalah yang menjadi stressornya. Selain itu juga adanya respon

afektif yang ditunjukkan dengan NTW yang sering menangis ketika malam hari. Sebenarnya NTW ingin marah namun ditahan dan akhirnya menangis. Repon NTW terhadap stress ditunjukkan dengan pernyataan :

*“Ya nangis gitu mba, nelongso rasanya. Pengen marah sebenarnya cuman kalo missal aku wes marah gitu ya, malah takut kebiasaan nanti malah kena hudis. Banyak diemnya aku mba. Wes tak pendem sendiri pokoke. Kadang gitu ngelamun, terus tiba – tiba ditegur sama temenku”*

*“Jadi susah tidur mba.. mungkin yak arena kepikiran itu kan.. sampe susah tidur kayak biasanya jam setengah 9 gitu wes ngantuk tapi kalo pas lagi banyak pikiran jam 9 itu loh ga ngantuk mba cuman ketap – ketip aja.. ya sama takut juga dilihat ibu – ibuannya jadi ak mesti pura – pura tidur.. terus kalo udah tidur baru berapa menit gitu setengah jam itu wes kebangun lagi.. susah tidur lagi.. pokoknya jadi mikir terus gitu mba.. sampe diajak ngomong itu kadang ga nyauti kata temenku”*

NTW memandang situasi stress dengan pasrah dan menerima keadaannya. NTW ingin berontak namun hal itu tidak mungkin karena bisa berdmapak buruk untuk dirinya sendiri. NTW juga merasa prihatin dengan keadaannya sekarang karena jauh dari anak dan tidak selalu mendapat transferan uang dari suaminya. Pandangan NTW terhadap situasi stessnya ditunjukkan dengan pernyataan :

*“Ya gimana ya mba, namanya juga wes dipenjara yaudah pasrah diterima aja kondisinya. Mau berontak juga ga bisa kan. Kayak kudu tinggal sama orang banyak, yawes aku diem aja paling banyak dikamar aja kalau ga ngapa – ngapain. Sebenere ya ngerasa nelongso gitu mba, jauh dari anak, kadang itu ya ga bisa telpon kalo pas ga ada transferan. Kan suamiku gak tentu transfernya mba. Kalo pas ada uang gitu sebenarnya lebih baik buat beli kebutuhan yang disini kayak sabun, sampo. Tapi ya kan ada kangennya mba sama anak kalo gak telpon”*

Pengendalian diri NTW dalam menghadapi situasi stress nya yaitu dengan berdiam diri menyendiri di kasur. Hal tersebut dilakukan karena NTW berusaha untuk tidak menyalurkan emosinya karena NTW takut jika terkena masalah dan akhirnya mendapatkan hukuman disiplin (hudis). Selain itu NTW juga banyak beristighfar. Pengendalian diri NTW ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Ya itu tadi se mba, diem gitu. Menyendiri biasanya di kamar di kasur. Sama banyak – banyak istighfar biar ga apa ya.. ga membeludak gitu loh mba emosinya. Aku jujur takut banget dihudis disini”*

Ada beberapa cara yang NTW lakukan untuk menyelesaikan masalah yang menimbulkan situasi stress. Pertama yaitu jika NTW tidak memiliki uang dan tidak ada transferan dari keluarga, NTW akan mencari pekerjaan didalam blok. NTW bekerja mencuci baju, mengangkat air, dan piket blok. Semua itu akan dibayar oleh orang yang menggunakan jasa bantuan NTW. Hal ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Kalo misalnya yang masalah susah telpon karena ga ada transferan aku coba cari kerjaan disini. Bisa angkat air, nyuci, atau piket blok. Itu kan nanti dapat uang mba bisa buat telpon anak.”*

Ketika NTW benar – benar tidak ada uang dan kebutuhan sehari – hari habis, NTW akan meminta kepada temannya dan nanti ketika sudah ada uang akan diganti. Hal ini sesuai dengan pernyataan :

*“Terus kalo pas kebutuhan habis gitu ya kayak sabun atau sampo aku biasanya minta ke temen mba kalo emang terpaksa udah habis punyaku, nanti tak ganti kalau aku udah transferan. Untungnya masih ada temen yang baik mau bantu aku disini meskipun ya sama – sama susah.”*

Namun untuk masalah lingkungan, NTW merasa tidak bisa berbuat apa – apa. Yang NTW bisa lakukan hanya berdiam diri di kamar dan menghiraukan sekitarnya. Hal ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Kalau yang masalah lingkungan aku ga bisa apa – apa. Cuman bisa diam aja di kamar baca buku. Berusaha menghiraukan yang lain karena sumpek mba.”*

Hal ini dipekuat oleh pernyataan *significant other* yang menyatakan :

*“Dia selalu diem dipendam sendiri gitu, kalo ga ditanya dia ga bakal cerita itu mba.. kalo ga gitu dia sering nangis”*

Waktu yang dibutuhkan NTW dalam menyelesaikan situasi stress yaitu sekitar satu minggu. Ketika NTW tidak memiliki uang dan harus bekerja, membutuhkan waktu

satu minggu untuk akhirnya uangnya terkumpul dan bisa digunakan untuk membeli kebutuhan serta menelepon keluarga. Sedangkan untuk masalah lingkungan, NTW tidak bisa berbuat apa – apa dan hanya bisa menalannya saja. Hal ini ditunjukkan dengan pernyataan :

*“Tergantung mba.. tapi biasanya yaa sekitar satu mingguan. Kan kalo misal aku ga ada uang buat beli kebutuhan atau untuk telpon gitu kan aku kerja ya mba.. nah itu biasanya kekumpul misal satu minggu aku kerja baru ada uangnya.. kalo yang masalah lingkungan gitu ya ga bisa di selesaikan se mba rasanya.. yaudah tak terima tak jalani aja”*

Bagi NTW, lingkungan berpengaruh dalam penyelesaian situasi stress. Lingkungan bisa membantu NTW dalam mendapatkan penghasilan. Selain itu juga teman NTW banyak yang selalu menghibur dan mengajak NTW ngobrol. Hal ini ditunjukkan dengan pernyataan :

*“Ya berpengaruh sih mba, dari mereka aku bisa kerja kan dapet uang buat telepon anak sama suami. Terus beberapa memang suka menghibur aku mba mungkin karena aku sering kelihatan sendirian, diem gitu mungkin ya jadi mereka baik menghibur aku ngajak ngomong aku.”*

Hal ini diperkuat dengan pernyataan *significant other* :

*“kita saling nolong selama ini. Kalo dia butuh apa – apa selalu tak bantu.. begitupun juga dia kayak gitu ke aku”*

Keluarga juga berpengaruh untuk NTW dalam menyelesaikan situasi stress. Ketika NTW mendapatkan kabar dari keluarga maka ia akan merasa tenang dan lega tidak kepikiran lagi. Hal ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Kalo keluarga ya pokoknya mereka sehat baik – baik aja aku wes tenang rasanya.”*

NTW merasa masih kurang mampu menyelesaikan situasi stress yang dihadapinya. Hal tersebut terjadi Karena pekerjaan di blok tidak selalu ada sedangkan transferan juga jarang. Sedangkan untuk masalah lingkungan NTW juga tidka bisa berbuat



apa – apa. NTW masih belum terbiasa dan belum nyaman dengan kondisi lingkungan di Lapas. Hal ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Belum mampu banget sih mba sebenarnya. Karena kadang kan kayak kerjaan disini ga selalu ada juga. Terus suami juga ga selalu transfer ke aku. Terus kalo masalah lingkungan juga Cuma bisa diam aja, mau protes juga ga bisa wong namanya juga dipenjara ya keadaannya gini. Cuma ya sek belum bisa biasa aja si kayaknya ya mba jadi aku masih gak nyaman.”*

Keberhasilan NTW dalam menyelesaikan situasi stress dirasakan NTW cukup berhasil. Ketika NTW bekerja dan memiliki uang maka NTW akan merasa tenang karena bisa membeli kebutuhan sehari – hari dan bisa menghubungi keluarga.

*“Cukup berhasil mba, kalo misal udah kerja dapet uang akhirnya bisa telpon anak dan suami. Seneng deh..”*

Sedangkan ketika NTW meminta kebutuhan sehari – hari ke temannya, sebenarnya NTW merasa tidak enak. Namun sejauh ini NTW selalu bisa mengembalikannya.

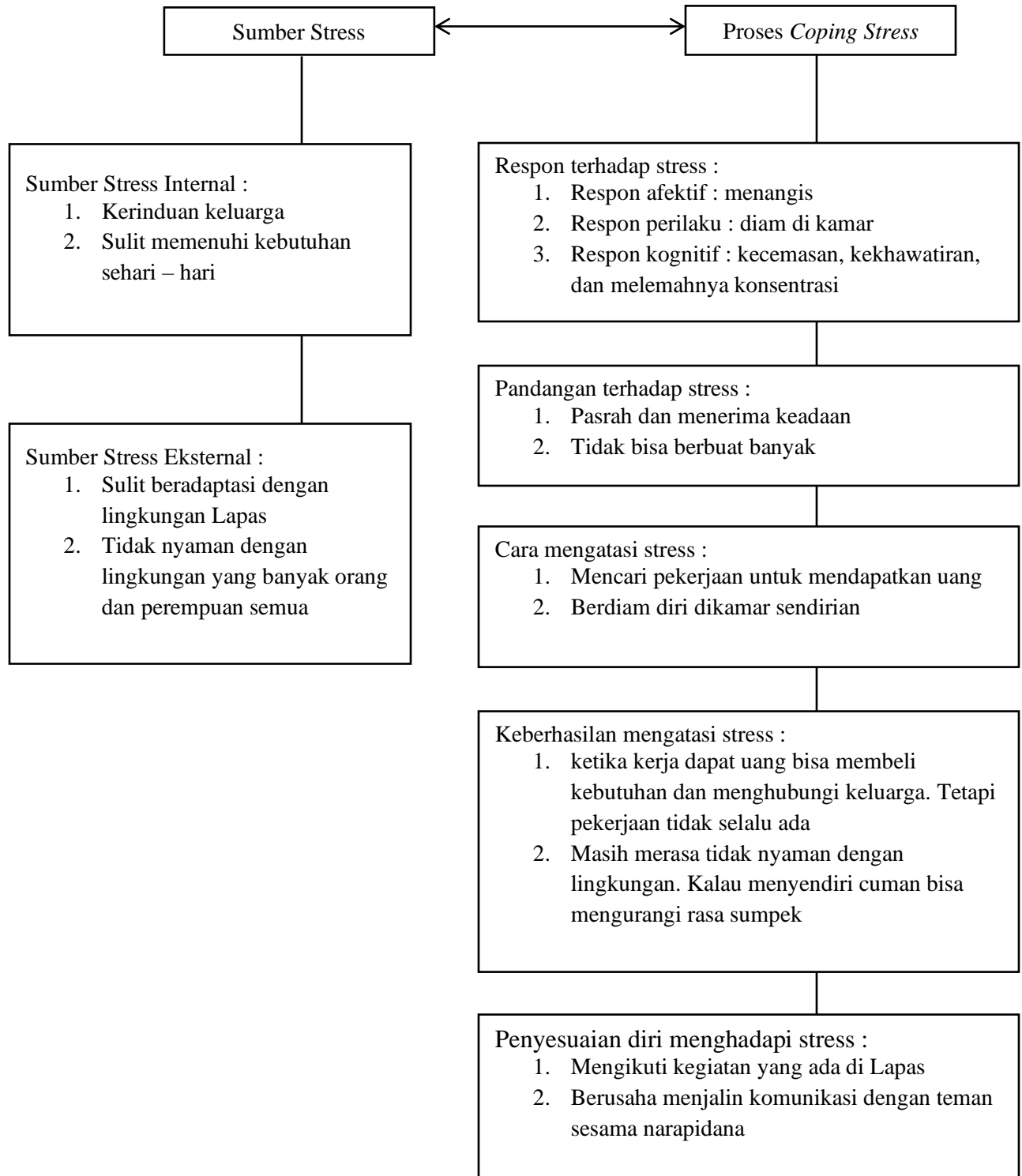
*“kalo masalah kebutuhan yang habis gitu sebenarnya ya ngerasa ga enak aku mba Cuma selama ini aku bisa nggantiin barang mereka yang tak pake..”*

Untuk masalah lingkungan, NTW masih merasa tidak nyaman. Ketika NTW menyendiri di kamar hal itu bisa mengurangi rasa sumpek NTW namun masih ada rasa sumpeknnya.

*“kalo yang masalah lingkungan ini ga berhasil rasanya mba sek tetep ga nyaman aku di lingkungan yang banyak orang gini apalagi cewe semua ak ga biasa mba masihan. Lek pas menyendiri di kamar di kasur gitu ya ngurangi rasa sumpek sebenarnya Cuma masih berasa sumpeknnya”*

### Skema No. 5

#### Sumber Stress dan Proses *Coping Stress* Subjek NTW



### Subjek 3

Proses *Coping stress* FR dimulai dari respon yang muncul dari diri FR. Respon stress yang muncul yaitu respon afektif dan perilaku. FR merasa jadi mudah marah dan sangat sensitive. Selain itu FR juga jadi susah tidur. Hal ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Aku jadi gampang membeludak kalo lagi banyak pikiran dan ada yang bikin marah itu.. dulu waktu masih diluar gitu aku sek bisa ngempet dan ngalihin ke hal – hal lain mba.. sekarang itu ga tau kenapa jadi gampang marah dan membeludak.. aku sampe ga peduli wes masio dihudis.. terus ya aku mesti mikirin masalahku itu sampe yang ga bisa tidur mba..”*

*“Marah mba.. ga tau kenapa aku jadi lebih sensitive gitu loh disini itu.. gampang marah.. terus biasanya ya jadi kepikiran sampe ga bisa tidur”*

Selain itu, respon yang ditunjukkan FR ketika menghadapi situasi stress yaitu respon kognitif. FR jadi susah konsentrasi dan focus ketika diajak bicara oleh teman – temannya. Hal ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“sama sering gelamun diajak ngomong itu loh aku sering kayak hah opo kamu ngomong karo aku a? gitu mba.. aku juga dimarahin sahabatku kalo ngelamun gitu”*

*“diajak ngomong itu ga focus mba kata temen – temenku”*

Hal ini diperkuat oleh pernyataan *significant other* yang mengatakan:

*“Diem se biasanya mba, diem dikamar sendirian gitu.. tapi ya kadang dia emosi juga kalo ada masalah itu kadang rame , sama nangis juga.. yang sering ya sendirian ndek kamar itu”*

Pandangan FR terkait situasi stressnya sebagai sesuatu yang menyiksa. FR merasa sulit beradaptasi di lapas. Selain itu, FR juga kepikiran sahabatnya yang akan pulang dalam waktu dekat . hal ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Sesuatu yang menyiksa menurutku. Aku sulit banget adaptasi disini jadi sumpek rasanya.. ditambah lagi kepikiran sahabatku yang mau keluar.. haduhh jadi semuanya tak piker gitu loh mba..”*

Pengendalian diri FR ketika menghadapi situasi stress masih kurang. FR masih sering membeludak emosinya dan menjadi sangat sensitive ketika sedang banyak pikiran. Hanya karena masalah sepele FR jadi bisa marah dan adu mulut dengan temannya. Hal ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Susah mba, aku itu gampang membeludak marahnya. Misalnya ada masalah sama orang blok gitu ya aku mesti gampang membeludak marahnya.. padahal ya masalah sepele sebenarnya.. membeludaknya ga sampe yang berantem gitu se.. cuman jadi kayak adu mulut”*

*“ga tau kenapa ya akhir – akhir ini aku ya marah kalo digituin.. sampe aku wes keluar kamar mandi gitu aku sek ngomel – ngomel.. terus masalah dikamar biasanya kalo ada yang cekcok gitu aku muales dan akhire aku ngomong heh lapo se ojok rame ae talahh, sumpek loh “*

Namun, setelah emosi FR berusaha untuk meredam emosinya dengan menyendiri dan mencari ketenangan seperti pernyataan :

*“emosiku mba menyendiri dulu.. butuh ketenangan biar bisa tenang lagi tapi akhire setelah aku kayak gitu aku berusaha buat meredam”*

Cara FR menyelesaikan situasi stress nya yaitu dengan berdiam diri dikamar dan beristighfar. FR berusaha untuk menenangkan dirinya dengan diam sendirian di kamar.

Hal ini sesuai dengan pernyataan :

*“Gak tau ya, bisaku ya diem aja.. aku istighfar.. terus mendingan sendirian gitu gak mau diganggu orang – orang, takute malah nyemprot mereka mba.. aku diem di kasurku gitu pura – pura baca buku asline biar ga diajak ngomong aja.. diem mba pokoknya..”*

*“Lebih banyak diam si mba , diam sendirian di kamar di kasurku baca buku..”*

*“kalo udah semua itu ya aku diem aja dikamar”*

FR menyelesaikan situasi stressnya juga dengan cara mencari pekerja untuk dirinya di dalam Lapas sehingga FR tidak perlu mengerjakan semuanya sendiri. Hal ini sesuai dengan pernyataan:

*“aku juga disini ada pekerja mba yang mbantu ngangkat airku, nyuci bajuku, kadang ya miketin aku... karena aku merasa ga sanggup kalo ngerjakan itu semua. Aku ga kebiasa soalnya waktu diluar aku sibuk kerja tok”*

Waktu yang dibutuhkan FR untuk menyelesaikan stress dari masalah – masalah kecil bisa langsung diselesaikan saat itu juga. Namun pada akhirnya masih jengkel dan kepikiran. Hal ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Sampe sekarang ya masih merasa di situasi stress mba, cuman kan kalo ada masalah – masalah kecil itu bisa langsung diselesaikan saat itu juga.. tapi sek kepikiran biasanya sek jengkel, itu lama jengkelnya.. sek ga nyaman sekarang itu mba..”*

FR masih kepikiran sahabatnya yang akan keluar dari Lapas, sampai sekarang FR masih merasa takut dan cemas akan kondisi kedepannya seperti apa. Hal ini sesuai dengan pernyataan :

*“apalagi kepikiran sahabatku mau keluar itu sampe sekarang sek takut sama khawatir aku itu.. ga tau sampe kapan”*

Lingkungan Lapas menjadi stressor untuk FR. Ketika FR ingin menyendiri ia sangat kesulitan karena memang tinggal bersama banyak orang dan di kamarnya juga selalu ada orang sehingga FR sulit mencari ketenangan. Tetapi masih ada teman dan sahabatnya yang bisa memahami FR. Hal ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Sebenarnya kalo lingkungan justru yang jadi sumber stress ku kayake ya. Kan misal aku lagi pengen menyendiri gitu susah dikamar kan isinya ga cuman aku jadi mesti sek banyak orang.. tapi aku berusaha nyuekin aja.. dan ya masih ada beberapa teman dan sahabatku yang mensupport aku mba.. mereka sek mau ngerangkul aku.. terus juga sahabatku selalu nguatn aku selalu bilang ga papa pasti bisa walau tanpa dia, dia bilang bakal sering jenguk aku kesini dan gak bakal lupain aku ..”*

Keluarga juga cukup memberi pengaruh kepada FR. Ketika FR menghubungi mamanya, FR merasa bisa cerita semuanya sehingga merasa lega dan mendapatkan

semangat dari mamanya. Suasana hati FR menjadi lebih baik ketika menghubungi mamanya. Hal ini sesuai dengan pernyataan

*“keluarga se ya lumayan berpengaruh juga biasanya kalo telpon mama itu seneng banget aku bisa denger suarane mamaku terus aku cerita buanyak sama mama dan mama juga nyemangatin aku, seneng rasanya kalo habis telpon moodku bagus mba”*

FR sudah cukup mampu menyelesaikan situasi stressnya. FR berusaha untuk membiasakan diri dengan aktifitas di Lapas. FR juga sudah memiliki pekerja sehingga bisa lebih ringan aktifitasnya. Namun memang ada beberapa pekerjaan yang ga bisa diwakilkan oleh pekerjanya. Hal ini sesuai dengan pernyataan :

*“Gimana yaa.. dibilang mampu ya ga mampu sebenarnya. Masalah adaptasi disini itu ya aku masih berusaha untuk membiasakan kegiatan disini.. terus juga udah ada pekerja jadi aku ga terlalu sulit juga... paling cuman iku kegiatan wajib kayak ponpes dan bengker.. cuman kadang kan ada tugas dadakan dari petugas kayak mbersihin lapangan, angkat – angkat barang.. itu kan ga bisa diwakilin sama pekerja ku jadi yawes tak kerjakan mau ga mau.”*

FR tidak bisa berbuat apa – apa dengan keputingannya. FR masih merasa takut dan khawatir serta masih sering menangis. Hal ini sejalan dengan pernyataan :

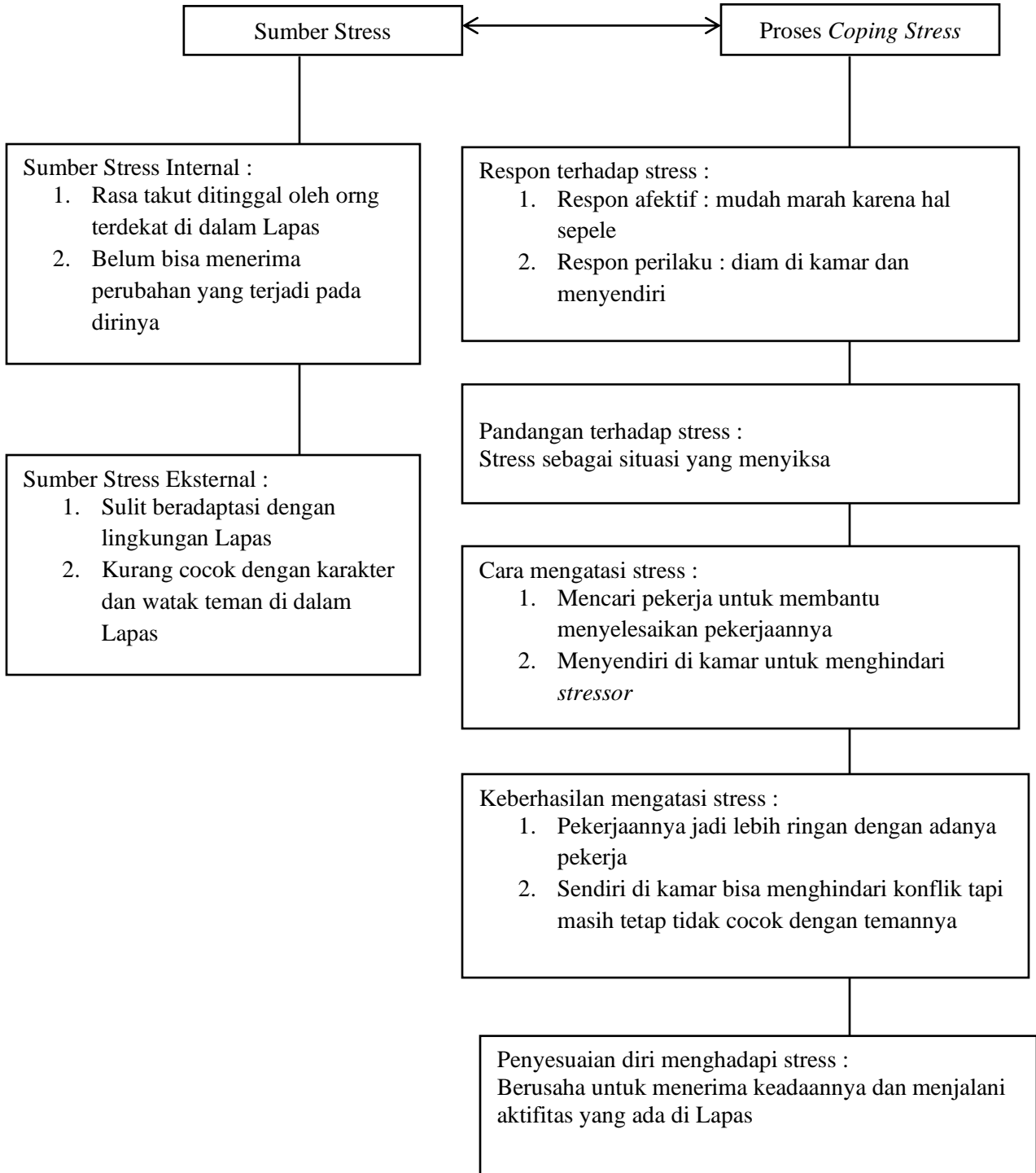
*“Terus masalah keputingannya sahabatku ini aku juga ga bisa berbuat apa – apa juga mba.. masih kepikiran terus, sering nangis”*

FR merasa sudah cukup berhasil dalam menyelesaikan situasi stress nya. Sekarang sudah memiliki pekerja sudah lebih ringan pekerjaannya. Namun masih ada beberapa pekerjaan yang tidak bisa dikerjakan oleh pekerjanya sehingga FR harus mengerjakannya sendiri. hal ini sejalan dengan pernyataan :

*“Cukup berhasil menurutku ya mba.. pas dulu masih awal – awal aku ga punya pekerja gitu aku kesulitan banget.. berasa banget mba stressnya aku tertekan pol ndek sini.. sekarang wes ada pekerja aku jadi lebih enteng Alhamdulillah.. tapi ya balik lagi kataku tadi masih ada kerjaan yang ga bisa diwakilkan pekerjaku.. muales itu aku aslinya mba”*

## Skema No. 6

### Sumber Stress dan Proses *Coping Stress* Subjek FR



### 4.2.3 Jenis *Coping Stress* Narapidana Baru

#### Subjek 1

Jenis coping stress yang dilakukan oleh MCL yaitu kombinasi antara problem focused coping dan emotional focused coping. Problem focused coping yang dilakukan MCL yaitu *seeking social support*. MCL berusaha untuk mencari dukungan sosial berupa dukungan emosional seperti nasihat dan semangat dari keluarga dan teman – temannya. MCL merasa ketika mendapat dukungan dari orang – orang di sekitar dan keluarganya ia akan menjadi lebih semangat dan bisa menghadapi masalah yang sedang menimpanya. Hal ini ditunjukkan dengan pernyataan :

*“Jadi aku itu lebih suka sama temen - temen ku yang diluar kamar. Kalau sama mereka itu aku sering diajak ngobrol diajak baca buku jadi bisa bikin tenang pikiran mba”*

*“ya itu diajari dan dinasehati sama mama - mama anku.”*

*“Pas misal lagi keluar kamar sm temen - temen gitu aku bisa mba lupa sama kondisi di kamar”*

*“Aku kalo misal telpon keluarga gitu cuma bilang “buk aku ga kuat ndek kene” itu langsung disemangati mba, tapi aku ga cerita masalahku mba cuma bilang gitu aja. Soalnya takut kalo bikin orang tua kepikiran juga. Biasanya kalo udah di semangati trus dinasehati gitu aku bisa lebih kuat mba, lebih lega juga se rasanya”*

Jenis coping stress MCL yang selanjutnya yaitu emotional focused coping. MCL memilih untuk menghindari *stressor* dengan cara keluar dari blok, atau membaca buku, mendengarkan radio, dan menulis. Hal ini bisa membuat MCL merasa lebih tenang dan bisa mengendalikan diri. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan :

*“Hmm.. gimana ya mba.. aku se ga ngapa - ngapain, yaudah diem aja dan aku mesti kayak menghindari situasi itu mba kayak yang tadi tak ceritakan ke mba. Terus nanti lama - lama mereka bakal diem lagi tapi dari aku nya masih suka kepikiran. Pas misal lagi keluar kamar sm temen - temen gitu aku bisa mba lupa*

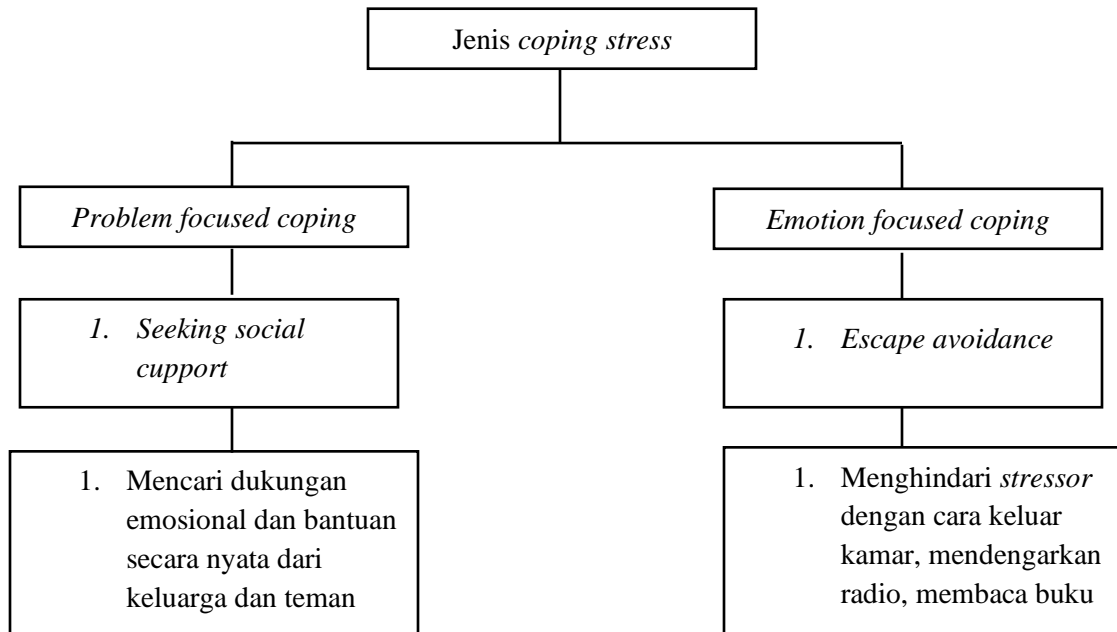


sama kondisi di kamar, tapi pas aku sudah kembali, wah langsung inget lagi loh aku”

“Jadi ya gitu aku mesti milih keluar kamar atau kalau emang pas ga bisa keluar kamar ak milih dikasurku aja diem pake headset dengerin radio. Pokoknya ga mau interaksi dulu sama mereka”

### Skema No. 7

#### Jenis Coping Stress Subjek MCL



#### Subjek 2

Jenis coping stress NTW yaitu kombinasi antara problem focused coping dan emotional focused coping. Problem focused coping yang dilakukan NTW yaitu keaktifan diri. NTW berusaha menyelesaikan situasinya dengan cara mencari pekerjaan sehingga bisa memenuhi kebutuhan sehari – hari dan bisa menghubungi keluarganya. Selain itu juga NTW juga melakukan coping dengan *seeking social support*. NTW mencari dukungan emosional dan bantuan secara nyata dari keluarga dan teman – temannya di Lapas. NTW mendapatkan dukungan emosional seperti penguatan dari

keluarga dan teman. Selain itu juga NTW mendapatkan bantuan secara nyata dari temannya berupa kebutuhan sehari – hari. Hal ini ditunjukkan dengan pernyataan :

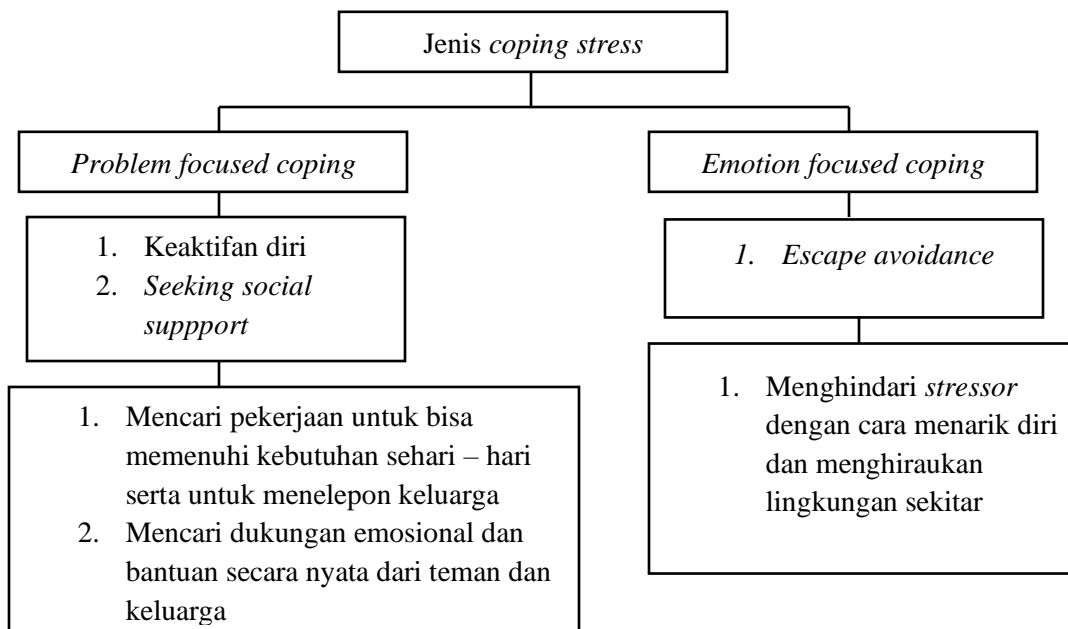
*“Kalo misalnya yang masalah susah telpon karena ga ada transferan aku coba cari kerjaan disini. Bisa angkat air, nyuci, atau piket blok. Itu kan nanti dapat uang mba bisa buat telpon anak. Terus kalo pas kebutuhan habis gitu ya kayak sabun atau sampo aku biasanya minta ke temen mba kalo emang terpaksa udah habis punyaku, nanti tak ganti kalau aku udah transferan. Untungnya masih ada temen yang baik mau bantu aku disini meskipun ya sama – sama susah.”*

*“dari mereka aku bisa kerja kan dapet uang buat telepon anak sama suami. Terus beberapa memang suka menghibur aku mba mungkin karena aku sering kelihatan sendirian, diem gitu mungkin ya jadi mereka baik menghibur aku ngajak ngomong aku. Kalo keluarga ya pokoknya mereka sehat baik – baik aja aku wes tenang rasanya.”*

Emotional focused coping yang dilakukan NTW yaitu *escape avoidance*. NTW memilih untuk menghindari dan diam ketika menghadapi lingkungan yang kurang nyaman. Dengan begitu NTW merasa lebih nyaman dan tidak merasa tertekan. Hal ini ditunjukkan dengan pernyataan :

*“Kalau yang masalah lingkungan aku ga bisa apa – apa. Cuman bisa diam aja di kamar usaha menghiraukan yang lain karena sumpek mba.”*

**Skema No. 8**  
**Jenis Coping Stress Subjek NTW**



### Subjek 3

Jenis coping stress yang dilakukan FR yaitu kombinasi antara problem focused coping dan emotional focused coping. Problem focused coping yang dilakukan FR yaitu *seeking social support*. FR mencari dukungan emosional dan bantuan secara nyata dari keluarga dan teman – teman Lapas. Ketika FR mendapat dukungan tersebut, FR merasa menjadi lebih lega dan merasa mendapat penguatan secara emosional. Hal ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“dan ya masih ada beberapa teman dan sahabatku yang mensupport aku mba.. mereka sek mau ngerangkul aku.. terus juga sahabatku selalu nguatn aku selalu bilang ga papa pasti bisa walau tanpa dia, dia bilang bakal sering jenguk aku kesini dan gak bakal lupain aku .. keluarga se ya lumayan berpengaruh juga biasanya kalo telpon mama itu seneng banget aku bisa denger suarane mamaku terus aku cerita buanyak sama mama dan mama juga nyemangatin aku, seneng rasanya kalo habis telpon moodku bagus mba”*

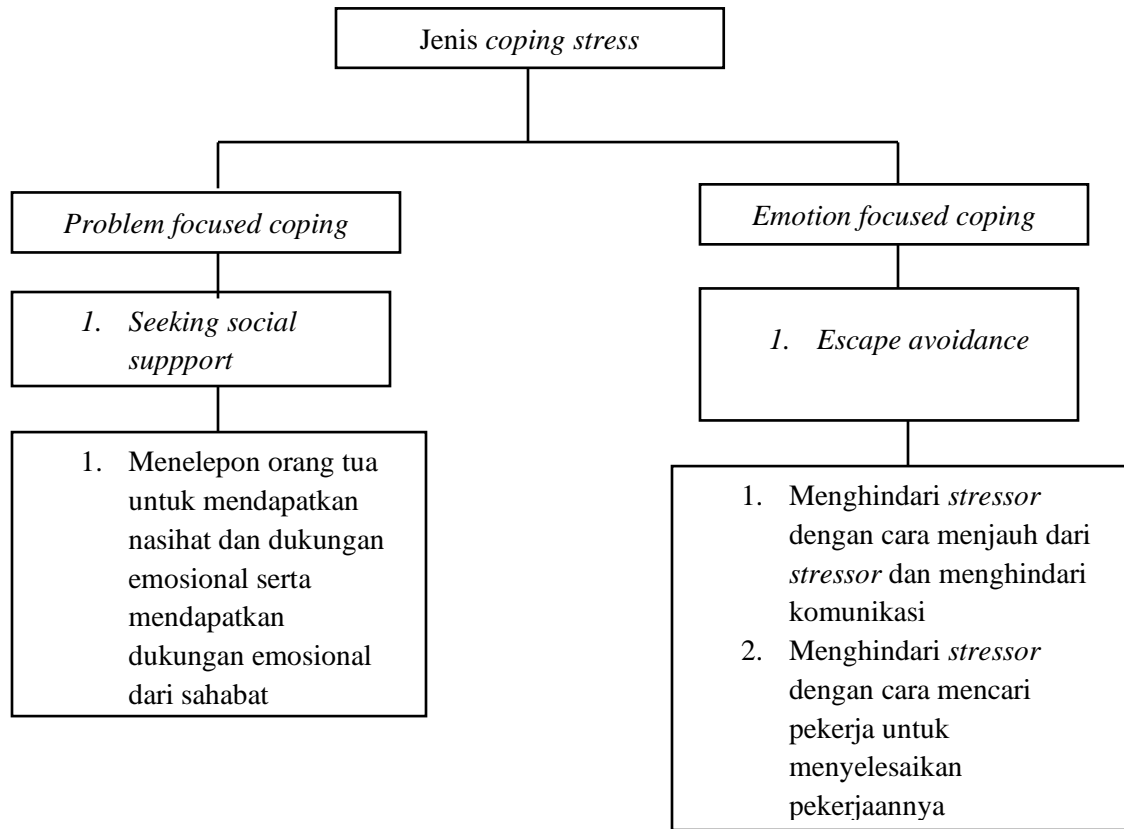
FR melakukan coping berupa *escape avoidace*. FR memilih untk menghindari *stressor* dan menenangkan diri sehingga bisa mengendalikan emosinya. Ketika FR sudah menghindari *stressor*, FR merasa lebih tenang. Selain itu FR juga mencari pekerja untuk membantu menyelesaikan pekerjaan sehari – harinya seperti mencuci baju, mencuci piring, dan mengangkat air. Hal ini bisa membuat FR menjadi lebih tenang dan ringan dan menjalani kegiatan sehari – hari di Lapas. Hal ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“.. terus mendingan sendirian gitu gak mau diganggu orang – orang, takut malah nyemprot mereka mba.. aku diem di kasurku gitu pura – pura baca buku asline biar ga diajak ngomong aja.. diem mba pokoknya.. kadang kalo udah ga kuat banget gitu nangis..”*

*“Ya lebih tenang... pikiran gak sumpek lagi meskipun aslinya ya masih ada tekanan rasane... kan ga ilang mba masalahnya cuman lebih bisa tenang dan terkendali aja akunya”*

*“aku juga disini ada pekerja mba yang mbantu ngangkat airku, nyuci bajuku, kadang ya mikitin aku... karena aku merasa ga sanggup kalo ngerjakan itu semua. Aku ga kebiasa soalnya waktu diluar aku sibuk kerja tok”*

**Skema No. 9**  
**Jenis Coping Stress Subjek FR**



**4.2.4 Faktor – Faktor yang Memengaruhi Coping Stress**

**Subjek 1**

Terdapat bebedapa faktor yang memengaruhi *coping stress* MCL, baik itu secara internal maupun eksternal. Diantaranya yaitu:

a. Dukungan social

MCL mendapatkan dukungan social dari lingkungan sekitar dan keluarga. Dukungan social dari lingkungan ditunjukkan dengan adanya teman yang memberi dia dukungan dan nasihat. Selain itu, teman – teman MCL juga sering mengajak MCL untuk

mencari hiburan seperti membaca buku, bercerita, dan bergurau. Keluarga juga memberi dukungan kepada MCL dengan memberi nasihat dan semangat. Meskipun MCL tidak menceritakan detail masalahnya kepada keluarga, tetapi dengan menghubungi keluarga MCL sudah merasa senang dan lega.

Dukungan social ditunjukkan dengan pernyataan :

*“Pas misal lagi keluar kamar sm temen - temen gitu aku bisa mba lupa sama kondisi di kamar”*

*“Cukup membantu mba, apalagi temen – temenku yang diluar blok, mereka baik semua ke aku. Biasanya kalo aku ada masalah di kamar gitu aku keluar blok sama mereka terus diajak baca buku, duduk – duduk di belakang sama cerita dan bercanda.. aku jdi keslimur mba sama masalahku.. jadi lupa, tapi kalo balik kamar biasanya masih ada rasa keselnya... tapi udah ga terlalu karena moodku bagus habis main sama temen – temen”*

b. Keterampilan memecahkan masalah

Ketika sedang menghadapi masalah, dulu MCL akan marah dan melakukan tindakan agresi. Namun, sekarang MCL lebih memilih untuk diam dan menghindar. Hal ini dilakukan karena ketika MCL memilih untuk diam, teman – temannya akan berhenti membicarakan MCL. Keterampilan pemecahan masalah ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Dulu itu aku marah mba sampe pernah itu aku ngelabrak “apa se maksudmu? Aku loh ga pernah ada salah sama kamu ga pernah ada masalah” tapi lama - lama aku milih diem mba sekarang, aku cuma senyum terus pergi dari situ.”*

c. Keterampilan social

MCL memiliki keterampilan social yang baik. Hal ini dapat dilihat dari MCL yang memiliki teman dari luar blok yang cukup banyak. MCL juga mengikuti beberapa kegiatan di Lapas dan itu bisa membuat MCL nyaman dan senang ketika mengikuti kegiatannya. Keterampilan social MCL ditunjukkan dalam pernyataan :

“apalagi temen – temenku yang diluar blok, mereka baik semua ke aku. Biasanya kalo aku ada masalah di kamar gitu aku keluar blok sama mereka terus diajak baca buku, duduk – duduk di belakang sama cerita dan bercanda.. aku jdi keslimur mba sama masalahku”

“moodku bagus habis main sama temen – temen”

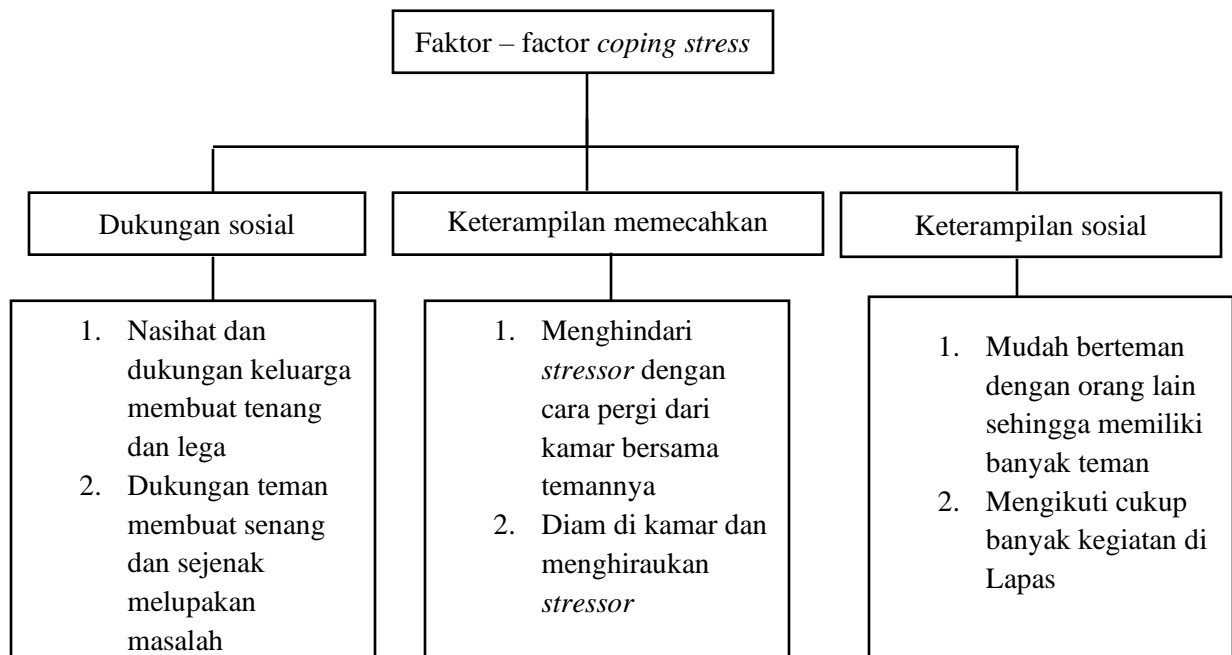
“jadi misal aku keluar kamar sama temenku, itu aku bisa lupa sama stress aku”

“Pas misal lagi keluar kamar sm temen - temen gitu aku bisa mba lupa sama kondisi di kamar”

Hal ini diperkuat oleh pernyataan *significant other* yang menyatakan :

“dia itu grapyak anake sama rame juga.. suka nyapa siapaun, ceria juga..”

### Skema No. 10 Faktor – Faktor *Coping Sress* Subjek MCL



### Subjek 2

Terdapat bebedapa faktor yang memengaruhi *coping stress* NTW, baik itu secara internal maupun eksternal. Diantaranya yaitu:

a. Dukungan social

NTW mendapatkan dukungan social dari lingkungan dan keluarganya. Di dalam Lapas NTW memiliki teman yang bisa mengerti NTW dan selalu memberikan dukungan. Meskipun tidak banyak, tetapi teman NTW bisa memberikan penguatan dan motivasi. Selain itu, teman – teman NTW juga mau membantu NTW ketika NTW kekurangan kebutuhan sehari – hari. Mereka mau memberi sabun atau shampoo kepada NTW ketika milik NTW habis. Ketika NTW menelepon keluarganya khususnya anak, NTW merasa lega dan tenang karena sudah mendengar kabar anaknya. Selain itu NTW juga merasa mendapatkan penguatan. Dukungan social ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Terus kalo pas kebutuhan habis gitu ya kayak sabun atau sampo aku biasanya minta ke temen mba kalo emang terpaksa udah habis punyaku, nanti tak ganti kalau aku udah transferan. Untungnya masih ada temen yang baik mau bantu aku disini meskipun ya sama – sama susah.”*

*“Terus beberapa memang suka menghibur aku mba mungkin karena aku sering kelihatan sendirian, diem gitu mungkin ya jadi mereka baik menghibur aku ngajak ngomong aku. Kalo keluarga ya pokoknya mereka sehat baik – baik aja aku wes tenang rasanya.”*

Hal ini diperkuat oleh pernyataan *significant other* yang menyatakan :

*“kita saling nolong selama ini. Kalo dia butuh apa – apa selalu tak bantu.. begitupun juga dia kayak gitu ke aku”*

b. Keterampilan memecahkan masalah

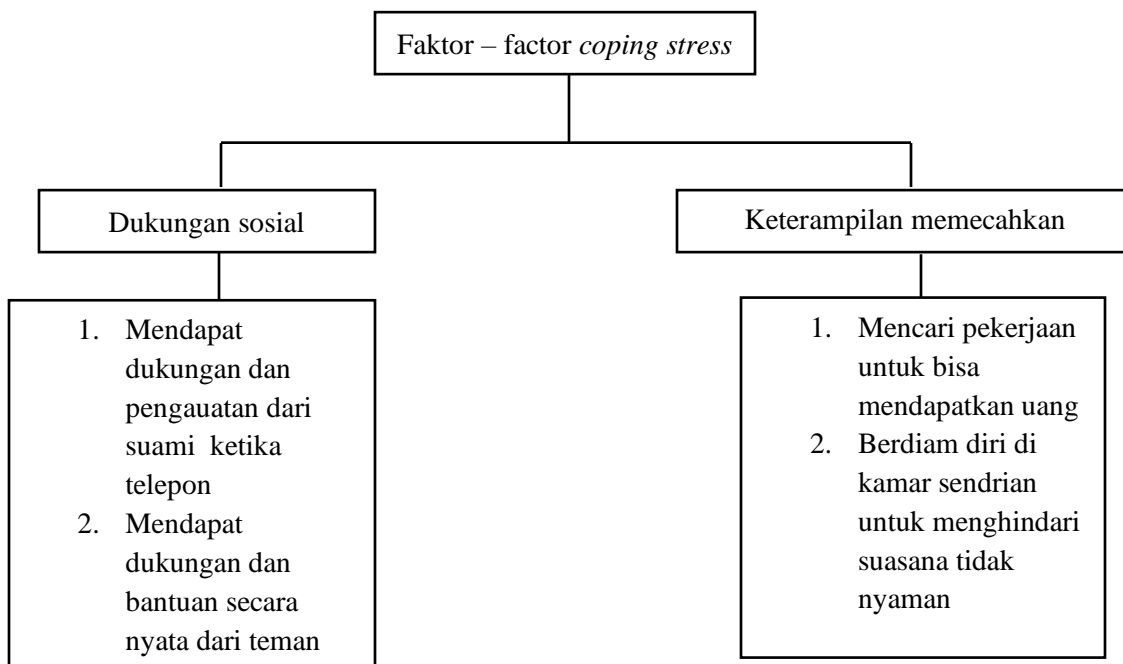
NTW memiliki keterampilan memecahkan masalah dengan cukup baik. Ketika NTW tidak ada biaya untuk kebutuhan sehari – hari dan untuk menghuungi keluarga, maka NTW akan berusaha mencari pekerjaan seperti mengangkat air, mencuci baju, dan piket kamar atau blok. Dari situ NTW akan mendapatkan uang sehingga bisa memenuhi kebutuhannya. Apabila mmang belum terkumpul uangnya, NTW akan meminta kebutuhannya kepada temannya dan setelah ada uang akan diganti. Masalah lingkungan

memang belum bisa diselesaikan oleh NTW, yang bisa dilakukan hanya berdiam diri di kamar dan berusaha acuh dengan lingkungan sekitarnya. Keterampilan memecahkan masalah ditunjukkan dalam pernyataan :

*“Kalo misalnya yang masalah susah telpon karena ga ada transferan aku coba cari kerjaan disini. Bisa angkat air, nyuci, atau piket blok. Itu kan nanti dapat uang mba bisa buat telpon anak. Terus kalo pas kebutuhan habis gitu ya kayak sabun atau sampo aku biasanya minta ke temen mba kalo emang terpaksa udah habis punya, nanti tak ganti kalau aku udah transferan. Untungnya masih ada temen yang baik mau bantu aku disini meskipun ya sama – sama susah. Kalau yang masalah lingkungan aku ga bisa apa – apa. Cuman bisa diam aja di kamar baca buku. Berusaha menghiraukan yang lain karena sumpek mba.”*

**Skema No. 11**

**Faktor – Faktor Coping Sress Subjek NTW**



**Subjek 3**

Terdapat bebedapa faktor yang memengaruhi *coping stress* FR, baik itu secara internal maupun eksternal. Diantaranya yaitu:



a. Dukungan social

FR mendapatkan dukungan social dari sahabatnya dan juga temannya selama di dalam Lapas. Sahabat dan temannya memberi semangat dan nasihat serta memberi penguatan yang positif kepada FR bahwa semuanya akan baik – baik saja. Selain itu FR juga mendapatkan dukungan dari keluarganya khususnya mamanya. Ketika FR telepon dengan mamanya, FR merasa senang karena bisa menceritakan semuanya ke mamanya. FR juga mendapatkan nasihat dan dukungan dari mamanya. Dukungan social ini ditunjukkan dalam pernyataan :

*“dan ya masih ada beberapa teman dan sahabatku yang mensupport aku mba.. mereka sek mau ngerangkul aku.. terus juga sahabatku selalu nguatn aku selalu bilang ga papa pasti bisa walau tanpa dia, dia bilang bakal sering jenguk aku kesini dan gak bakal lupain aku .. keluarga se ya lumayan berpengaruh juga biasanya kalo telpon mama itu seneng banget aku bisa denger suarane mamaku terus aku cerita buanyak sama mama dan mama juga nyemangatin aku, seneng rasanya kalo habis telpon moodku bagus mba”*

b. Keterampilan memecahkan masalah

Keterampilan FR memecahkan masalah cukup baik. Ditunjukkan dengan FR yang memiliki pekerja di dalam Lapas untuk mengerjakan semua aktifitasnya seperti mencuci baju, mencuci piring, piket kamar, piket blok, dan mengangkat air. Hal ini bisa meringankan FR dalam menjalani aktifitas di dalam Lapas. Selain itu FR juga sering emosi dengan lingkungannya, namun FR berusaha untuk meredamnya dengan menyendiri dan berdiam diri sampai suasana hatinya membaik. Keterampilan memecahkan masalah ditunjukkan dalam pernyataan :

*“aku juga disini ada pekerja mba yang mbantu ngangkat airku, nyuci bajuku, kadang ya miketin aku...”*

*“bisaku ya diem aja.. aku istighfar.. terus mendingan sendirian gitu gak mau diganggu orang – orang, takute malah nyemprot mereka mba.. aku diem di*

*kasurku gitu pura – pura baca buku asline biar ga diajak ngomong aja.. diem mba pokoknya..”*

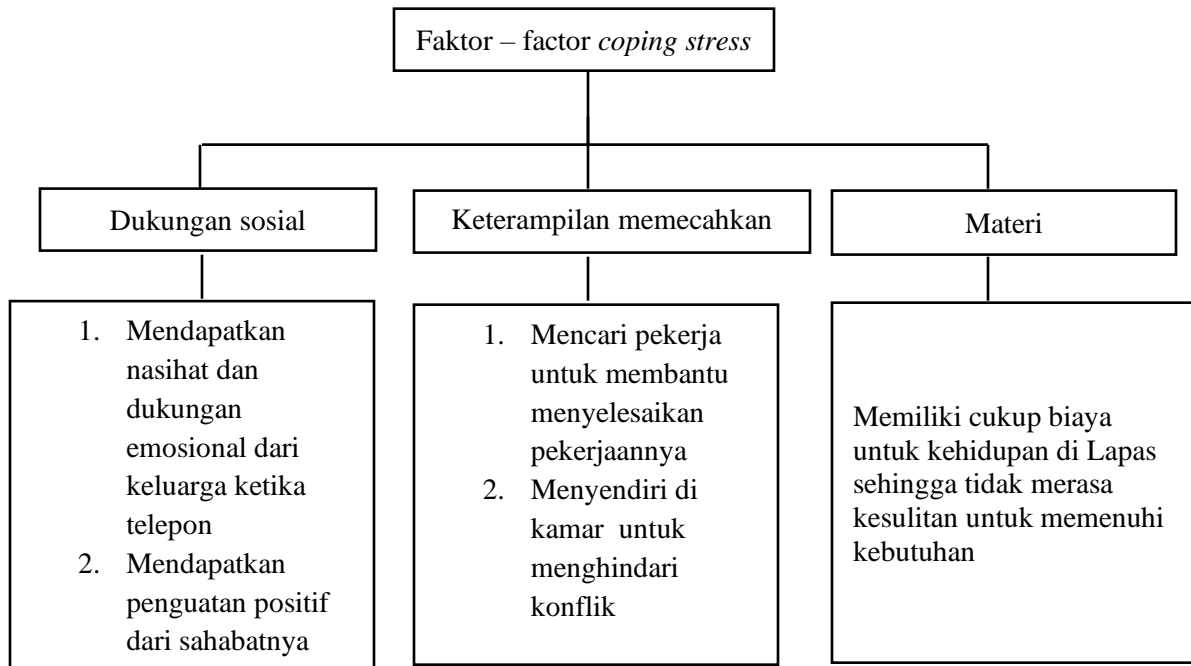
c. Materi

FR memiliki cukup biaya untuk kehidupannya di Lapas. Hal ini terbukti dengan FR yang memiliki pekerja dan tidak pernah merasa kekurangan dengan kebutuhan sehari – hari. Faktor materi ditunjukkan dalam pernyataan :

*“aku juga disini ada pekerja mba yang mbantu ngangkat airku, nyuci bajuku, kadang ya mikitin aku...”*

*“terus juga udah ada pekerja jadi aku ga terlalu sulit juga...”*

**Skema No. 12**  
**Faktor – Faktor Coping Sress Subjek FR**



### 4.3 Pembahasan

#### Sumber stress

Sumber stress yang dialami Narapidana Baru Lapas Perempuan Kelas IIA Malang yaitu sumber stress secara internal dan eksternal. Sumber stress secara internal yang

dirasakan oleh ketiga subjek yaitu sulit beradaptasi dengan lingkungan Lapas. Adanya rasa takut ditinggalkan oleh orang terdekat yang menemani selama berada di dalam Lapas menjadi sumber stress subjek MCL dan FR. MCL takut tidak mampu bertahan sendiri karena selama ini MCL selalu diperhatikan dan dirawat oleh temannya tersebut. Selain itu MCL merasa menyesal dengan tindakannya yang membunuh anaknya sendiri sehingga sering menangis dan ketika sudah menyelesaikan masa hukumannya MCL ingin mengunjungi makam anaknya untuk meminta maaf secara langsung. Sedangkan FR takut dan khawatir karena akan ditinggal pergi oleh sahabatnya yang juga masuk di Lapas. FR merasa tidak mampu jika ditinggal sahabatnya karena memang sudah terbiasa bersama – sama sejak lama. Selain itu FR masih kesulitan dalam menghadapi perubahan didalam dirinya yang mulanya seorang jaksa dan memiliki jabatan, sekarang harus mendekam di penjara. Sumber stress internal subjek NTW adalah kerinduan terhadap keluarga dan susahya memenuhi kebutuhan sehari – hari. Selain itu juga NTW susah menjalin komunikasi dengan keluarga karena keterbatasan biaya untuk menelepon.

Adanya kerinduan terhadap keluarga yang dirasakan oleh ketiga subjek ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anita Rohman (2018) yang meneliti dinamika *coping stress* narapidana narkoba di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang yang menjelaskan bahwa narapidana mengalami kerinduan kepada keluarga ketika berada di dalam lapas. Selain itu juga penelitian yang dilakukan Yulia Sholichatun (2011) mengenai stress dan strategi coping pada anak didik di Lembaga Pemasyarakatan Anak yang mengungkapkan bahwa salah satu masalah yang memunculkan stress narapidana anak adalah kerinduan kepada keluarga. Sulit beradaptasi dengan kondisi dan lingkungan lapas yang dirasakan ketiga subjek sejalan dengan penelitian yang dilakukan

oleh Anita Rohman (2018) yang meneliti dinamika *coping stress* narapidana narkoba di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang yang menjelaskan bahwa narapidana merasa tertekan untuk beradaptasi dengan orang – orang di Lapas. Kecemasan akan kehilangan orang terdekat yang dirasakan subjek MCL dan FR sejalan dengan teori psikoanalisa Sigmund Freud dalam Windarwati (2020) yang menjelaskan bahwa kecemasan berasal dari ketidakmampuan seseorang dalam menyelesaikan masalah, konflik yang tidak disadari antara impuls agresif atau kepuasan libido serta pengakuan terhadap ego dari kerusakan eksternal yang berasal dari kepuasan. MCL merasa takut kehilangan sosok “ibu” karena pada saat MCL berada di usia remaja awal, MCL memiliki adik dan memiliki rasa takut kehilangan rasa cinta dan perhatian dari orang tuanya. FR merasa takut kehilangan sahabatnya yang sudah bersama sejak masa remaja hingga sekarang berusia 31 tahun. FR merasa tidak mampu menghadapi masalahnya sendirian di dalam Lapas.

Sumber stress secara eksternal ditunjukkan oleh subjek MCL dan FR yaitu adanya tekanan dari lingkungannya untuk melakukan aktifitas yang sebelumnya tidak biasa dilakukan baik ketika sebelum masuk penjara ataupun ketika berada di Lapas sebelumnya. Sumber stress secara eksternal yang dialami ketiga subjek yaitu sulitnya beradaptasi dengan lingkungan Lapas yang sangat banyak orang dengan watak dan karakter yang beragam. Subjek MCL dan FR mengalami tekanan untuk melakukan berbagai macam aktifitas di Lapas seperti mencuci baju, mencuci piring, mengangkat air, dan piket kamar atau blok. Aktifitas yang dilakukan sebelumnya belum pernah dilakukan ketika di luar karena MCL memang tidak diperbolehkan oleh orang tuanya. Selain itu MCL juga mengaku jarang berada dirumah sehingga tidak pernah melakukan aktifitas –

aktifitas tersebut. Sedangkan subjek FR tidak terbiasa melakukan aktifitas – aktifitas yang sudah disebutkan diatas tadi karena FR sibuk bekerja dan memiliki asisten yang mengerjakan aktifitas tersebut.

Sumber stress eksternal ketiga subjek selanjutnya yaitu sulitnya beradaptasi dengan dengan lingkungan Lapas yang sangat banyak orang dengan watak dan karakter yang beragam. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anita Rohman (2018) yang meneliti dinamika *coping stress* narapidana narkoba di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang yang menjelaskan bahwa narapidana merasa tertekan untuk beradaptasi dengan orang – orang di Lapas. Ketiga subjek pernah terlibat konflik dengan sesama narapidana karena adanya kesalahpahaman dan kurang cocok dengan watak dan karakter narapidana lain. Hal ini sejalan dengan teori aspek *prison stress* Maitland dan Sluder dalam Sholichatun (2011) yaitu jauhnya mereka dari keluarga dan teman – teman, kejenuhan, perselisihan dengan sesama penghuni Lapas, hilangnya kebebasan, kurangnya pemilikan – pemilikan personal, dan suasana yang mengganggu di Lapas

Sumber stress subjek MCL termasuk ke dalam distress. Hal ini ditunjukkan dalam respon MCL dalam menghadapi stress yaitu dengan menghindarkan diri dari *stressor*. MCL tidak mau menghadapi *stressor* dan menyelesaikan masalahnya secara langsung. Selain itu juga MCL sering menangis dan merasa tidak dihargai dan direndahkan oleh orang – orang. Sumber stress NTW termasuk ke dalam distress. Hal ini ditunjukkan dari respon NTW dalam terhadap stress yaitu dengan menarik diri dari lingkungan, sulit tidur, sering menangis, dan sulit berkonsentrasi. Sumber stress subjek FR termasuk ke dalam distress. Hal ini ditunjukkan dalam respon FR terhadap stressnya yaitu dengan mudah

marah dan sulit mengontrol emosi, selain itu juga menurunnya tingkat konsentrasi. Kemudian cara FR dalam menyelesaikan masalahnya yaitu dengan menghindarkan diri dari *stressor*.

### **Proses *coping stress***

Di dalam teori Jerabex dalam Rohman (2018), terdapat beberapa aspek di dalam *coping stress*. Aspek – aspek *coping stress* tersebut diantaranya yaitu *reactivity to stress* (reaksi terhadap stress). Reaksi terhadap stress akan muncul dalam diri tiap individu ketika sedang menghadapi stress. Menurut Larkin dalam Sholichatun (2011), respon stress dapat berupa respon fisiologis, respon kognitif, respon afektif, dan respon perilakunya. Respon stress fisiologis ditunjukkan dengan melemahnya imunitas tubuh yang mana dapat berakibat pada mudahnya virus atau kuman untuk berkembang. Respon kognitif ditunjukkan dengan melemahnya konsentrasi, kecemasan, pesimisme atau keputusan. Respon perilaku ditunjukkan dengan sikap agresifitas, mudah tersinggung, dan menarik diri. Reaksi afektif ditunjukkan dengan kemarahan, rasa takut, dan rasa bersalah.

Subjek MCL menunjukkan respon stress afektif dan perilaku. Mulanya respon stress MCL ini ditunjukkan dengan MCL yang mudah marah dan ketika marah MCL akan mendatangi orang yang membuat marah kemudian akan melabrak orang tersebut. MCL tidak segan – segan berbicara lantang dan keras. Namun sekarang, respon MCL terhadap stress ditunjukkan dengan diam dan tidak melawan serta menghindari *stressor*. Subjek NTW menunjukkan respon stress kognitif dan afektif. Respon kognitif NTW ditunjukkan dengan kecemasan dan kekhawatiran yang berakibat pada sulit tidur dan juga melemahnya konsentrasi. Sedangkan respon afektif ditunjukkan NTW dengan sering menangis. Subjek FR menunjukkan respon stressnya dengan respon afektif dan kognitif.

Respon afektif yang ditunjukkan FR yaitu kemarahan yang membeludak ketika menghadapi *stressor*. FR mudah marah dan sangat sensitive dengan lingkungannya. Respon kognitif yang ditunjukkan FR yaitu melemahnya konsentrasi dan focus. Kelemahan konsentrasi dan focus FR terlihat dari FR yang cenderung lama merespon lawan bicaranya ketika sedang mengobrol.

Factor yang kedua yaitu *ability to asses situation* (kemampuan menilai situasi). Factor ini menjelaskan bagaimana kemampuan individu memahami dan menanggapi situasi yang mengancam. MCL memandang situasi stress nya sebagai sebuah tekanan dan merasa dirinya direndahkan dengan orang – orang di sekitarnya. NTW memandang situasi stress dengan pasrah dan menerima keadaannya. NTW ingin berontak namun takut akan berakibat buruk untuk dirinya sendiri karena bisa menerima teguran hingga hukuman dari petugas. Sedangkan FR memandang situasi stress sebagai sesuatu yang menyiksa. Hal ini berkaitan dengan sulitnya FR untuk beradaptasi dengan kondisi di Lapas.

*Resourcefulness* (banyak akal daya) merupakan aspek *coping stress* yang selanjutnya. Banyaknya akal daya ini didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam mencari jalan keluar dari sebuah masalah atau situasi yang mengancam. Cara MCL dalam menghadapi *stressor* berupa perkataan orang – orang yang menyakiti yaitu dengan diam dan menghindari orang – orang tersebut. Dengan begitu, orang – orang tersebut akan berhenti membicarakan MCL. NTW menyelesaikan situasi stressnya dengan mencari pekerjaan di dalam Lapas. Ketika NTW sudah memiliki uang, maka NTW akan mampu memenuhi kebutuhan sehari – harinya serta menghubungi keluarganya. FR menyelesaikan situasi stressnya dengan menyendiri dan berdiam diri untuk menenangkan

diri serta beristighfar. Dengan begitu, FR bisa lebih tenang dan emosinya tidak menggebu – gebu lagi. Selain itu FR juga mencari pekerja yang bisa membantu dalam menyelesaikan aktifitasnya. Hal ini dapat membuat FR menjadi lebih tenang dan ringan dalam menjalani hari di dalam Lapas.

Aspek *coping stress* yang selanjutnya yaitu *self – reliance* (kepercayaan terhadap diri sendiri). *Self-reliance* didefinisikan sebagai kepercayaan diri individu dalam menghadapi, memahami, dan menyelesaikan situasi atau kondisi yang bermasalah. MCL merasa belum sepenuhnya mampu dalam menyelesaikan masalah karena *stressor* masih terus ada dari orang – orang yang membicarakan MCL. MCL juga merasa belum berhasil menghadapi dan menyelesaikan situasi stress yang dialami karena *stressor* itu masih terus muncul dan setiap muncul memberikan tekanan tersendiri bagi diri MCL. NTW merasa kurang mampu menyelesaikan situasi stressnya karena pekerjaan di dalam Lapas tidak selalu ada. Jika memang sudah tidak ada pekerjaan dan NTW kehabisan kebutuhan sehari – harinya, maka NTW akan meminta kepada temannya.

Menurut NTW, ia cukup berhasil dalam menyelesaikan situasi stressnya. FR menyelesaikan situasi stressnya dengan menyendiri, berdiam diri dan beristighfar. Dengan melakukan hal tersebut, FR jadi lebih tenang dan bisa mengontrol emosi. Selain itu FR juga mencari pekerja yang bisa membantu menyelesaikan pekerjaannya di dalam Lapas. Dengan adanya pekerja, FR menjadi lebih tenang dan ringan dalam menjalani aktifitas.

Aspek selanjutnya yaitu *adaptability and flexibility* (adaptasi dan penyesuaian). Aspek ini menjelaskan bahwa semakin tinggi kemampuan adaptasi dan penyesuaian diri individu terhadap masalah atau situasi yang mengancam, maka individu akan terhindar



dari *stress*. MCL sudah melakukan adaptasi selama kurang lebih 5 bulan. MCL berusaha untuk mengerjakan semua pekerjaan dan tanggung jawabnya dengan lebih cepat dan lebih baik. Lingkungan dan keluarga MCL juga memberi banyak dukungan khususnya dukungan secara emosi. MCL merasa senang dan terhibur ketika bersama teman – teman dari luar bloknya, dan ketika menelepon keluarganya MCL merasa mendapatkan kekuatan dan motivasi untuk terus bertahan dan bangkit.

NTW melakukan adaptasi dengan situasi stressnya dengan mengikuti kegiatan di Lapas sebagai mana mestinya. NTW mengikuti pondok pesantren dan bengkel kerja. Hal ini dirasa NTW bisa jadi membuat NTW bisa lebih terbuka dengan teman – temannya dan bisa menjalin komunikasi yang baik sehingga bisa nyaman dengan orang – orang. Lingkungan dan keluarga sangat berpengaruh dalam penyelesaian situasi stress NTW. NTW bisa mendapatkan pekerjaan dari lingkungan Lapas sehingga bisa memenuhi kebutuhan sehari – harinya dan bisa menghubungi keluarganya. Keluarga NTW juga selalu memberi dukungan kepada NTW dan NTW merasa tenang ketika sudah mendengar kabar keluarganya. FR melakukan adaptasi dengan situasi stressnya dengan menjalani aktifitas di dalam Lapas seperti biasa. FR mengikuti kegiatan pondok pesantren dan bengkel kerja. Selain itu, jika ada tugas dari petugas FR akan mengerjakannya. Setelah itu, FR hanya akan berdiam diri di kamar. Keluarga cukup berpengaruh bagi FR dalam menyelesaikan situasi stressnya karena keluarganya memberi dukungan dan nasihat. Sahabat dan temannya juga memberi semangat dan menguatkan FR serta meyakinkan FR bahwa semua akan baik – baik saja.

Aspek *proactive attitude* menjelaskan keikutsertaan atau keaktifan sikap individu dalam menghadapi masalah atau situasi yang mengancam. Ketika sedang menghadapi

situasi stress, yang dilakukan MCL yaitu menghindari *stressor* dengan cara keluar blok, namun jika situasinya tidak memungkinkan untuk keluar blok maka MCL akan berdiam diri di kamar membaca buku, menulis, atau mendengarkan radio. Ketika NTW menghadapi situasi stress, maka yang dilakukan NTW yaitu mencari kesibukan seperti mengangkat air. Hal ini dilakukan agar NTW tidak terlalu memikirkan masalah dan situasi stress yang sedang dialami. Sedangkan yang dilakukan FR ketika menghadapi situasi stress yaitu diam di dalam kamar sambil membaca buku. Bagi FR, ketika sedang berada di situasi stress ia menjadi lebih sensitive sehingga berusaha untuk tidak terlalu banyak berinteraksi dengan orang – oran disekitarnya supaya tidak menimbulkan konflik.

Aspek lain yang memengaruhi *coping stress* yaitu *ability to relax*. Ketika sedang menghadapi situasi stress dan bisa mengontrol diri hingga tenang, maka individu mampu berpikir jernih dan mendapatkan jalan keluar. Hal ini berbanding terbalik dengan yang terjadi pada NTW dimana ketika NTW sedang menghadapi situasi stress, NTW cenderung memikirkan masalah tersebut hingga berlarut – larut dan berdampak pada kesulitan untuk tidur. Ketika MCL menghadapi situasi stress, MCL cenderung menghindari *stressor* dan mencari hiburan bersama teman – temannya. Hal ini mampu membuat MCL relax dan lebih tenang. Sedangkan FR cenderung langsung marah dan sensitive ketika ada *stressor* yang membuat FR tidak nyaman. FR akan langsung menghadapi *stressor* itu dan cenderung berlaku agresif.

### **Jenis *coping stress***

Lazarus dan Folkman (1984) membagi jenis *coping stress* menjadi dua macam yaitu *problem focused coping* atau coping yang berfokus pada masalah dan *emotion focused coping* atau coping yang berfokus pada emosi. *Problem focused coping* dibagi lagi

menjadi beberapa bentuk coping yaitu *planful problem coping*, *confrontative coping*, dan *seeking social support*. *Emotion focused coping* terbagi lagi menjadi *positive reappraisal*, *accepting responsibility*, *self controlling*, *distancing*, dan *escape avoidance*. Jenis *coping stress* yang dilakukan oleh ketiga subjek yaitu kombinasi antara *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Secara fungsi, subjek melakukan *coping stress* untuk menurunkan hingga menghilangkan situasi stress yang dialami. Namun, karena keterbatasan kemampuan subjek yang sedang menjalani masa hukuman penjara di Lapas, *coping stress* dilakukan untuk menurunkan tingkat situasi stress namun tidak bisa menghilangkan situasi stressnya.

Maryam (2017) menjelaskan bahwa perilaku *coping stress* yang berpusat pada emosi cenderung dilakukan bila individu merasa tidak dapat mengubah situasi yang menekan dan hanya dapat menerima situasi tersebut karena sumberdaya yang dimiliki tersebut tidak mampu mengatasi situasi tersebut. Terdapat beberapa situasi stress dari ketiga subjek yang bisa diselesaikan. Hal ini termasuk kedalam *problem focused coping*. Maryam (2017) menjelaskan individu akan cenderung melakukan tindakan yang mengacu pada pemecahan masalah apabila masalah yang dihadapi dinilai masih mampu dikontrol dan dapat diselesaikan serta yakin bahwa sumberdaya yang dimiliki dapat mengubah situasi.

Strategi coping yang dilakukan oleh ketiga subjek cenderung sama yaitu *escape avoidance* atau menghindarkan diri. MCL memiliki tuntutan masalah di dalam kamarnya sehingga MCL lebih senang berada diluar kamar atau diluar blok. MCL lebih memilih bertemu dengan teman – temannya yang berada di luar blok daripada harus berada di kamarnya sendiri. NTW merasa tidak nyaman dengan kondisi Lapas yang sangat banyak

orang dan semuanya perempuan. Hal ini membuat NTW lebih senang menghindari keramaian dengan cara menyendiri di kamar. NTW jarang berkomunikasi dengan teman – temannya jika tidak ada hal penting yang perlu dibicarakan, NTW lebih memilih diam di kamar tepatnya di kasurnya sendiri.

FR juga lebih memilih menghindari *stressor* seperti konflik dengan teman – temannya. FR lebih sering menyendiri di kamarnya. Hal ini karena FR merasa tidak cocok dengan karakter teman – temannya. FR mengatakan daripada harus berkumpul dengan teman – temannya dan kemudian timbul konflik, FR lebih memilih untuk menyendiri. Karena jika FR sudah terlibat konflik dengan temannya, hal ini bisa berdampak buruk untuk dirinya sendiri karena FR akan melakukan tindakan – tindakan yang menyimpang dari aturan Lapas seperti aduk mulut atau bahkan bertengkar. Selain itu FR juga menghindari *stressor* dengan mencari pekerja yang bisa membantu menyelesaikan pekerjaannya seperti mencuci baju, mengangkat air, atau piket.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Manurung, dkk (2014) mengenai mekanisme coping narapidana kasus narkoba yang mengatakan bahwa narapidana melakukan coping dengan sering menyendiri. Selain itu penelitian yang dilakukan Kawuryan dan Zahra (2015) tentang coping stress pada remaja broken home yang mengatakan bahwa salah satu strategi coping stress yang dapat dilakukan yaitu menghindarkan diri dari masalah atau *stressor*. Penelitian yang dilakukan Masnina dan Ekawati (2020) tentang Hubungan Antara Strategi Coping dengan Tingkat Stres pada Narapidana di Lapas Narkotika Kelas III Samarinda menunjukkan hasil bahwa strategi *coping stress* narapidana yang maladaptive yaitu berperilaku negatif dengan menarik diri dari lingkungan atau sering menyendiri. Selain itu penelitian yang dilakukan Nagara

(2017) mengenai Strategi *coping stress* narapidana remaja Lapas Anak Kelas IA Kutoarjo mengungkapkan bahwa strategi coping narapidana yaitu dengan menghindari permasalahan yang terjadi dengan bernyanyi dan berkumpul – kumpul dengan teman narapidana lain.

Sholichatun (2011) menjelaskan bahwa diam di kamar dapat dikatakan sebagai *emotional discharge* yaitu usaha yang dilakukan untuk mengurangi tekanan dengan mengekspresikan perasaan negative, tetapi menjauh dari kegiatan atau teman – teman yang sedang beraktifitas. Namun, disisi lain juga bisa disebut sebagai strategi kognitif *acceptance – resignation* yaitu usaha kognitif untuk mereaksi masalah dengan menerimanya. NTW berdiam diri di kamar termasuk kedalam *acceptance – resignation*, hal ini karena NTW menerima kondisinya yang harus berkumpul dengan banyak orang dan perempuan semuanya. Sedangkan FR termasuk ke dalam *emotional discharge* karena FR menghindari konflik yang menjadi tekanan bagi dirinya yang tidak cocok dengan teman – temannya.

Selain *escape avoidance*, strategi Strategi *coping stress emotional focused coping* yang lain yaitu dilakukan oleh ketiga subjek yaitu *positive reappraisal*. Ketiga subjek selalu mengikuti kegiatan keagamaan berupa pondok pesantren dan sholat berjamaah untuk NTW dan FR serta doa pagi dan sore untuk MCL. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Anita Rohman (2018) yang meneliti dinamika *coping stress* narapidana narkoba di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang dimana salah satu strategi *coping stress* narapidana yaitu *positive reappraisal* berupa mengikuti pondok pesantren.

Strategi *coping stress emotional focused coping* yang lain dilakukan oleh MCL yaitu *self controlling*. MCL mampu mengontrol dirinya dengan baik dengan menahan dan berusaha untuk tidak meluapkan emosinya ke hal – hal negative. Hal ini dilakukan karena MCL berpikir kalau MCL menimbulkan konflik atau keributan maka akan berdampak buruk pada dirinya sendiri.

Strategi *coping stress* yang kedua yaitu *problem focused coping* dilakukan oleh subjek ketiga subjek. Jenis *coping stress* yang dilakukan ketiga subjek yaitu *seeking social support*. Ketiga subjek mencari dukungan dari lingkungan sosialnya berupa kabar atau informasi dari teman dan keluarga, bantuan secara nyata, serta dukungan emosional. MCL dan FR mendapatkan dukungan secara emosional dari keluarga dan teman – teman di dalam Lapas. Keluarga MCL selalu memberi dukungan dan penguatan kepada MCL untuk terus bangkit dan bertahan dengan kondisinya. Teman – teman MCL juga selalu membantu dan memberi dukungan kepada MCL ketika sedang berada dalam masalah yang menekan. NTW mencari informasi dan kabar keluarganya untuk menurunkan tingkat situasi stress dan kecemasannya ketika jauh dari keluarga. Selain itu NTW juga mendapatkan bantuan secara nyata berupa barang – barang untuk kebutuhan NTW ketika NTW belum mampu memenuhi kebutuhannya sendiri.

FR mendapatkan dukungan secara emosional dari keluarga dan sahabatnya. FR selalu mendapat dukungan dan nasihat dari keluarganya ketika sedang menelepon. Sahabat FR selalu memberi penguatan kepada FR karena sahabatnya akan segera bebas dari Lapas. Hal ini sejalan dengan penelitian Anita Rohman (2018) yang meneliti dinamika *coping stress* narapidana narkoba di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang dimana salah satu strategi *coping stress* narapidana yaitu *seeking*

*social support*. Penelitian lainnya juga menunjukkan adanya kebutuhan dukungan sosial dari orang lain ketika sedang menghadapi situasi stress seperti penelitian yang dilakukan Sholichatun (2011) mengenai mengenai stress dan strategi coping pada anak didik di Lembaga Pemasyarakatan Anak.

Selain itu, *coping stress* jenis *problem focused coping* yang dilakukan subjek NTW yaitu keaktifan diri. Carver dkk dalam Rustiana dan Cahyati (2012) menjelaskan bahwa salah satu strategi *coping* yang berfokus pada masalah yaitu keaktifan diri. Keaktifan diri ini dapat didefinisikan sebagai upaya yang dilakukan untuk mencoba memindahkan atau menghilangkan penyebab *stress*. NTW melakukan strategi *coping stress* keaktifan diri dengan berusaha mencari pekerjaan untuk bisa mendapatkan uang untuk memenuhi kebutuhan sehari – hari dan untuk bisa menghubungi keluarga.

Ketiga subjek mayoritas menggunakan *coping stress* yang berfokus pada emosi yaitu *escape avoidance*. Subjek belum sepenuhnya bisa mengolah situasi *stress* dengan baik yaitu dengan menghindarkan diri seperti berdiam di kamar, menjauhi *stressor*, hingga menarik diri dari lingkungan. Hal ini dikarenakan ketiga subjek adalah narapidana baru yang mana masih dalam proses adaptasi dengan lingkungan Lapas baik itu dari segi aktifitas, pertemanan, hingga aturan yang berlaku. Kegiatan wajib keagamaan seperti sholat berjamaah, pondok pesantren, serta kegiatan ibadah dari agama lain diikuti subjek dengan baik namun belum bisa menjadi *coping stress* dari ketiga subjek.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi *coping stress* yang efektif dilakukan oleh narapidana baru yaitu strategi *coping stress emotion focused coping*. Ketiga subjek melakukan strategi *escape avoidance* atau penghindaran diri dengan cara yang berbeda beda seperti menjauhi *stressor* dengan keluar blok, berdiam diri di kamar, dan menarik

diri. Strategi *coping* ini dinilai efektif bagi ketiga subjek karena bisa mengurangi hingga menghilangkan stressor. Hal ini dikarenakan tidak banyak yang bisa dilakukan oleh ketiga subjek didalam Lapas. Ruang gerak narapidana sangat terbatas seperti yang dikemukakan oleh Al – Faruq dan Jarodi (2023) dalam Jurnal Komunikasi Hukum yang berjudul Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Depresi Narapidana Perempuan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Bogor. Ketiga subjek merasa berhasil dalam menghadapi serta menangani masalahnya dengan strategi tersebut.

### **Factor *coping stress***

Factor *coping stress* menurut Mu'tadin ada 6 yaitu kesehatan fisik, keyakinan atau pandangan positif, keterampilan menyelesaikan masalah, keterampilan social, dukungan social, dan materi. Salah satu factor *coping stress* dari ketiga subjek yaitu dukungan social. Dukungan social ini meliputi kebutuhan informasi dan kebutuhan emosional. Hal ini didapatkan dari keluarga, teman, atau saudara yang lain. Ketiga subjek sama – sama mendapatkan dukungan social sebagai factor dari *coping stress*nya. Dukungan social yang didapat oleh subjek yaitu dari keluarga melalui kunjungan dan juga telepon. Ketika ketiga subjek berkomunikasi dengan keluarga, muncul perasaan senang dan lega.

Hal ini dikarenakan subjek bisa melepas rindu dengan keluarga serta bisa mendapatkan dukungan baik secara materi maupun dukungan psikis. Subjek juga mendapatkan nasihat serta saran dari keluarga ketika sedang menghadapi masalah di dalam Lapas. Dukungan dari teman sesama narapidana juga sangat berpengaruh terhadap *coping stress* narapidana baru di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang. Menjadi sesama narapidana membuat mereka bisa saling mengerti dan memahami kondisi satu sama lain. Ketiga subjek mendapatkan dukungan dari teman –



temannya seperti bantuan ketika ada masalah, membantu menghibur, dan menjadi tempat untuk bercerita ketika ada masalah.

MCL dan FR mendapatkan dukungan keluarga dari orang tua, dimana ketika MCL dan FR menghubungi orang tua mereka bisa bercerita ketika ada masalah. Meskipun MCL tidak menceritakan detail masalahnya karena takut membuat keluarga kepikiran, namun ketika mengatakan bahwa di dalam Lapas sedang ada masalah atau tekanan MCL dan FR mendapatkan dukungan emosional seperti penguatan dan motivasi. Hal ini membuat MCL dan FR menjadi lebih tenang karena merasa masih ada yang peduli dengan mereka. Sedangkan NTW mendapatkan dukungan keluarga dari suami dan anak. NTW merasa lega dan senang ketika menghubungi anak – anaknya karena bisa tahu kabar serta kondisinya. NTW mengatakan bahwa anak adalah kekuatan baginya.

MCL mendapatkan dukungan social dari teman – temannya seperti mengajak MCL untuk membaca buku di pojok baca, saling bercerita, dan saling bercanda. Hal ini membuat MCL bisa melupakan masalahnya ketika menghindari *stressor* dan bisa membuat suasana hati MCL membaik. NTW mendapatkan dukungan dari teman berupa dukungan dan bantuan ketika NTW membutuhkan kebutuhan sehari – hari. FR mendapatkan dukungan dari sahabat dan temannya berupa penguatan bahwa semuanya akan baik – baik saja.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Anita Rohman (2018) yang meneliti dinamika *coping stress* narapidana narkoba di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang yang menjelaskan bahwa salah satu faktor *coping stress* narapidana kasus narkoba adalah dukungan social baik dari keluarga maupun teman. Penelitian lain yang juga menjelaskan mengenai faktor *coping stress* narapidana yaitu

penelitian yang dilakukan oleh Kawuryan dan Zahra (2015) tentang coping stress pada remaja broken home yang mengatakan bahwa salah satu factor dari *coping stress* yang dilakukan remaja *broken home* yaitu mendapatkan dukungan social.

Factor kedua dalam melakukan *coping stress* yaitu keterampilan memecahkan masalah. Ketiga subjek memiliki keterampilan dalam memecahkan masalah yang sedang dihadapi. Keterampilan yang dilakukan untuk memecahkan masalah diantaranya yaitu mencari informasi, indentifikasi masalah serta analisis masalah, kemudian mempertimbangkan alternative pemecahan masalah sehingga berhubungan dengan hasil yang akan dicapai dalam pemecahan masalah hingga melaksanakan perencanaan pemecahan masalah. MCL memiliki keterampilan pemecahan masalah yaitu dengan menghindari dan menghiraukan *stressor*. Hal ini dilakukan oleh MCL karena *stressor* akan berhenti membicarakan dan mengejek MCL ketika MCL tidak menanggapi apa yang mereka katakan.

MCL memilih untuk diam dan pergi dari lingkungan *stressor* sehingga bisa meredam dan mengendalikan amarah serta melakukan aktifitas lain sehingga bisa melupakan *stressor*. NTW memecahkan masalahnya dengan cara mencari pekerjaan kepada narapidana lainnya sehingga bisa mendapatkan uang. Uang tersebut akan digunakan untuk memenuhi kebutuhan sehari – hari dan menelepon keluarganya. FR memecahkan masalahnya dengan mencari pekerja untuk membantu menyelesaikan pekerjaannya sehari – hari. Dengan begitu FR merasa lebih ringan dan bisa menjalani aktifitas lainnya dengan baik.

Factor keterampilan memecahkan masalah ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Anita Rohman (2018) yang meneliti dinamika *coping stress* narapidana

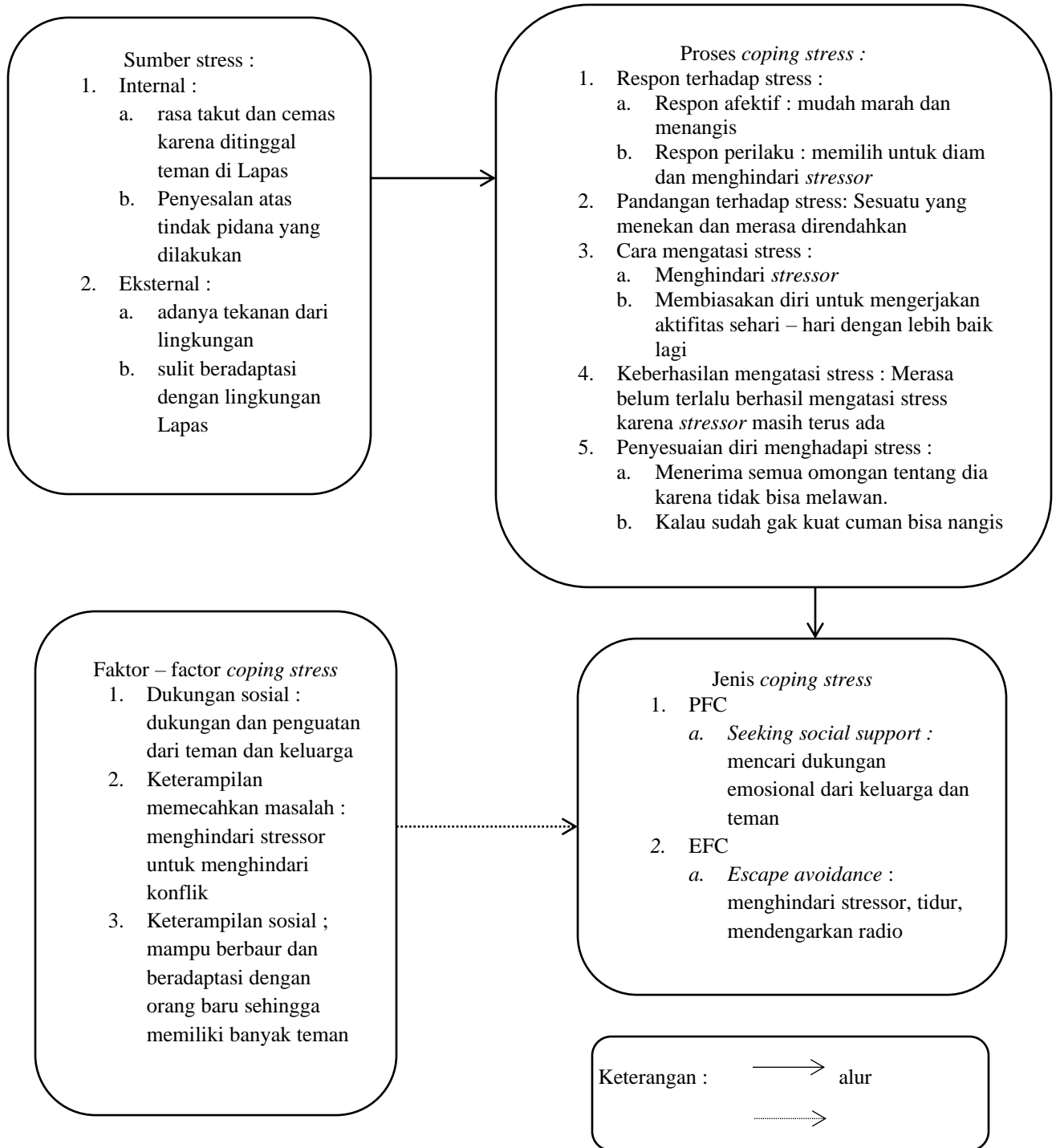
narkoba di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang yang menjelaskan bahwa salah satu faktor *coping stress* narapidana kasus narkoba adalah keterampilan memecahkan masalah. Penelitian lain yang juga menjelaskan mengenai faktor *coping stress* narapidana yaitu penelitian yang dilakukan oleh Kawuryan dan Zahra (2015) tentang *coping stress* pada remaja broken home yang mengatakan bahwa salah satu faktor dari *coping stress* yang dilakukan remaja *broken home* yaitu keterampilan memecahkan masalah.

Factor yang lainnya yaitu keterampilan sosial. Keterampilan sosial ini ditunjukkan oleh subjek MCL. MCL memiliki kemampuan dalam bersosialisasi yang baik. MCL memiliki banyak teman baik didalam blok maupun diluar blok. MCL juga mengikuti cukup banyak kegiatan di dalam Lapas. Kegiatan – kegiatan tersebut diantaranya yaitu kegiatan keagamaan nasrani seperti ibadah wajib pagi dan sore. MCL juga menjadi penyanyi ketika sedang ibadah. MCL juga aktif dalam membantu menyiapkan acara natal. Kegiatan lain yang diikuti MCL yaitu bengkel kerja. MCL mengikuti kegiatan bengkel kerja setiap hari dibagian limbah. Selain itu MCL juga mengikuti kegiatan pramuka yang dilaksanakan setiap Hari Jum'at. Dengan keterampilan sosial yang dimiliki MCL, hal ini bisa membuat MCL lebih mudah menghindari *stressor* yang berada di kamarnya. MCL juga bisa menyibukkan diri dan mendapatkan teman yang baik diluar kamarnya. MCL sangat senang jika memiliki banyak kegiatan positif karena juga bisa membuat MCL tidak merasakan lamanya masa tahanan. Hal ini sesuai dengan penelitian Anita Rohman (2018) yang meneliti dinamika *coping stress* narapidana narkoba di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang yang menjelaskan bahwa salah satu faktor *coping stress* narapidana kasus narkoba adalah keterampilan sosial.

Factor selanjutnya yaitu materi. FR memiliki cukup materi untuk membantu proses *coping stress*nya. Hal ini karena dulu FR adalah seorang Pegawai Negeri Sipil. FR masih memiliki banyak biaya untuk memenuhi kehidupannya di dalam Lapas. FR memiliki pekerja yang membantu untuk mengerjakan pekerjaan sehari – harinya seperti mencuci baju dan mengangkat air. Dengan begitu, FR merasa bisa lebih ringan dalam melakukan aktifitasnya sehari – hari. FR juga bisa memenuhi kebutuhan sehari – harinya dengan mudah. Selama ini FR membeli kebutuhan sehari – hari di Koperasi Lapas. Harga kebutuhan di Koperasi Lapas terbilang sedikit lebih mahal dari harga di luar Lapas. FR tidak keberatan dengan hal tersebut karena FR masih memiliki biaya untuk membelinya. Hal ini sesuai dengan penelitian Anita Rohman (2018) yang meneliti dinamika *coping stress* narapidana narkoba di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang yang menjelaskan bahwa salah satu factor *coping stress* narapidana kasus narkoba adalah materi. Menurut Muta'adin dalam Erteka (2018) materi berkaitan dengan uang yang mana termasuk juga didalamnya barang – barang penunjang kebutuhan individu atau layanan – layanan yang bisa dibeli.

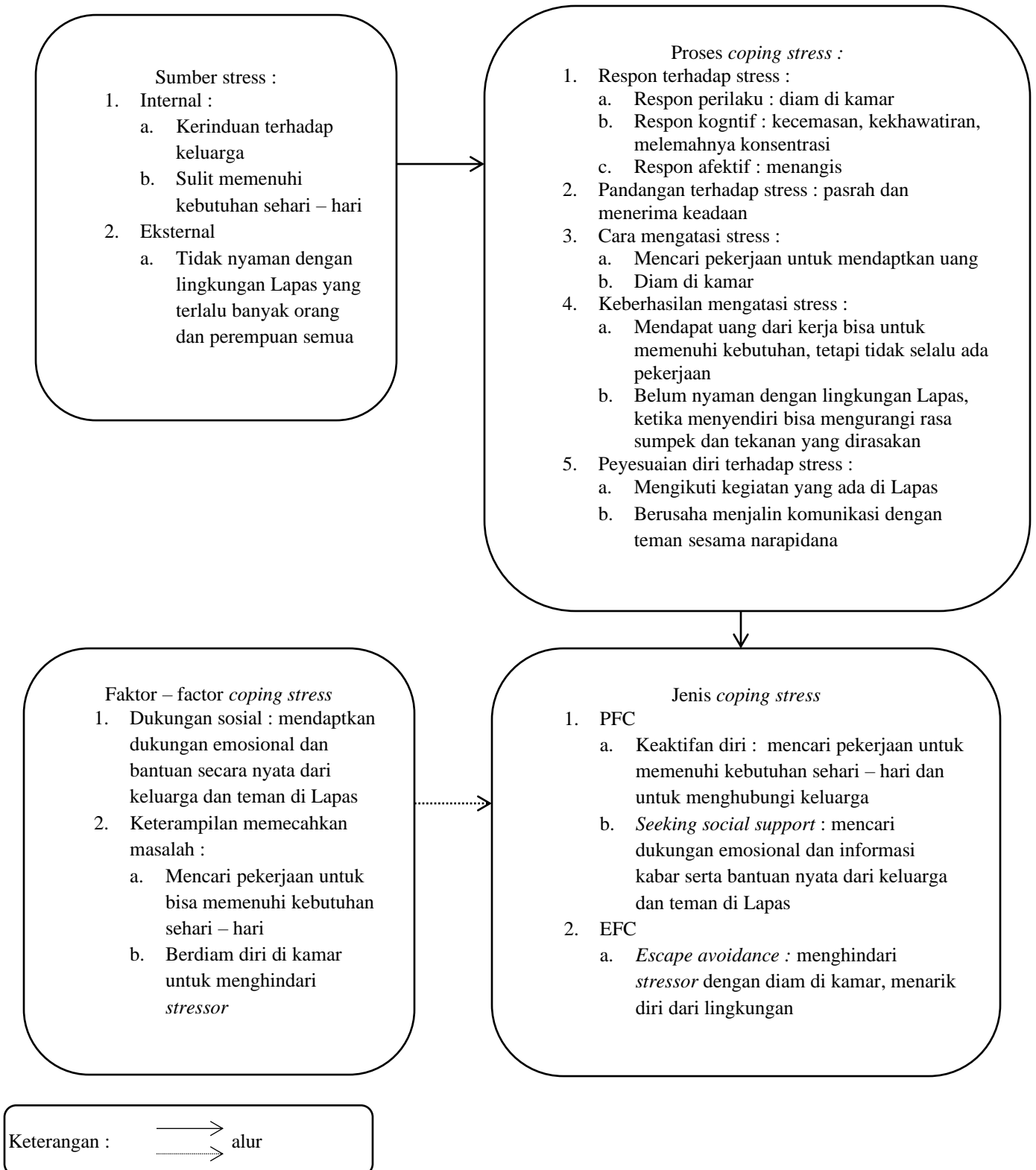
### Skema No. 13

### Dinamika *Coping Stress* Subjek MCL



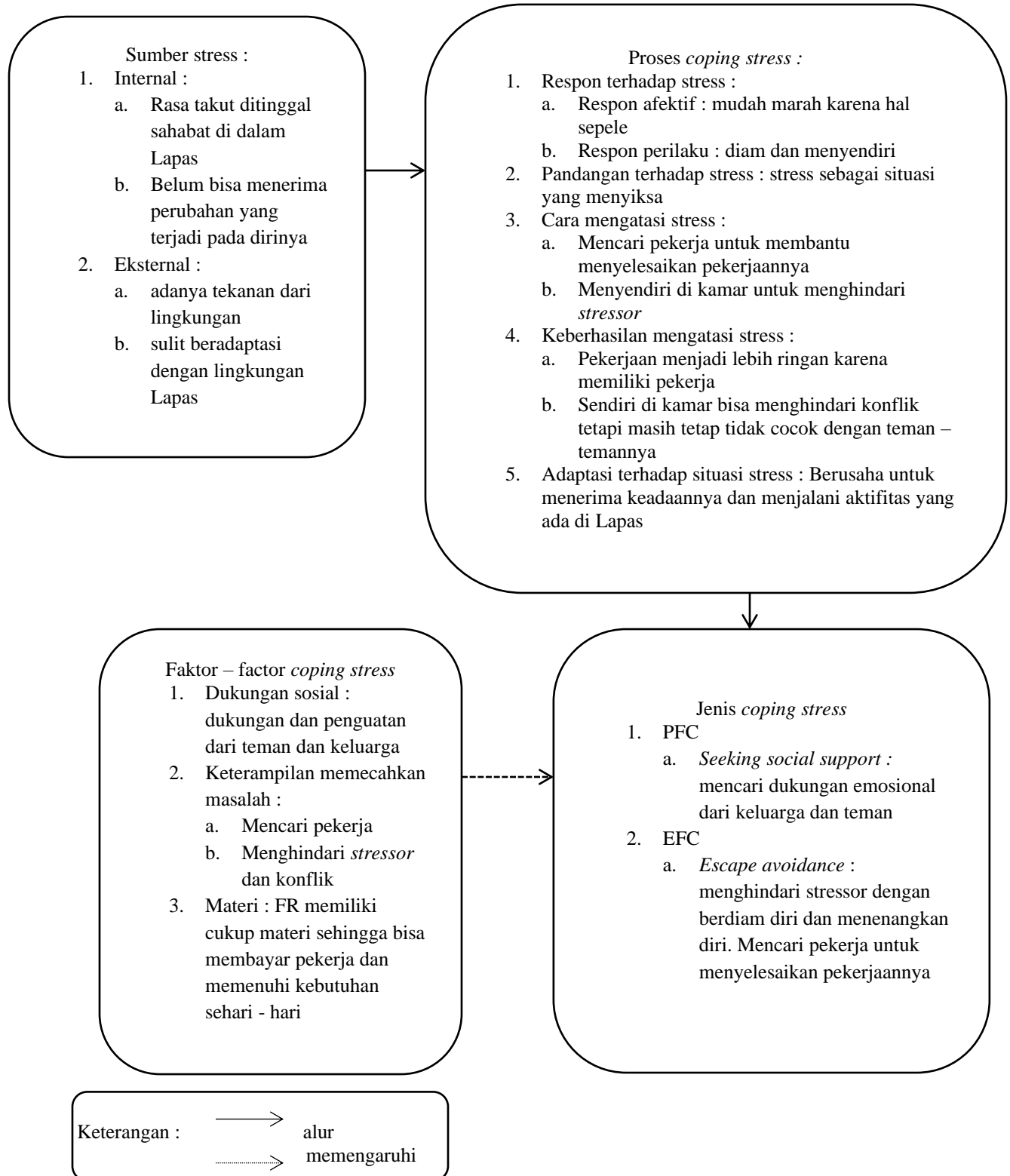
## Skema No. 14

### Dinamika *Coping Stress* Subjek NTW



## Skema No. 15

### Dinamika *Coping Stress* Subjek FR



## BAB 5

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

1. Sumber stress yang dialami ketiga subjek yaitu yang pertama sumber stress internal berupa kesulitan beradaptasi dengan lingkungan dan orang – orang Lapas. Selain itu kecemasan akan ditinggal oleh teman sesama narapidana yang dirasakan oleh subjek MCL dan FR. Kerinduan kepada keluarga menjadi sumber stress internal subjek NTW. Sumber stress eksternal FR yaitu adanya tekanan dari teman – teman sesama narapidana di dalam kamarnya. Sumber stress eksternal NTW yaitu sulit menghubungi keluarga dan memenuhi kebutuhan sehari – hari karena kurangnya biaya serta kurang nyaman dengan kondisi Lapas karena tidak terbiasa berada di tengah – tengah banyak orang. Sumber stress eksternal FR kurang cocok dengan teman di dalam Lapas.
2. Proses coping stress dimulai dari respon stress ketiga subjek yaitu respon kognitif, afektif, dan perilaku. Selanjutnya pandangan terhadap stress menurut subjek MCL merupakan tekanan tersendiri dan dianggap merendahkan dirinya. NTW memandang stress dengan pasrah dan menerima keadaan, dan FR memandang stress sebagai sesuatu yang menyiksa. Cara menyelesaikan stress ketiga subjek memiliki kesamaan yaitu menghindari *stressor*. Selain itu NTW dan FR juga mencari jalan keluar untuk masalahnya seperti NTW yang berusaha mencari pekerjaan dan FR yang mencari pekerja. Ketiga subjek merasa cukup berhasil



dalam menyelesaikan stress, namun masih ada rasa tekanan dan rasa tidak nyaman.

3. Jenis *coping stress* ketiga subjek yaitu kombinasi antara *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. MCL melakukan *coping stress problem focused coping* berupa *seeking social support* dan *coping stress emotional focused coping* berupa *possitive reappraisal* dan *escape avoidance*. NTW melakukan *coping stress problem focused coping* berupa *planful problem solving* dan *seeking social support* serta *coping stress emotional focused coping* berupa *possitive reappraisal* dan *escape avoidance*. FR melakukan *coping stress problem focused coping* berupa *planful problem solving* dan *seeking social support* serta *coping stress emotional focused coping* berupa *possitive reappraisal* dan *escape avoidance*
4. Factor – factor *coping stress* ketiga subjek yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial yang didapatkan ketiga subjek yaitu dukungan emosional. Dukungan bantuan secara nyata didapatkan oleh MCL dan NTW. Factor lain yang muncul dari ketiga subjek yaitu keterampilan memecahkan masalah. Ketiga subjek memiliki keterampilan dalam memecahkan masalah dengan cukup baik. MCL memilih untuk menghindari *stressor*, NTW mencoba mencari pekerjaan untuk memenuhi kebutuhan, sedangkan FR mencari pekerja untuk membantu menyelesaikan pekerjaannya. MCL juga memiliki factor keterampilan sosial, yang ditunjukkan dengan MCL yang mengikuti banyak kegiatan dan memiliki banyak teman. FR memiliki factor materi dimana FR bisa memenuhi kebutuhannya sehari – hari dan membayar pekerja

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Malang

Dapat diadakan program konseling dan psikoedukasi kepada Narapidana khususnya narapidana baru terkait kesehatan mental dan cara meregulasi stress. Program konseling bisa diberikan kepada narapidana yang memang membutuhkan pertolongan profesional. Hal ini dikarenakan kesehatan mental berbeda dengan kesehatan fisik yang bisa terlihat secara nyata. Kesehatan mental perlu dilihat lebih cermat lagi dengan adanya asesmen dan control secara rutin serta kenyamanan dari narapidana ketika menyampaikan masalahnya.

2. Bagi subjek penelitian

Setelah melakukan wawancara, peneliti memberi saran kepada subjek penelitian untuk lebih bisa mengontrol diri dan melakukan coping stress dengan lebih baik. Coping stress yang banyak dilakukan oleh subjek yaitu *escape avoidance*, hal ini menyebabkan *stressor* tidak bisa hilang dan akan terus ada membuat subjek tidak nyaman dan merasa tertekan. Subjek diharapkan bisa melakukan strategi coping stress yang bisa memberi perubahan dalam dirinya untuk lebih baik lagi.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian di Lembaga Pemasarakatan bisa melakukan gali data lebih dalam lagi dengan waktu yang lebih lama. Proses pemilihan subjek juga harus diperhatikan dengan baik supaya tidak ada kendala ketika di tengah – tengah proses pengambilan data. Selain itu, karena di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Malang tidak diperbolehkan membawa alat

bantu penelitian seperti alat perekam, maka diharapkan peneliti bisa mengambil data dengan penuh konsentrasi sambil mencatat sehingga tidak ada data yang kurang.

## Daftar Pustaka

- Agnesia, Ade. Halim, Abdul. dan Manurung, Idawati (2014). Mekanismen Koping Narapidana Kasus Narkoba Yang Menjalani Vonis Masa Hukuman Di Lembaga Pemsyarakatan. *Jurnal Keperawatan. X (1)*. 97 – 103
- Andriyani, Juli. (2019). Strategi *Coping stress* Dalam Mengatasi Problema Psikologis. *Jurnal At-Taujih. Vol.2 (2)*. 37 – 55
- Andriyani, Juli. (2020). *Coping Stress* Pada Wanita Karir yang Berkeluarga. *Jurnal Al – Bayan. Vol.21 (30)*.
- Bachri B.S, (2010). Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif. *Jurnal Teknologi Pendidikan. Vol 10. (1)*. 46 – 62
- Darwati, Yuli. (2022). *Coping stress* Dalam Perspektif Al-Qur’an. *Journal of Ethics and Spirituality. Vol.6 (01)*. 1 – 16
- Erteka, Chairul. (2018). *Hubungan Optimisme Dengan Coping stress* Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. (Skripsi, Universitas Medan Area, 2017). Diakses dari <http://repository.uma.ac.id/>
- Hasanah, Muhimmatul. (2019). *Stress* dan Solusinya Dalam Perspektif Psikologi dan Islam. *Jurnal Ummul Qur’an. Vol.13 (1)*. 104 – 116

Lazarus R.S, Susan Folkman. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company

Maryam, Siti. (2017). Strategi *Coping* : Teori dan Sumberdayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*. Vol.1 (2). 101 – 107

Mohino, Susana. Teresa Kirchner. & Maria Forns. (2004). *Coping Strategies in Young Male Prisoners*. *Journal of Youth and Adolescence*. Vol.33 (1). 41 – 49

Nagara, Aljanata Gusti Patria. (2017). *Strategi Coping stress Pada Narapidana Remaja Di Lapas Anak Kelas IA Kutoarjo*. (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2017). Diakses dari <http://eprints.ums.ac.id/59182/>

Nugrahani, Farida. (2014). *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*. Surakarta: Cakra Books

Pejabat Pengelola Informasi Dokumentasi. (2022). Diakses pada 8 Oktober 2022, dari <https://ppid.ditjenpas.go.id/hak-dan-kewajiban-narapidana/>

Rismelina, Dessi. (2020). Pengaruh Strategi Koping dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswi Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Jurnal Psikobroneo*. 8 (02). 195 – 201

Rizati, M.A. (2022). *Jumlah Narapidana Indonesia Terbanyak Keempat di Asia*. Diakses pada 27 September 2022, dari <https://dataindonesia.id/ragam/detail/jumlah-narapidana-indonesia-terbanyak-keempat-di-asia>.

Rohman, Anita. (2018). *Dinamika Coping stress Pada Narapidana Pengguna Narkoba Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang*. (Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2018). Diakses dari <http://etheses.uin-malang.ac.id/13537/1/14410004.pdf>

Sholichatun, Yulia. (2011). Stres dan Staretegi *Coping* pada Anak Didik di Lembaga  
Pemasyarakatan Anak. *Jurnal Psikologi Islam*. 8 (1). 23 – 42

Sistem Data Pemasyarakatan Publik. (2021). Diakses pada 27 September 2022, dari  
<http://sdppublik.ditjenpas.go.id>

Subadi, Tjipto. (2006). *Metode Penelitian Kualitatif*. Surakarta: Muhammadiyah  
University Press Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Yuwono, Susatyo. (2010). Mengelola *Stress* Dalam Perspektif Islam Dan Psikologi.  
*Jurnal Psycho Idea*. (2). 14 – 26

Zahra, C. F. & Kawuryan, F. (2015). *Coping stress* Pada Remaja Broken Home.  
*Proceeding Seminar Nasional*. Diakses 27 September 2022

## LAMPIRAN

### Lampiran 01. Panduan Wawancara dan Observasi

#### **1. Pedoman Observasi**

- A. Kondisi umum subjek
- B. Perilaku subjek ketika proses wawancara
- C. Kondisi lokasi wawancara

#### **2. Pedoman Wawancara Subjek**

##### A. Reactivity to Stress:

- Apa saja sumber - sumber stress yang anda alami?
- Bagaimana respon anda terhadap sumber stress yang dialami?

##### B. Ability to Asses Situation

- Bagaimana anda memandang situasi stress yang sedang anda alami?

##### C. Self - Reliance

- Sejauh mana kemampuan anda dalam menghadapi situasi stress?
- Bagaimana keberhasilan anda dalam menghadapi dan menyelesaikan situasi stress?

##### D. Resourcefulness

- Bagaimana cara anda mencari jalan keluar dalam menghadapi situasi stress?

##### E. Adaptability dan Flexibility

- Bagaimana adaptasi anda ketika sedang menghadapi situasi stress?
- Bagaimana pengaruh lingkungan lapas terhadap anda dalam proses menyelesaikan situasi stress yang sedang dialami?

##### F. Proactive Attitude

- Apa saja yang anda lakukan selama menghadapi situasi stress?

##### G. Ability to Relax

- Bagaimana reaksi yang muncul didalam diri anda ketika anda menghadapi situasi stress dan berusaha untuk mencari jalan keluar?

### **3. Pedoman Wawancara Significant Others**

- Bagaimana komunikasi anda dengan subjek selama ini?

- Bagaimana hubungan subjek dengan WBP lain?

- Bagaimana hubungan subjek dengan petugas Lapas?

- Bagaimana kondisi subjek sejauh yang anda tau?

- Bagaimana penyesuaian diri dan adaptasi subjek sejauh yang anda tau?

- Bagaimana selama ini subjek menghadapi masalah yang terjadi pada dirinya?



## Lampiran 02. Observasi Subjek A (MCL)

### Observasi Hari Pertama

Nama Subjek	MCL
Lokasi	Posko Rehab Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Malang
Interviewer	Annisa Dewi Novianti
Tanggal Interview	15 November 2022

### Hasil Observasi

Kondisi umum subjek	Subjek berpenampilan rapi dengan baju “dis” serta rambut diikat. Subjek baru saja selesai sekolah paket C kemudian langsung datang ke Posko Rehab. Subjek terlihat kurang ceria dan wajahnya murung. Hal ini karena subjek masih merasa sedih dan ada rasa takut karena ditinggalkan oleh teman terdekat di Lapas. Subjek juga mengaku ada masalah dengan teman di kamarnya yaitu karena subjek dikatakan sebagai anak yang malas dan manja. Hal ini karena subjek masih belum terbiasa dengan kondisi dan aktifitas di Lapas. Subjek merasa tertekan dan direndahkan oleh perkataan orang – orang tersebut.
Perilaku subjek ketika proses wawancara	Subjek kooperatif dengan menjawab semua pertanyaan yang diajukan interviewer dengan cukup baik. Namun karena masih hari pertama dan baru saja membangun <i>good rapport</i> sehingga subjek belum terlalu leluasa ketika bercerita, masih terlihat adanya kecanggungan. Ketika membahas mengenai factor – factor stress, subjek bercerita dengan sedikit menggebu – gebu seperti emosi. Subjek lebih banyak menunduk ketika bercerita sambil memainkan jari tangan.
Kondisi lokasi wawancara	Posko rehab cukup luas dan cukup tertutup untuk digunakan sebagai tempat wawancara. Tempat ini jadi satu dengan ruangan Psikolog Lapas namun ada sekat yang memisahkan. Karena tidak ada kursi maka proses wawancara dilakukan dengan duduk di lantai. Namun hal ini tidak terlalu menjadi masalah dalam proses wawancara

### Observasi Hari Kedua

Nama Subjek	MCL
Lokasi	Posko Rehab Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Malang
Interviewer	Annisa Dewi Novianti
Tanggal Interview	17 November 2022

### Hasil Observasi

Kondisi umum subjek	Subjek berpenampilan rapi dengan baju “dis” serta rambut diikat. Ketika dibon untuk melakukan wawancara, subjek sedang mengikuti kegiatan di bengkel kerja yaitu membuat karya dari bahan daur ulang. Subjek sudah terlihat lebih ceria karena ketika di bengkel kerja bertemu dengan teman – temannya. Meskipun begitu subjek masih merasa jengkel dengan teman – teman di kamarnya
Perilaku subjek ketika proses wawancara	Subjek sudah terlihat lebih nyaman dan lebih kooperatif selama proses wawancara. Subjek menjawab semua pertanyaan dari interviewer dengan jelas dan lugas. Subjek masih sering menunduk ketika bercerita. Subjek sedikit terdistraksi oleh teman – temannya yang ada di bengkel kerja karena letaknya yang berhadapan dengan posko rehab. Subjek juga menangis ketika bercerita tentang keluarganya.
Kondisi lokasi wawancara	Posko rehab cukup luas dan cukup tertutup untuk digunakan sebagai tempat wawancara. Tempat ini jadi satu dengan ruangan Psikolog Lapas namun ada sekat yang memisahkan. Karena tidak ada kursi maka proses wawancara dilakukan dengan duduk di lantai. Namun hal ini tidak terlalu menjadi masalah dalam proses wawancara

### Observasi Hari Ketiga

Nama Subjek	MCL
Lokasi	Satops Patnal Lapas Perempuan Kelas IIA Malang
Interviewer	Annisa Dewi Novianti
Tanggal Interview	5 Desember 2022

### Hasil Observasi

Kondisi umum subjek	Subjek berpenampilan rapi dengan baju “dis” serta rambut diikat. Ketika dibon untuk melakukan wawancara, subjek sedang berada di kama. Subjek merasa lebih baik dan merasa senang karena baru saja menelepon keluarganya. Subjek juga sedang sibuk mempersiapkan kegiatan hari raya natal di gereja Lapas dan itu membuat subjek senang.
Perilaku subjek ketika proses wawancara	Subjek sudah terlihat lebih nyaman dan lebih kooperatif selama proses wawancara. Subjek menjawab pertanyaan interviewer dengan lancer dan tidak ada kecanggungan. Namun, subjek cukup terdistraksi dengan orang yang berlalu lalang karena lokasi wawancara yang berada di dekat jalan utama dan dekat dengan poliklinik.
Kondisi lokasi wawancara	Satops patnal adalah pos tempat petugas keamanan Lapas. Ruangannya cukup kecil dan terletak di sebelah jalan utama di dalam

	Lapas. Di dalam ruangan ini ada kursi dan meja sehingga proses wawancara bisa dilakukan dengan lebih nyaman dengan duduk di kursi.
--	--

Lampiran 03. Observasi Subjek B (NTW)

**Observasi Hari Pertama**

Nama Subjek	NTW
Lokasi	Posko Rehab Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Malang
Interviewer	Annisa Dewi Novianti
Tanggal Interview	15 November 2022

**Hasil Observasi**

Kondisi umum subjek	Subjek berpenampilan rapi dengan baju “dis” serta rambut diurai sebau. Ketika dibon untuk proses wawancara subjek berada di kamar. Subjek terlihat pucat karena tidak menggunakan <i>make up</i> , namun secara fisik subjek terlihat sehat. Subjek datang dengan wajah yang datar dan terlihat cukup tertutup. Selain itu subjek juga terlihat bingung karena dibon posko rehab. Subjek datang dengan perasaan sedih karena tidak bisa menghubungi keluarga karena tidak ada uang untuk beli pulsa. Selain itu subjek merasa tidak nyaman dengan kondisi Lapas yang terlalu banyak orang dan semuanya perempuan
Perilaku subjek ketika proses wawancara	Subjek masih terlihat <i>blocking</i> dengan kepala menunduk dan menjawab pertanyaan hanya sekadarnya saja. Namun di tengah – tengah wawancara subjek sudah terlihat nyaman dan bisa bercerita dengan cukup jelas. Subjek juga menangis ketika menceritakan tentang kerinduannya terhadap keluarga. Subjek terlihat sangat tertekan dengan kondisinya di Lapas karena jauh dari keluarga
Kondisi lokasi wawancara	Posko rehab cukup luas dan cukup tertutup untuk digunakan sebagai tempat wawancara. Tempat ini jadi satu dengan ruangan Psikolog Lapas namun ada sekat yang memisahkan. Karena tidak ada kursi maka proses wawancara dilakukan dengan duduk di lantai. Namun hal ini tidak terlalu menjadi masalah dalam proses wawancara

**Observasi Hari Kedua**

Nama Subjek	NTW
Lokasi	Posko Rehab Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Malang
Interviewer	Annisa Dewi Novianti
Tanggal Interview	18 November 2022

### Hasil Observasi

Kondisi umum subjek	Subjek berpenampilan rapi dengan baju “dis” serta rambut diurai. Subjek terlihat lebih ceria dan terlihat sehat secara jasmani namun masih terlihat pucat karena tidak memakai <i>make up</i> . Subjek datang ke posko rehab setelah dari kamar. Subjek masih terlihat sedih dari raut wajahnya karena belum bisa menghubungi keluarga dan kebutuhan sehari – harinya juga banyak yang habis
Perilaku subjek ketika proses wawancara	Subjek sudah lebih kooperatif dalam proses wawancara. Ketika diawal wawancara subjek langsung menangis karena sedih dan bingung tidak bisa menghubungi keluarga dan tidak memiliki uang. Subjek menjawab pertanyaan interviewer dengan menangis namun masih jelas. Subjek lebih banyak diam dan terlihat seperti kurang focus.
Kondisi lokasi wawancara	Posko rehab cukup luas dan cukup tertutup untuk digunakan sebagai tempat wawancara. Tempat ini jadi satu dengan ruangan Psikolog Lapas namun ada sekat yang memisahkan. Karena tidak ada kursi maka proses wawancara dilakukan dengan duduk di lantai. Namun hal ini tidak terlalu menjadi masalah dalam proses wawancara

### Observasi Hari Ketiga

Nama Subjek	NTW
Lokasi	Satops Patnal Lapas Perempuan Kelas IIA Malang
Interviewer	Annisa Dewi Novianti
Tanggal Interview	5 Desember 2022

### Hasil Observasi

Kondisi umum subjek	Subjek berpenampilan rapi dengan baju “dis” serta rambut diurai sebau. Subjek datang setelah dari bengkel kerja. Subjek terlihat sehat dan raut wajahnya senang karena bisa menelepon keluarganya. Subjek menelepon keluarganya dengan meminjam pulsa milik temannya. Subjek bahagia karena mendapat kabar dari keluarga.
Perilaku subjek ketika proses wawancara	Subjek melakukan proses wawancara dengan tenang dan raut wajah yang bahagia. Hal ini karena subjek sudah mendapatkan kabar dari keluarganya. Subjek menjawab semua pertanyaan dengan jelas dan tidak ada <i>blocking</i> .
Kondisi lokasi wawancara	Satops patnal adalah pos tempat petugas keamanan Lapas. Ruangannya cukup kecil dan terletak di sebelah jalan utama di dalam Lapas. Di dalam ruangan ini ada kursi dan meja sehingga proses wawancara bisa dilakukan dengan lebih nyaman dengan duduk di kursi.

#### Lampiran 04. Observasi Subjek C (FR)

##### Observasi Hari Pertama

Nama Subjek	FR
Lokasi	Posko Rehab Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Malang
Interviewer	Annisa Dewi Novianti
Tanggal Interview	16 November 2022

##### Hasil Observasi

Kondisi umum subjek	Subjek berpenampilan rapi dengan baju “dis” serta rambut diikat. Subjek terlihat sehat namun raut wajahnya terlihat murung dan tatapannya sering kosong. Subjek merasa cemas karena akan ditinggalkan sahabatnya pulang. Subjek takut tidak bisa menjalani hari di Lapas tanpa sahabatnya. Selain itu juga subjek takut sahabatnya akan dipengaruhi oleh orang – orang di luar dan tidak mempedulikan subjek lagi. Subjek juga merasa tidak nyaman dan masih sulit beradaptasi dengan kondisi dan lingkungan Lapas.
Perilaku subjek ketika proses wawancara	Di awal pertemuan subjek sudah terlihat nyaman dengan proses wawancara. Subjek kooperatif dengan menjawab pertanyaan – pertanyaan interviewer dengan lancar dan jelas. Subjek terlihat beberapa kali menghadap atas untuk menahan tangisnya.
Kondisi lokasi wawancara	Posko rehab cukup luas dan cukup tertutup untuk digunakan sebagai tempat wawancara. Tempat ini jadi satu dengan ruangan Psikolog Lapas namun ada sekat yang memisahkan. Karena tidak ada kursi maka proses wawancara dilakukan dengan duduk di lantai. Namun hal ini tidak terlalu menjadi masalah dalam proses wawancara

##### Observasi Hari Kedua

Nama Subjek	NTW
Lokasi	Posko Rehab Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Malang
Interviewer	Annisa Dewi Novianti
Tanggal Interview	18 November 2022

##### Hasil Observasi

Kondisi umum subjek	Subjek berpenampilan rapi dengan baju “dis” serta rambut diikat. Subjek terlihat sehat namun sedang murung dan emosi ketika datang
---------------------	--

	di Posko Rehab. Subjek mengatakan bahwa subjek baru saja kemarin ada konflik dengan teman di di kamarnya. Subjek menceritakan masalahnya kepada interviewer dan akhirnya subjek merasa lega.
Perilaku subjek ketika proses wawancara	Subjek sangat kooperatif ketika proses wawancara. Subjek mampu menjawab semua pertanyaan interviewer dengan jelas
Kondisi lokasi wawancara	Posko rehab cukup luas dan cukup tertutup untuk digunakan sebagai tempat wawancara. Tempat ini jadi satu dengan ruangan Psikolog Lapas namun ada sekat yang memisahkan. Karena tidak ada kursi maka proses wawancara dilakukan dengan duduk di lantai. Namun hal ini tidak terlalu menjadi masalah dalam proses wawancara

### Observasi Hari Ketiga

Nama Subjek	NTW
Lokasi	Satops Patnal Lapas Perempuan Kelas IIA Malang
Interviewer	Annisa Dewi Novianti
Tanggal Interview	5 Desember 2022

### Hasil Observasi

Kondisi umum subjek	Subjek berpenampilan rapi dengan baju “dis” serta rambut diikat. Subjek datang setelah dari bengkel kerja. Subjek terlihat sehat dan wajah yang datar. Tidak ceria tidak juga murung.
Perilaku subjek ketika proses wawancara	Subjek sudah nyaman dengan proses wawancara dengan bercerita tentang kisahnya bersama sahabatnya yang sudah terjalin cukup lama. Subjek terlihat sangat bahagia ketika bercerita tentang sahabatnya. Subjek sangat kooperatif ketika wawancara berlangsung.
Kondisi lokasi wawancara	Satops patnal adalah pos tempat petugas keamanan Lapas. Ruangannya cukup kecil dan terletak di sebelah jalan utama di dalam Lapas. Di dalam ruangan ini ada kursi dan meja sehingga proses wawancara bisa dilakukan dengan lebih nyaman dengan duduk di kursi.

Lampiran 05. Koding dan verbatim Subjek A (MCL)

Tabel Koding dan verbatim Subjek A (MCL)

Nama : MCL  
 Usia : 20 tahun  
 Pekerjaan : Pelajar  
 Wawancara ke: Satu  
 Tanggal : 15 November 2022  
 Waktu : 10.00 - 11.30  
 Lokasi : Posko Rehab Lapas Perempuan Kelas IIA Malang

Baris	P/S	Uraian Wawancara	Pemadatan Fakta	Kalimat Inti	Interpretasi
1	P:	Apa saja sumber stress yang sering anda alami?	Sering mendapatkan	- mendapat omongan	Sumber - sumber
	S:	Karena omongan orang, aku itu sering dapet omongan yang ga enak dan aneh - aneh padahal aslinya ga gitu. Contohnya kayak dibilang anak males, padahal ya karena sebelum disini aku ga pernah melakukan pekerjaan kayak bersih - bersih angkat air, itu karena emang ga dibolehin sama ortu jadi ya setiap melakukan aktifitas yang kayak gitu aku lama ngerjainnya. Tapi selama disini aku udah berusaha buat bisa ngerjain itu semua sendiri, tapi tetep aja	omongan yang aneh - aneh dan tidak sesuai dengan dirinya. Dibilang anak malas karena kalau mengerjakan sesuatu lama karena memang tidak terbiasa. Selama didalam lapas sudah berusaha untuk belajar mengerjakan semuanya sendiri. Mama -	tidak sesuai dengan dirinya - masih susah mengerjakan sesuatu sendirian karena tidak terbiasa ketika di luar - subjek menjadi takut dan kepikiran ketika akan ditinggal teman	stress ketika di lapas
5					
10					



15		diomongin kalo aku itu males anaknya, ga bisa mandiri. Terus mba, kan aku dikamar itu punya mama - mama an, dia wes tak anggep mamaku sendiri, dia selalu ngopeni aku disini. Nah pas hari minggu kemarin dia udah pulang. Terus selama satu bulan sebelum mama pulang itu aku kepikiran terus mba, aku takut kalau ditinggal dia, takut ga ada yang njaga dan ngopeni aku.	mama an yang selalu menjaga dan ngopeni di kamar baru aja pulang. Subjek takut ditinggal, takut tidak ada yang jaga dan ngopeni, akhirnya sering nangis. Hal tersebut menjadi omongan di kamarnya sampai disindir akan menjadi anak yatim. Hingga pernah diancam kalau waktunya subjek piket akan menghabiskan air sampai banyak.	kamarnya yang dianggapnya sebagai mama yang selalu ada untuk subjek - dibilang sebagai anak yatim karena ditinggal mama - mama annya di kamar - mendapat ancaman akan dipersulit pekerjaannya ketika jadwal piket	
20		Disitu aku jadi sering nangis dikamar. Nah karena itu, aku jadi semakin diomongin yang aneh - aneh sama orang kamar dan disindir - sindir “wah kate dadi anak yatim”. aku jadi semakin sedih dan kepikiran. Sampe pernah mba aku diancem dan dibilangi kalau misalnya waktunya aku piket orang - orang kamar itu bakal ngehabisin airnya sampe banyak gitu. Akhirnya tak piketin ke orang aja karena aku takut nanti dikerjain sama orang - orang.	Merasa direndahkan karena tidak biasa mengerjakan sesuatu yang biasa dikerjakan disini. Masih belum bisa jauh dari sosok mama – mama an jadi merasa takut dan khawatir waktu mama - mama annya pulang	- merasa direndahkan dengan kondisinya yang sekarang - merasa takut dan khawatir ketika ditinggal sosok mama didalam lapas	
25					
30	P:	Bagaimana pandangan anda terkait situasi stress yang anda alami?			
	S:	Apa yaa.. aku ngerasa di rendahin sih mba sebenarnya. Kan kayak aku emang ga biasa ngerjakan sesuatu yang biasa dikerjakan disini kayak angkat air, cuci baju, piket blok jadi ya aku masih belajar gitu loh mba. Terus juga kan aku dulu ga deket sama mamaku mba			
35					

Pandangan terhadap situasi stress

40		dirumah.. terus pas disini aku ada sosok pengganti mama yang baik banget dan ngopeni aku.. orang yang istilahnya bisa gantiin posisi mamaku selama disini, tapi ternyata orangnya sudah pulang. Jadi aku mikirnya ya wajar kalo emang aku merasa takut dan khawatir banget waktu mama pulang			
45	P:	Bagaimana anda merespon situasi stress yang anda alami?	Dulu awal - awal kejadian marah, taoni sekarang lebih sering diam dan menghindari teman - teman kamar. Lebih suka kumpul dengan teman - teman diluar kamar karena bisa menenangkan pikiran	- dulu selalu marah waktu diomongin yang engga - engga. Sekarang diam aja dna menghindari - lebih suka berteman dengan orang - orang luar kamar	Respon terhadap situasi stress
50	S:	Dulu itu aku marah mba sampe pernah itu aku ngelabrak “apa se maksudmu? Aku loh ga pernah ada salah sama kamu ga pernah ada masalah” tapi lama - lama aku milih diem mba sekarang, aku cuma senyum terus pergi dari situ. Kan apa ya sebernya yang selalu ngomongin aku itu orang - orang di kamarku mba. Jadi aku itu lebih suka sama temen - temen ku yang diluar kamar. Kalau sama mereka itu aku sering diajak ngobrol diajak baca buku jadi bisa bikin tenang pikiran mba	Bisa mengendalikan emosi dengan baik. Memilih untuk pergi dari kamar atau diam di kasurnya dengan menggunakan headset mendengarkan radio	- pergi dari kamar - diam di kasur sambil menggunakan headset mendengarkan radio	Pengendalian diri terhadap situasi stress
55	P:	Bagaimana pengendalian diri anda dalam menghadapi situasi stress?			
60	S:	Aku kebetulan bisa ngendaliin emosi sih mba, ya itu diajari dan dinasehati sama mama - mama anku. Jadi ya gitu aku mesti milih keluar kamar atau kalau emang pas ga bisa keluar kamar ak	Diem aja ga ngelakuin apa - apa dan menghindari situasi itu. Biasanya keluar	- diam dan menghindari situasi tersebut - ketika diluar bisa lupa	Cara menyelesaikan situasi stress

65		milih dikasurku aja diem pake headset dengerin radio. Pokoknya ga mau interaksi dulu sama mereka	sama temennya. Waktu keluar bisa lupa sama masalahnya tapi waktu kembali ke kamar inger lagi	sama masalahnya, ketika kembali ke kamar inget lagi	
	P:	Bagaimana cara anda menyelesaikan situasi stress yang anda alami?			
	S:	Hmm.. gimana ya mba.. aku se ga ngapa - ngapain, yaudah diem aja dan aku mesti kayak menghindari situasi itu mba kayak yang tadi tak ceritakan ke mba. Terus nanti lama - lama mereka bakal diem lagi tapi dari aku nya masih suka kepikiran. Pas misal lagi keluar kamar sm temen - temen gitu aku bisa mba lupa sama kondisi di kamar, tapi pas aku sudah kembali,	Telpon ke keluarga disemangatin tapi ga cerita masalahnya apa. Setelah disemangatin dna dinasehatin merasa kuat lagi	- telepon keluarga mendapatkan semangat dan nasehat jadi lebih kuat lagi	Pengaruh keluarga dalam proses penyelesaian situasi stress
70					
	P:	wah langsung inget lagi loh aku			
	S:	Bagaimana pengaruh lingkungan dan keluarga anda dalam proses penyelesaian situasi stress?			
	P:	Aku kalo misal telpon keluarga gitu cuma bilang "buk aku ga kuat ndek kene" itu langsung disemangati mba, tapi aku ga cerita masalahku mba cuma bilang gitu aja. Soalnya takut kalo bikin orang tua kepikiran juga. Biasanya kalo udah di semangati trus dinasehati gitu aku bisa lebih kuat mba, lebih lega juga se rasanya	Hanya bisa diam, karena kalau diladenin makin seneng. Kalo subjek diam yang ngomongin pasti diam juga akhirnya.	- tidak bisa berbuat banyak, hanya diam saja	Kemampuan dalam menyelesaikan situasi stress
75					
	P:	Sejauh mana anda mampu menyelesaikan situasi stress yang anda alami?	Belum terlalu berhasil karena biasanya kalau waktu diluar itu bisa lupa	- belum terlalu berhasil karena masih teringat stress nya terus	Keberhasilan dalam menghadapi dan menyelesaikan stress
80					
	S:	Aku ya ga bisa berbuat banyak mba, paling ya			
85					

90	<p>P: diem itu aja. Kalo tak ladenin itu mereka tambah seneng soalnya. Dan kalo aku diem ya wes mereka diem selesai. Tapi nanti pasti beberapa hari setelahnya mulai lagi</p> <p>S: Bagaimana keberhasilan anda dalam menghadapi dan menyelesaikan situasi stress yang anda alami?</p> <p>Belum berhasil banget sih mba, jadi misal aku keluar kamar sama temenku, itu aku bisa lupa sama stress aku, cuma ya pada saat itu aja. Nanti kalau sudah kembali ke kamar yaudah aku bakal inget lagi sama kejadiannya dan bakal ngerasa stress lagi.</p>	sama stress nya tapi kalau balik ke kamar berasa stress lagi		
----	---	--	--	--

Tabel Koding dan verbatim Subjek A (MCL)

Nama : MCL  
 Usia : 20 tahun  
 Pekerjaan : Pelajar  
 Wawancara ke: Dua  
 Tanggal : 17 November 2022  
 Waktu : 10.00 - 11.30  
 Lokasi : Posko Rehab Lapas Perempuan Kelas IIA Malang

Baris	P/S	Uraian Wawancara	Pemadatan Fakta	Kalimat Inti	Interpretasi
1	P:	Apakah situasi stress yang anda alami memengaruhi kegiatan ada sehari – hari?	Situasi stress tidak memengaruhi kegiatan sehari – hari. Hanya sering melamun aja	- Stress tidak memengaruhi kegiatan sehari – hari	Pengaruh stress terhadap kegiatan sehari – hari
5	S:	Kalau berpengaruh sih engga ya mba, cuman ya kalau lagi banyak masalah yang bikin stress gitu aku lebih sering ngelamun emang cuman ya aktifitas tetep jalan			
10	P:	Kemarin kan anda bilang kalau ketika menghadapi situasi stress anda lebih memilih untuk menghindarinya dan juga lebih baik diam. Nah kalau sudah begitu apa yang terjadi setelahnya?	Lebih tenang setelah diam dan menghindari situasi stress. Cuman masih membatasi diri dengan sumber stress	- Lebih tenang setelah memilih diam dan menghindari situasi stress	Kondisi setelah melakukan coping stress
	S:	Ya setelahnya jadi ngerasa lebih tenang, kan gitu		- Masih membatasi	

15	P:	itu mereka langsung diem gitu kan mba ga ngomongin aku lagi. Cuman ya tetep aku masih membatasi diri sama mereka, kalau ga perlu ngomong aku ga mau ngomong sama mereka		diri dengan sumber stress	
20	S:	Kalau setelah telepon orang tua dan cerita seperti yang anda sampaikan kemarin, apa yang anda rasakan setelahnya?	Setelah telpon dan cerita dengan keluarga menjadi lebih lega dan mendapatkan kekuatan dan motivasi, khususnya dari mama	- Merasa lega dan mendapat penguatan serta motivasi setelah telpon dan cerita ke mamanya	Pengaruh dukungan keluarga dalam menghadapi situasi stress
25	P:	Lega mba, ngerasa dapet penguatan dan motivasi dari orang tua khususnya mama sih. Mama selalu bilang “yang kuat ya kak, mama pasti ada buat kakak. Mama temenin adek dari sini. Harus semangat pokoknya ”. kalau udah dibilangin gitu wes aku ngerasa dapet kekuatan mba			
30	S:	Lalu bagaimana dengan lingkungan anda disini? Bagaimana pengaruhnya dalam proses penyelesaian situasi stress?	Lingkungan cukup membantu Teman – teman subjek baik bisa menghमार subjek ketika berada di situasi stress. Subjek diajak membaca buku, mengobrol, dan bercanda sehingga subjek merasa keslimur dengan masalahnya. Tetapi kalau kembali ke kamar masih ada rasa kesal	- Teman – teman subjek bisa menghमार subjek ketika berada di situasi stress - Subjek merasa situasi stress nya bisa sedikit teralihkan pikirannya - Ketika kembali ke kamar kembali merasa kesal	Pengaruh dukungan lingkungan dalam menghadapi stress
35		Cukup membantu mba, apalagi temen – temenku yang diluar blok, mereka baik semua ke aku. Biasanya kalo aku ada masalah di kamar gitu aku keluar blok sama mereka terus diajak baca buku, duduk – duduk di belakang sama cerita dan bercanda.. aku jdi keslimur mba sama masalahku.. jadi lupa, tapi kalo balik kamar biasanya masih ada rasa kesalnya... tapi udah ga terlalu karena moodku bagus habis main sama			

40	P:	temen – temen			
	S:	Bagaimana hubungan dan komunikasi anda dengan keluarga selama ini?	Hubungan dengan keluarga khususnya orang tua renggang karena subjek merasa semenjak ada adeknya kasih sayang buat subjek berkurang, padahal sebenarnya engga.	- Hubungan subjek renggang dengan orang tua semenjak punya adek di usia 11 tahun	Hubungan subjek dengan keluarga
45		Sebenarnya hubunganku sama keluarga sudah lama renggang mba, khususnya sama orang tua ya.. jadi dulu semenjak adikku lahir waktu aku umur 11 tahun aku merasa kasih sayangnya orang tuaku itu cuman buat adek gitu loh kak.. aku merasa ga di perhatikan.. tapi sebenarnya ya engga juga.. mereka masih memperhatikan aku masih nurutin semua mauku cuman kayak mesti apa – apa adek dulu gitu.. mungkin karena masih kecil ya jadi kan butuh perhatian lebih dia.. cuman kayaknya karna aku masih labil pada saat itu dan udah lama jadi anak tunggal terus tiba – tiba ada adek jadi aku merasa kasih sayang orang tuaku udah ga ada buat aku, semuanya buat adek. Aku iri banget dulu sama adekku mba, sampe aku ngerasa benci banget sama dia	Orang tua subjek masih memperhatikan subjek. Karena subjek merasa masih labil dan sudah lama menjadi anak tunggal jadi merasa iri dengan adeknya	- Subjek merasa iri dengan adeknya karena mendapat perhatian lebih dari orang tuanya, dan subjek menyadari kalau sebenarnya tidak seperti itu, orang tuanya tetap memperhatikan dia	
50	P:	Bagaimana kondisi anda ketika hubungan sedang renggang dengan keluarga?			
55	S:	Aku dulu jadi jarang dirumah mba, mesti main terus sama temenku.. pulang kalo malem tok	Subjek jadi jarang dirumah, lebih suka berkumpul sama temen – temennya. Menghindar	- Subjek lebih nyaman dengan	Kondisi subjek ketika hubungannya renggang dengan orang tua
60	P:				

65		tinggal tidur gitu terus besoknya wes sekolah terus main lagi sama temen. Wes pokoknya aku lebih seneng kumpul sama temen. Kalao diajak keluarga kemana gitu misal makan bareng aku mesti gak mau lebih milih sama temen – temen.	dari keluarga karena merasa sumpek ketika dirumah.	teman – temannya - Subjek merasa sumpek jika bersama keluarganya	
70	P:	Kalo gereja juga kan biasanya bareng satu keluarga gitu mba ya, nah itu aku malah milih sama temen, paling kalo pas lagi jadwal pelayanan aja aku bareng sama keluarga.. itupun kayak berangkatnya gitu aku sendirian gak sama keluargaku. Pokoknya aku menghindari banget dari keluarga, sumpek rasanya mba			
75	S:	Apa yang anda rasakan setelah anda mengindar dari keluarga seperti yang anda jelaskan tadi?	Merasa sedih namun ada kesenangan ketika tidak berada dirumah. Subjek jadi tidak melihat situasi rumah yang membuat sumpek subjek dan rasa iri ke adek ga muncul kalo ga lihat situasi dirumah	- Subjek sedih namun senang ketika tidak berada dirumah	Perasan subjek ketika menghindar dari keluarga
80	P:	Ya sebenarnya ada sedihnya sih mba... cuman aku jadi ga ngerasa sumpek kalo pas diluar rumah itu,karena ga ketemu sama adek, lihat adek sama papa mainan.. kayak gitu kan yang bikin aku sedih terus jadi sumpek mba. Jadi akhirnya ya seneng bawaannya kalo lagi diluar sama temen. Ga ngerasa sumpek dan rasa irinya kan jadi ga ada ga muncul gitu mba		- Rasa iri subjek tidak muncul ketika tidak melihat situasi dirumah	
85	S:	Lalu bagaimana dengan kondisi anda sekarang yang di Lapas dan jauh dengan keluarga? Apakah masih sama seperti dulu?		- Hubungan subjek sudah membaik semenjak didalam Lapas	Hubungan subjek dengan keluarga saat ini
90		Kalau sekarang udah engga mba, udah membaik	Sekarang sudah membaik hubungannya semenjak subjek di Lapas. Subjek sudah menyadari bahwa	- Subjek menyadari	



95	<p>hubunganku dengan keluarga. Orang tuaku masih tetep sayang sama aku dan aku juga udah menyadari kalo selama ini aku salah, aku baru ngerasa kehadiran orang tuaku emang ada ya waktu aku masuk sini. Mereka selalu support aku. Ya kasih transferan ya kasih semangat mba. Mereka ga pernah ninggalin aku.. tapi kadang ya aku masih bandel sih suka marah – marah kalo misal aku telpo ga diangkat atau ga di transfer uang gitu. Sekarang udah lebih deket lagi sama orang tua, jadi penguatku selama aku disini. Adekku juga ternyata sayang banget sama aku, dulu waktu aku dijemput polisi dirumah itu dia nggandoli aku mba dia nangis bilang ke polisinya “jangan bahwa mba ku” gitu. Aku terharu banget dia ternyata sayang sama aku</p>	<p>selama ini keluarganya masih menyayanginya dan masih memperhatikan dia. Orang tuanya masih memberi support berupa transferan dan semangat. Adeknya juga ternyata sangat menyayangi subjek</p>	<p>bahwa keluarganya sayang dengan subjek</p>	
100				

Tabel Koding dan verbatim Subjek A (MCL)

Nama : MCL  
 Usia : 20 tahun  
 Pekerjaan : Pelajar  
 Wawancara ke: Tiga  
 Tanggal : 5 December 2022  
 Waktu : 09.00 – 09.30  
 Lokasi : Ruang Satops Patnal Lapas Perempuan Malang

Baris	P/S	Uraian Wawancara	Pemadatan Fakta	Kalimat Inti	Interpretasi
1	P:	Bagaimana adaptasi anda ketika sedang menghadapi situasi stress?	Menerima omongan orang – orang, kalau sudah ga kuat nangis. Agak susah adaptasinya karena belum tau kondisi di lapas	- Menerima omongan orang – orang tentang dia	Adaptasi dalam menghadapi situasi stress
5	S:	Yawes nerima omongan orang – orang tentang aku itu aja mba, karena aku ga bisa ngelawan juga. Kalo udah ga kuat gitu ya nangis biasanya. Cuman aku itu gamau mba kalo nangis di depan orang – orang, karena mereka pasti tambah seneng kalo aku nangis gara – gara mereka itu. Agak susah si sebenarnya adaptasinya, karena aku kan belum tau kondisi disini kaya gimana		- Menangis ketika merasa tidak kuat - Susah adaptasi karena belum tau kondisi di lapas	
10	P:	Apa saja yang anda lakukan selama menghadapi situasi stress?	Menghindar ketika berada di situasi stress seperti	- Menghindari orang – orang yang bikin	Hal – hal yang dilakukan ketika

15	S:	Menghindari orang – orang yang bikin aku stress mba. Kayak keluar blok, atau baca buku, dengerin radio, atau nulis. Aku seneng banget nulis mba	keluar blok, baca buku, dengerin radio, nulis. Subjek suka menulis	stress - Suka menulis	menghadapi situasi stress
20	P:	Bagaimana reaksi yang muncul didalam diri anda ketika anda menghadapi situasi stress dan berusaha mencari jalan keluar?	Reaksi yang dikeluarkan nangis. Biasanya nangis ketika malam hari karena tidak ingin menangis didepan orang lain. Ketika sudah tidak bisa menahan nangis ngerasa pusing, kepala terasa berat	- Reaksi yang dikeluarkan menangis - Menangis ketika malam hari karena tidak ingin menangis didepan orang lain	Reaksi yang muncul ketika menghadapi situasi stress
25	S:	Nangis sih mba reaksinya itu. Aku gampang nangis banget anaknya Cuma mesti sebisa mungkin ga di hadapan orang – orang, jadi aku lek nangis gitu pas malem mba pas udah tidur semuanya itu aku sering nangis. Kadang gitu kalo aku wes ga kuat nahan nangis, jadinya pusing banget kepalaku kayak berat gitu mba, karena nahan nangis		- Ketika menahan tangis jadi pusing, kepala terasa berat	
30	P:	Berapa lama waktu yang anda butuhkan dalam menyelesaikan situasi stress?	Dua sampai tiga hari untuk menyelesaikan situasi stressnya. Ketika subjek tidak menanggapi stressor, maka orang – orang akan diam. Kalau sudah kelewatan subjek akan melawan dan itu bisa berlanjut hingga beberapa hari. Subjek belajar adaptasi dengan aktifitas di Lapas sehingga bisa lebih cekatan	- 2 – 3 hari untuk menyelesaikan situasi stress - Jika sudah kelewatan bisa lebih dari 3 hari	Waktu yang dmatuhkan untuk menyelesaikan situasi stress
35	S:	Ga menentu mba, biasanya kayak dua hari tiga hari gitu mereka udah diem mba ga ngomongin aku lagi. Selama aku diem mereka akan stop ngomongin aku. Tapi kadang aku juga ada keselnya kalau udah kelewatan gitu kan aku nanggepin mereka gitu kan mba.. jadi ya mesti masih berlanjut sampe beberapa hari gitu mba. Terus aku juga kan adaptasi sama aktifitas disini jadi aku belajar biar cak cek gitu mba kalo		- Sudah hamper 5 bulan subjek berusaha untuk adaptasi dengan aktifitas di Lapas	

40	P:	<p>ngerjain sesuatu, nah itu juga berpengaruh ke mereka jadi ga mandang aku sebagai anak males yang ga bisa ngapa – ngapain. Itu sudah berjalan sekitar hampir 5 bulan</p>	<p>dan itu sudah berjalan selama hamper 5 bulan</p>	<p>untuk menghilangkan omongan jelek tentang subjek</p>	
45	S:	<p>Kemarin anda bilang bahwa kemampuan anda dalam menyelesaikan situasi stress tidak banyak, lalu apa yang terjadi jika anda sudah merasa tidak mampu menyelesaikan situasi stress tersebut?</p>	<p>Kalo sudah kelewatan biasanya marah tapi cuman bisa nangis. Kalo nangis sebisa mungkin ga dihadapan orang lain khususnya yang ngomongin subjek</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kalo sudah kelewatan cuman bisa nangis</li> </ul>	<p>Kemampuan menghadapi situasi stress</p>
50		<p>Kalau sudah kayak gitu biasanya emang mereka udah kelewatan mba. Itu aku wes marah tapi ya ga bisa marah juga kan aku takut nanti ditegur ibu - ibunya. Jadi yawes nangis lagi.. aku cengeng emang mba, gampang banget nangis. Tapi kalo nangis mesti sebisa mungkin ga didepan orang – orang khususnya ya orang yang ngomongin aku itu</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kalo nangis sebisa mungkin ga di hadapan orang lain</li> </ul>	

Lampiran 06. Koding dan verbatim Subjek B (NTW)

Tabel Koding dan verbatim Subjek B (NTW)

Nama : NTW  
 Usia : 42 tahun  
 Pekerjaan : Swasta  
 Wawancara ke: Satu  
 Tanggal : 15 November 2022  
 Waktu : 15.00 - 16.00  
 Lokasi : Posko Rehab Lapas Perempuan Kelas IIA Malang

Bari s	P/ S	Uraian Wawancara	Pemadatan Fakta	Kalimat Inti	Interpretasi
1	P:	Apa saja faktor stress yang anda alami?	Stressor datang dari lingkungan lapas yang	- Subjek tidak nyaman berada di erumunan banyak orang	Sumber – sumber stress
5	S:	Ada banyak mba, pertama kan aku itu ga bisa kumpul sama orang banyak mba.. kayak kalo ada banyak orang itu aku pusing gitu loh. Lahkok disini kumpul sama orang banyak, cewe semuanya.. aku itu seumur umur temenku banyak cowonya mba.. itu pun ga banyak.. wes temen main itu - itu ajaa.. terus aku itu jarang keluar rumah kalo ga penting - penting banget.	mana banyak orang dan cewe semua. Subjek merasa pusing dan tidak nyaman berkumpul dengan orang banyak. Sering kepikiran anaknya yang sekarang dirawat kakak dari suaminya. Setiap	- Subjek selalu kepikiran anaknya yang dirawat dengan kakak suaminya	
10		Wes jarang srawung sama orang gitu pokoknya		- Subjek merasa	

15		mba. Jadi ya sumpek gitu mba rasanya. Terus itu kan aku ninggal anak mba dirumah sekarang dirawat sama kakaknya suamiku. Aku itu selalu kepikiran mereka mba, sedih banget rasanya jauh dari mereka. Tiap malem pas waktu tidur aku mesti sering nangis inget mereka. Untungnya ya mereka itu sek mau telpon sama aku mba. Suamiku juga masih mau ngurusin aku selalu transfer ke aku meskipun sebenarnya kita itu udah pisah ranjang mba, tapi belum cerai resmi	malam sering menangis karena sedih jauh dari anaknya. Tetapi anaknya dan suami masih mau berkomunikasi dengan subjek. Suami masih ngurusin subjek selama di Lapas padahal sudah pisah ranjang tetapi belum cerai secara resmi.	sedih karena jauh dari anaknya. - Anak dan suaminya masih mau berkomunikasi dengan subjek - Suami masih membiayai subjek di Lapas	Pandangan terhadap situasi stress
20	P:	di pengadilan, kemarin mau ngurus udah keburu aku masuk sini.			
25	S:	Bagaimana pandangan Anda terkait situasi stress yang Anda alami? Ya gimana ya mba, namanya juga wes dipenjara yaudah pasrah diterima aja kondisinya. Mau berontak juga ga bisa kan. Kayak kudu tinggal sama orang banyak, yawes aku diem aja paling banyak dikamar aja kalau ga ngapa – ngapain.	Pasrah dan menerima situasi stressnya. Tetapi disatu sisi merasa nelongso karena jauh dari anak. Kadang ga bisa telpon kalau ga ada transferan. Uangnya lebih mending dipake buat beli kebutuhan sehari – hari. Tetapi juga sebenarnya kangen anak pengen telpon	- Pasrah dan menerima situasi stressnya - Merasa nelongso karena jauh dari anak, susah untuk komunikasi kalo ga ada transferan	
30		Sebenere ya ngerasa nelongso gitu mba, jauh dari anak, kadang itu ya ga bisa telpon kalo pas ga ada transferan. Kan suamiku gak tentu transfernya mba. Kalo pas ada uang gitu			
35	P:	sebenarnya lebih baik buat beli kebutuhan yang disini kayak sabun, sampo. Tapi ya kan ada			Respon situasi stress
	S:	kangennya mba sama anak kalo gak telpon		- Hanya bisa nangis	

40		<p>Bagaimana Anda merespon situasi stress yang Anda alami?</p> <p>Ya nangis gitu mba, nelongso rasanya. Pengen marah sebenarnya cuman kalo missal aku wes marah gitu ya, malah takut kebiasaan nanti malah kena hudis. Banyak diemnya aku mba. Wes tak pendem sendiri pokoke. Kadang gitu</p>	<p>Hanya bisa nangis. Merasa nelongso dan pengen marah tapi kalo nanti kebiasaan marah takut kena hudis. Lebih banyak diem dan dipendam sendiri. Kadang ngelamun</p>	<p>dan diem aja, memendam</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ingin marah tetapi takut kena hukuman disiplin</li> </ul>	
45	P:	<p>ngelamun, terus tiba – tiba ditegur sama temenku</p>	<p>Kadang ngelamun kemudian di tegus temannya</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diem dan meyendiri.</li> </ul>	<p>Pengendalian diri menghadapi situasi stress</p>
50	S:	<p>Bagaimana pengendalian diri anda dalam menghadapi situasi stress?</p> <p>Ya itu tadi se mba, diem gitu. Menyendiri biasanya di kamar di kasur. Sama banyak – banyak istighfar biar ga apa ya.. ga membeludak gitu loh mba emosinya. Aku jujur takut banget dihudis disini</p>	<p>Diem dan menyendiri dan banyak beristighfar untuk mengendalikan emosi</p>	<p>Beristighfar untuk mengendalikan emosi di situasi stress</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berusaha mencari pekerjaan untuk bisa punya uang untuk telepon</li> </ul>	<p>Cara menyelesaikan situasi stress</p>
55	P:	<p>Bagaimana cara Anda menyelesaikan situasi stress yang Anda alami?</p> <p>Kalo misalnya yang masalah susah telpon karena ga ada transferan aku coba cari kerjaan disini. Bisa angkat air, nyuci, atau piket blok. Itu kan nanti dapat uang mba bisa buat telpon anak. Terus kalo pas kebutuhan habis gitu ya kayak sabun atau sampo aku biasanya minta ke temen</p>	<p>Kalau masalah ga bisa telpon karena ga ada pulsa biasanya nyari kerjaan kayak angkat air, nyuci, atau piket blok. Kalau masalah kebutuhan sehari – hari habis biasanya terpaksa minta teman nanti diganti kalau sudah ada transferan. Kalau masalah</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Meminta ke teman kalau kebutuhan sehar – hari habis</li> </ul>	
60	S:	<p>Untungnya masih ada temen yang baik mau</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diam menyendiri di kamar</li> </ul>	

65	P: S:	bantu aku disini meskipun ya sama – sama susah. Kalau yang masalah lingkungan aku ga bisa apa – apa. Cuman bisa diam aja di kamar baca buku. Berusaha menghiraukan yang lain karena sumpek mba. Bagaimana pengaruh lingkungan dan keluarga anda dalam proses penyelesaian situasi stress?	lingkungan ga bisa apa – apa. Cuman bisa diam menyendiri di kamar , baca buku.	- Lingkungan menjadi sumber pendapatan subjek untuk komunikasi dengan keluarga serta menghibur subjek	Pengaruh lingkungan dan keluarga dalam menyelesaikan situasi stress
70	P:	Ya berpengaruh sih mba, dari mereka aku bisa kerja kan dapet uang buat telepon anak sama suami. Terus beberapa memang suka menghibur aku mba mungkin karena aku sering kelihatan sendirian, diem gitu mungkin ya jadi mereka baik menghibur aku ngajak ngomong aku. Kalo keluarga ya pokoknya mereka sehat baik – baik aja aku wes tenang rasanya.	Lingkungan dan keluarga berpengaruh. Lingkungan membantu subjek mendapatkan penghasilan untuk komunikasi dengan keluarga dan menghibur subjek. Ketika kabar keluarga baik subjek merasa lebih tenang perasaannya	- Kabar keluarga menenangkan perasaan subjek	Kemampuan dalam menyelesaikan masalah
75	S:	Sejauh mana anda mampu menyelesaikan situasi stress yang ada alami?	Belum terlalu mampu, karena kerjaan ga selalu ada dan suami ga selalu transfer. Masalah lingkungan juga ga bisa	- Kerjaan ga selalu ada, suami ga selalu transfer	
80	P:	Belum mampu banget sih mba sebenarnya. Karena kadang kan kayak kerjaan disini ga selalu ada juga. Terus suami juga ga selalu transfer ke aku. Terus kalo masalah lingkungan	Belum terlalu mampu, karena kerjaan ga selalu ada dan suami ga selalu transfer. Masalah lingkungan juga ga bisa	- Belum biasa dengan lingkungan tetapi berusaha menerima	Keberhasilan menghadapi dan menyelesaikan situasi stress
85	S:	juga Cuma bisa diam aja, mau protes juga ga bisa wong namanya juga dipenjara ya keadaannya gini. Cuma ya sek belum bisa biasa aja si kayaknya ya mba jadi aku masih gak nyaman.	apa – apa Cuma bisa nerima tapi belum terbiasa	- Dapet kerjaan bisa telepon anak	



	<p>Bagaimana keberhasilan Anda dalam menghadapi dan menyelesaikan situasi stress yang anda alami?</p> <p>Cukup berhasil mba, kalo misal udah kerja dapet uang akhirnya bisa telpon anak dan suami. Seneng deh.. kalo masalah kebutuhan yang habis gitu sebenarnya ya ngerasa ga enak aku mba Cuma selama ini aku bisa nggantiin barang mereka yang tak pake.. kalo yang masalah lingkungan ini ga berhasil rasanya mba sek tetep ga nyaman aku di lingkungan yang banyak orang gini apalagi cewe semua ak ga biasa mba masihan. Lek pas menyendiri di kamar di kasur gitu ya ngurangi rasa sumpek sebenarnya Cuma masih berasa sumpeknya</p>	<p>Cukup berhasil, kalo sudah ada kerjaan dan dapat uang bisa telpon anak. Masalah kebutuhan sebenarnya ga enak kalo minta ke temen tapi selalu bisa nggantiin. Kalau masalah lingkungan misal menyendiri di kamar bisa ngurangi rasa sumpek tapi masih berasa</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Merasa ga enak minta ke temen tapi masih bisa gantiin</li> <li>- Kalau lagi menyendiri di kamar sumpeknya berkurang tapi masih berasa</li> </ul>	
--	--	--	---	--

Tabel Koding dan verbatim Subjek B (NTW)

Nama : NTW  
 Usia : 42 tahun  
 Pekerjaan : Swasta  
 Wawancara ke: Dua  
 Tanggal : 18 November 2022  
 Waktu : 15.00 – 16.30  
 Lokasi : Posko Rehab Lapas Perempuan Kelas IIA Malang

Baris	P/S	Uraian Wawancara	Pemadatan Fakta	Kalimat Inti	Interpretasi
1	P:	Bagaimana hubungan anda dengan suami? Kemarin anda bilang bahwa anda sudah mau bercerai namun masih peduli dengan anda?	Sudah pisah ranjang hampir 1 tahun namun belum bercerai secara resmi karena masih mau ngurusin anak bareng – bareng	- Sudah pisah ranjang hampir 1 tahun	Kondisi hubungan subjek dengan suami
5	S:	Iya mba jadi emang udah mau cerai udah pisah ranjang hampir 1 tahun. Cuman emang masih belum ngurus perceraian karena kita masih mau ngurusin anak bareng – bareng		- Belum resmi cerai karena masih mau ngurus anak bareng – bareng	
10	P:	Lalu apa yang membuat anda memutuskan pisah ranjang dengan suami anda?	Pisah ranjang karena mertua tidak suka lihat subjek komunikasi dengan teman – teman subjek.	- Pisah Rajang karena subjek sering komunikasi dengan temannya	
	S:	Sebenarnya itu karena mertuaku mba, jadi kan dulu aku tinggal bareng sama mertua terus aku itu sering ketauan telponan sama temenku,			Alasan subjek untuk pisah ranjang dengan suami

15		padahal ya telponan bisa gitu mba bercanda aja.. karena aku biasanya kan ga ngapa – ngapain kalo dirumah suamiku kerjanya di luar kota. Nah temenku rata – rata cowo jadi ya aku sering wa an atau telponan sama mereka. Cuman ngobrol biasa sebenarnya mba kan jarang ketemu udahan. Nah disitu mertuaku tau dan ga suka aku kayak gitu.. akhirnya dibilangin ke suamiku dan aku dimarah marahin sama mertuaku itu. Terus aku cerita ke keluargaku dan kata mereka yaudah dari pada kamu sakit hati mending pisah aja, keluarga ga rela lihat aku diperlakukan gitu.	Subjek tidak ada niat apapun, hanya ingin telponan biasa karena dirumah ga ngapa – ngapain dan suami kerja di luar kota. Keluarga subjek meminta subje untuk pisah aja karena tidak rela anaknya diperlakukan seperti itu	dan mertua tidak suka - Subjek dimarah – marahi sehingga keluarga subjek tidak terima - Subjek belum memutuskan untuk bercerai karena masih mau mengurus anak bersama suami	
20					
25	P:	Cuman ya itu aku milih ga cerai dulu karena memang mau ngurus anak bareng – bareng mba Bagaimana perasaan ada ketika anda memutuskan untuk pisah dengan suami?			Perasaan subjek ketika berpisah dengan suami
30	S:	Sebenarnya ya biasa aja si mba, karena kita juga jarang bareng – bareng, suami kan di luar kota. Tapi kita itu masih saling peduli mba.. anak – anak juga masih sering tidur dirumah neneknya pas dulu itu. Ya eman sebenarnya cuman kan ini salahku mba aku bikin malu keluarga suami ya mungkin jadi yawes ini jalan yang terbaik mungkin	Biasa aja cuman ada rasa eman. Subjek merasa bersalah karena merasa membuat malu keluarga suami dengan kelakuannya. Subjek berpikir bahwa ini jalan yang terbaik	- Subjek merasa bersalah dengan kelakuannya dan membuat malu keluarga suami - Subjek menerima kondisinya dan berpikir bahwa ini jalan terbaik	
35	P:	Bagaimana hubungan anda dengan suami setelah anda masuk di Lapas?		- Semenjak di	Hubungan subjek dengan suami semenjak di Lapas

40		Nah itu mba aku bingung, setelah aku masuk sini itu suamiku tambah perhatian mba sama aku, tambah kelihatan sayang sama aku.. dia selalu nanyain kabarku, selalu nunggu telponku, bahkan kemarin aku pas ga bisa telpon kan pulsa habis nah dia minta tolong temennya yang anak	Suami dan keluarga suaminya semakin perhatian dengan subjek semenjak subjek di Lapas. Subjek semakin merasakan kasih sayang dari suaminya. Subjek jadi semakin merasa bersalah dengan suaminya karena kelakuannya dulu	Lapas, suami dan keluarga suami subjek semakin perhatian	
45		sini juga buat nanyain kabarku.. dia juga selalu transfer ke aku mba. Selalu inget aku lah pokoknya.. makin ngerasain apa ya kasih sayangnya dia gitu mba. Keluarganya juga gitu mba sudah berubah sekarang sama – sama ngasih perhatian juga ke aku. Mereka nyuruh memperbaiki hubungan lagi mba, udah baik banget sekarang.. aku kan jadi makin merasa bersalah		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Subjek semakin merasakan kasih saya dari suaminya dan keluarga suaminya</li> <li>- Subjek merasa bersalah kepada suaminya karena sudah memperlakukan suaminya seperti itu</li> </ul>	
50	P:	memperbaiki hubungan lagi mba, udah baik banget sekarang.. aku kan jadi makin merasa bersalah			
55	S:	<p>Apa rencana anda kedepannya dengan suami anda setelah anda keluar dari Lapas?</p> <p>Aku mau memperbaiki hubunganku sama suami mba, kita balik lagi rujuk lagi.. sudah ada rencana kesitu emang sama suami.. keluarga suami juga setuju.. malah kan mereka nyuruh aku balik lagi sama suamiku.. nata hubungan dari awal lagi</p>	Subjek ingin memperbaiki hubungan dengan suaminya dan memulai hubungan baru. Keluarga suaminya juga sudah setuju	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Subjek akan memperbaiki hubungan dengan suaminya lagi</li> </ul>	Rencana subjek dengan suaminya setelah keluar dari Lapas

Tabel Koding dan verbatim Subjek B (NTW)

Nama : NTW  
 Usia : 42 tahun  
 Pekerjaan : Swasta  
 Wawancara ke: Tiga  
 Tanggal : 5 Desember 2022  
 Waktu : 14.00 – 15.00  
 Lokasi : Ruang Satops Patnal

<b>Bari s</b>	<b>P/S</b>	<b>Uraian Wawancara</b>	<b>Pemadatan Fakta</b>	<b>Kalimat Inti</b>	<b>Interpretasi</b>
1	P:	Bagaimana adaptasi anda ketika sedang menghadapi situasi stress?	Mengikuti kegiatan yang ada di lapas dan berusaha untuk komunikasi dengan orang – orang.	- Beradaptasi dengan cara mengikuti kegiatan di Lapas sehingga bisa menjalin komunikasi dengan WBP lain	Adaptasi dalam menghadapi situasi stress
5	S:	Adaptasiku ya ngikutin aja kegiatan yang ada di sini mba.. ya ponpes, bengker.. terus disitu juga kan akhirnya aku bisa ngobrol sama orang – orang.. jadi ga kaku lagi rasanya.. berusaha buat komunikasi yang enak aja			
	P:	Apa saja yang anda lakukan ketika menghadapi situasi stress?	Mencari slimuran dan menyibukkan diri. Kalau ga bisa ngapa – ngapain cuman ngelamun aja	- Mencari slimuran - Menyibukkan diri - Kalau ga bisa ngapa – ngapain ya	Yang dilakukan ketika menghadapi situasi stress
10	S:	Aku sering nyari slimuran.. ya angkat air, kadang baca buku, atau ya kadang ngelamun.. berusaha buat menyibukkan diri se sebenarnya mba.. tapi			

15	P:	kalo emang ga bisa ngapa – ngapain yaudah diem gitu ngelamun		ngelamun	Reaksi ketika menghadapi stress
20	S:	Bagaimana reaksi yang muncul didalam diri anda ketika anda menghadapi situasi stress dan berusaha untuk mencari jalan keluar? Jadi susah tidur mba.. mungkin yak arena kepikiran itu kan.. sampe susah tidur kayak biasanya jam setengah 9 gitu wes ngantuk tapi kalo pas lagi banyak pikiran jam 9 itu loh ga ngantuk mba cuman ketap – ketip aja.. ya sama takut juga dilihat ibu – ibuannya jadi ak mesti pura – pura tidur.. terus kalo udah tidur baru berapa menit gitu setengah jam itu wes kebangun lagi..	Susah tidur dan sering terbangun ketika tengah malam. Diajak ngomong ga nyauti	- Susah tidur dan ketika terbangun tengah malam susah tidur lagi	
25	P:	kalo pas lagi banyak pikiran jam 9 itu loh ga ngantuk mba cuman ketap – ketip aja.. ya sama takut juga dilihat ibu – ibuannya jadi ak mesti pura – pura tidur.. terus kalo udah tidur baru berapa menit gitu setengah jam itu wes kebangun lagi.. susah tidur lagi.. pokoknya jadi mikir terus gitu mba.. sampe diajak ngomong itu kadang ga nyauti kata temenku aku wes dipanggil bolak balik tapi ga njawab..		- Kalau diajak ngobrol ga mendengar	
30	S:	Berapa lama anda menyelesaikan masalah dan situasi stress yang anda alami? Tergantung mba.. tapi biasanya yaa sekitar satu mingguan. Kan kalo misal aku ga ada uang buat beli kebutuhan atau untuk telpon gitu kan aku kerja ya mba.. nah itu biasanya kekumpul misal satu minggu aku kerja baru ada uangnya.. kalo yang masalah lingkungan gitu ya ga bisa di selesaikan se mba rasanya.. yaudah tak terima tak	Biasanya sekitar satu minggu. Misalnya cari uang untuk kebutuhan atau telpon baru kekumpul satu minggu. Kalau masalah lingkungan ga bisa diselesaikan, diterima dan dijalani	- Satu minggu untuk menyelesaikan masalah	Waktu yang digunakan untuk menyelesaikan masalah dan stress
35	P: S:		Teman – teman yang selalu nyemangatin. Temannya ga banyak tapi selalu	- Masalah yang dirasa tidak bisa diselesaikan diterima dan dijalani	Hal yang membuat subjek bangkit dan bertahan ketika

40	<p>jalani aja</p> <p>Hal apa yang membuat anda bisa bangkit dan bertahan ketika sedang berada pada situasi stress?</p> <p>Ya paling temen – temenku yang disini ini mba.. mereka selalu nyemangatin, bilang ga papa nik ojek pati dipikir gitu mba.. ya ga banyak se temenku disini cuman 2 yang deket dan selalu ngerti masalahku.. mereka selalu nemenin aku.. sering ngajak aku ngobrol, bercanda..dan pastine anak mba.. wes kalo sumpek gitu yang diinget anak tok... iso bikin aku kuat dan semangat lagi mbaa.. wajahnya mereka itu loh bikin aku bisa senyum kalo lihat fotonya..</p>	<p>menemani. Selain itu juga anak yang bisa bikin kuat dn semangat</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Teman – teman yang selalu membeli semangat</li> <li>- Temannya tidak banyak tapi selalu menemani</li> <li>- Anak yang membua kuat dan semangat</li> </ul>	<p>berada di situasi stress</p>
45				

Lampiran 07. Koding dan verbatim Subjek C (FR)

Tabel Koding dan verbatim Subjek C (FR)

Nama : FR  
 Usia : 31 tahun  
 Pekerjaan : PNS  
 Wawancara ke: Satu  
 Tanggal : 16 November 2022  
 Waktu : 10.00 - 11.30  
 Lokasi : Posko Rehab Lapas Perempuan Kelas IIA Malang

Baris	P/S	Uraian Wawancara	Pemadatan Fakta	Kalimat Inti	Interpretasi
1	P:	Apa saja factor stress yang anda alami?	Masih belum bisa adaptasi di Lapas.	- Belum bisa adaptasi dengan kondisi Lapas	Factor – factor stress
5	S:	Aku masih merasa susah adaptasi disini, banyak hal yang bikin aku gak nyaman. Contohnya itu ya orang – orang di blok itu kayak sak karepe dewe gitu.. mereka kalo ngomong itu kasar banget mesoh – mesoh.. aku kan ga biasa ya di lingkungan yang kayak gitu.. terus masalah kecil itu bisa jadi besar disini mba.. terus selain itu aturannya juga ketat banget.. banyak ga bolehnya banyak susahnyanya.. terus disuruhnya macem – macem.. yang nyapu blok, nyabuti rumput, bahkan ngepel lapangan bayangin mba.. lapangan	Merasa bahwa orang – orang di blok dan aturannya aneh dan membuat ga nyaman. Selain itu, subjek mencemaskan sahabatnya yang akan keluar dalam waktu dekat. Cemas karena subjek merasa tidak bisa jauh dari sahabatnya, dan	- Cemas karena sahabatnya akan keluar dalam waktu dekat	
10					



15		basah habis hujan gitu itu kita disuruh ngepel.. aku ngepel pake kain tak lap terus tak peres gitu.. lapangan loh itu mbaa.. maksudku kan yow ajar nek lapangan basah habis hujan.. wes aneh pokoknya mba.. ga masuk akal menurutku.. selain itu juga kan aku disini itu	juga cemas sahabatnya akan salah dalam pergaulan ketika diluar dan subjek takut sahabatnya akan melupakannya		
20		masuk sama paketanku yang juga sahabatku dari zaman SMA. Dia ikut masuk disini karena kasusku juga mba.. nah tapi dia bulan depan ini sudah keluar.. aku sekarang ngerasa khawatir sama dia dan aku juga.. karena kita diluar itu selalu barengan kan mba.. aku takut ga bisa kalo ga ada dia.. aku disini ga kenal siapa – siapa mba cuman kenal dia aja.. terus aku juga khawatir dia waktu keluar nanti..			
25		takut dia berteman sama orang yang ga bener dan akhirnya dia berubah mba.. takut dia hilang arah soalnya ya dia selalu sama – sama aku terus dari dulu			
30	P:	Bagaimana pandangan anda terhadap situasi stress yang anda alami?	Sesuatu yang menyiksa. Merasa sulit adaptasi jadi sumpek, ditambah lagi memikirkan sahabatnya yang mau keluar	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sesuatu yang menyiksa</li> <li>- Susah adaptasi jadi sumpek</li> <li>- Kepikiran sahabatnya yang mau keluar</li> </ul>	Pandangan terhadap situasi stress
35	S:	Sesuatu yang menyiksa menurutku. Aku sulit banget adaptasi disini jadi sumpek rasanya.. ditambah lagi kepikiran sahabatku yang mau keluar.. haduhh jadi semuanya tak piker gitu loh mba..		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Emosi jadi</li> </ul>	Respon terhadap

40		Bagaimana anda merespon situasi stress yang anda alami?	Jadi gampang membeludak kalau banyak pikiran dan ada yang bikin marah itu..	mudah membeludak	situasi stress
45		Aku jadi gampang membeludak kalo lagi banyak pikiran dan ada yang bikin marah itu.. dulu waktu masih diluar gitu aku sek bisa ngempet dan ngalihin ke hal – hal lain mba..	yang bikin emosi. Dulu bisa ngempet dan sekarang ga bisa. Susah tidur dan sering ngelamun	- Cuek dengan aturan yang ada - Susah tidur dan sering melamun	
50	P:	sekarang itu ga tau kenapa jadi gampang marah dan membeludak.. aku sampe ga peduli wes masio dihudis.. terus ya aku mesti mikirin masalahku itu sampe yang ga bisa tidur mba..			
	S:	sama sering gelamun diajak ngomong itu loh aku sering kayak <i>hah opo kamu ngomong karo aku a?</i> gitu mba.. aku juga dimarahin sahabatku kalo ngelamun gitu		- Sudah dalam pengendalian diri khususnya emosi	Pengendalian diri terhadap situasi stress
55		Bagaimana pengendalian diri anda dalam menghadapi situasi stress?	Susah mengendalikan diri. Kalo ada masalah sepele langsung membeludak marahnya	- Ada masalah sepele bisa langsung membeludak marahnya	
60	P:	Susah mba, aku itu gampang membeludak marahnya. Misalnya ada masalah sama orang blok gitu ya aku mesti gampang membeludak marahnya.. padahal ya masalah sepele sebenarnya.. membeludaknya ga sampe yang berantem gitu se.. cuman jadi kayak adu mulut	tapi gak sampe berantem, hanya adu mulut		
65	S:	Bagaimana cara menyelesaikan situasi stress yang anda alami?		- Diam dan istighfar - Sendirian dan tidak mau diganggu	Cara menyelesaikan situasi stress
		Gak tau ya, bisaku ya diem aja.. aku istighfar.. terus mendingan sendirian gitu gak mau	Hanya bisa diam dan beristighfar. Memilih		

70	P:	diganggu orang – orang, takut malah nyemprot mereka mba.. aku diem di kasurku gitu pura – pura baca buku asline biar ga diajak ngomong aja.. diem mba pokoknya.. kadang kalo udah ga kuat banget gitu nangis..	sendirian dan tidak mau diganggu orang lain. Punya pekerja yang membantu	- Punya pekerja untuk membantu menyelesaikan pekerjaannya	
75	S:	aku juga disini ada pekerja mba yang mbantu ngangkat airku, nyuci bajuku, kadang ya miketin aku... karena aku merasa ga sanggup kalo ngerjakan itu semua. Aku ga kebiasa soalnya waktu diluar aku sibuk kerja tok Bagaimana pengaruh lingkungan dan keluarga anda dalam menyelesaikan situasi stress?	menyelesaikan pekerjaannya, karena merasa tidak sanggup kalau dikerjakan sendirian	- lingkungan sumber stress tapi masih ada teman dan sahabat yang baik	Pengaruh lingkungan dan keluarga
80		Sebenarnya kalo lingkungan justru yang jadi sumber stress ku kayak ya. Kan misal aku lagi pengen menyendiri gitu susah dikamar kan isinya ga cuman aku jadi mesti sek banyak orang.. tapi aku berusaha nyuekin aja.. dan ya masih ada beberapa teman dan sahabatku yang mensupport aku mba.. mereka sek mau ngerangkul aku.. terus juga sahabatku selalu nguatn aku selalu bilang ga papa pasti bisa walau tanpa dia, dia bilang bakal sering jenguk aku kesini dan gak bakal lupain aku .. keluarga	Lingkungan sumber stress, sulit untuk ada waktu sendiri. Cuman masih ada teman dan sahabat yang mensupport dan merangkul. Keluarga juga berpengaruh, kalau telpon mama bisa seneng dan cerita banyak hal	- keluarga berpengaruh karena bisa cerita dan diberi semangat	
90	P: S:	se ya lumayan berpengaruh juga biasanya kalo telpon mama itu seneng banget aku bisa denger suarane mamaku terus aku cerita			

95		<p>buanyak sama mama dan mama juga nyemangatin aku, seneng rasanya kalo habis telpon moodku bagus mba</p> <p>Sejauh mana anda mampu menyelesaikan situasi stress yang anda alami?</p> <p>Gimana yaa.. dibilang mampu ya ga mampu sebenarnya. Masalah adaptasi disini itu ya aku masih berusaha untuk membiasakan kegiatan disini.. terus juga udah ada pekerja jadi aku ga terlalu sulit juga... paling cuman iku kegiatan wajib kayak ponpes dan bengker.. cuman kadang kan ada tugas dadakan dari petugas kayak mbersihin lapangan, angkat – angkat barang.. itu kan ga bisa diwakilin sama pekerja ku jadi yawes tak kerjakan mau ga mau. Terus masalah kepulangannya sahabatku ini aku juga ga bisa berbuat apa – apa juga mba.. masih kepikiran terus, sering nangis</p> <p>100</p> <p>105</p> <p>110</p>	<p>Tidak terlalu mampu menyelesaikan situasi stress. Adaptasinya masih susah disini meskipun ada pekerja namun ada beberapa kegiatan atau aktifitas yang harus dikerjakan sendiri. Masalah kepulangan sahabatnya ga bisa berbuat apa – apa. Masih kepikiran dan sering nangis</p> <p>Cukup berhasil karena sudah ada pekerja jadi lebih enteng, dulu ga ada pekerja kesulitan dan merasa stress. Tapi masih ada pekerjaan yang ga bisa diwakilkan</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- tidak terlalu mampu menyelesaikan situasi stress</li> <li>- masih sulit adaptasi</li> <li>- masalah kepulangan sahabatnya tidak bisa berbuat apa – apa</li> <li>- cukup berhasil, bisa lebih enteng semenjaka ada pekerja</li> <li>- masih ada pekerjaan yang tidak bisa diwakilkan orang lain</li> </ul>	<p>Kemampuan menyelesaikan situasi stress</p> <p>Keberhasilan menyelesaikan situasi stress</p>
----	--	--	---	--	--

		Alhamdulillah.. tapi ya balik lagi kataku tadi masih ada kerjaan yang ga bisa diwakilkan pekerjaku.. muales itu aku aslinya mba			
--	--	---	--	--	--

Tabel Koding dan verbatim Subjek C (FR)

Nama : FR  
 Usia : 31 tahun  
 Pekerjaan : PNS  
 Wawancara ke: Dua  
 Tanggal : 21 November 2022  
 Waktu : 14.00 – 14.40  
 Lokasi : Posko Rehab Lapas Perempuan Kelas IIA Malang

Baris	P/S	Uraian Wawancara	Pemadatan Fakta	Kalimat Inti	Interpretasi
1	P:	Kemarin anda bilang teman – temannya disini gak enak dan bikin ga nyaman, bisa dijelaskan ga enak dan bikin ga nyamanya kaya gimana?	Temen – temennya kasar, agresif, ga sabaran, suka nyerobot. Suka mesoh – mesoh. Merasa ga nyaman karena diluar sana ga kebiasa dengan lingkungan yang seperti itu	<ul style="list-style-type: none"> <li>- temannya kasar, agresif, suka nyerobot, ga sabaran</li> <li>- suka mesoh – mesoh, ga kebiasa dengan lingkungan yang seperti itu</li> </ul>	Factor stress dari lingkungan
5	S:	Mereka itu kasar – kasar terus agresif, terus ya mesti ga sabaran, suka nyerobot.. resek pol menurutku.. aku pernah mba mau mandi airku udah di dalem kamar mandi padahal.. terus balik ke kamar bentar alat mandiku ketinggalan.. nah gitu itu wes diserobot mba			
10		Ya Allah padahal kan wes jelas – jelas ada airku didalam kamar mandi.. aku balik ke kamar ga ada 3 menit, juengkel aku.. terus juga suka mesoh – mesoh , mungkin sebenarnya ya biasa aja ya gitu itu disini			

15	P:	cuman aku ga kebiasa gitu loh mba.. diluar lingkunganku ga kayak gitu soalnya			
	S:	Lalu masalah sepele apa yang bisa membuat emosi anda membeludak?			
20		Biasanya di gedor – gedor waktu aku mandi, itu wes biasa sebenarnya disini.. cuman ga tau kenapa ya akhir – akhir ini aku ya marah kalo digituin.. sampe aku wes keluar kamar mandi gitu aku sek ngomel – ngomel.. terus masalah dikamar biasanya kalo ada yang cekcok gitu	Digedor – gedor waktu mandi, biasanya ga papa cuman akhir – akhir ini marah banget. Ada temen kamar yang cekcok ga suka banget dan ngerasa sumpek.	- digedor – gedor waktu mandi dulu ga papa sekarang marah	Hal – hal sepele yang bikin emosi membeludak
25		aku muales dan akhire aku ngomong <i>heh lapo se ojek rame ae talahh, sumpek loh</i> , tapi akhire setelah aku kayak gitu aku berusaha			
	P:	buat meredam emosiku mba menyendiri dulu.. butuh ketenangan biar bisa tenang lagi			
30	S:	Kalau sudah diposisi yang seperti itu, apakah cuman emosi kayak gitu aja yang muncul? Apa ada respon lainnya yang muncul?	Responnya marah dan nangis	- responnya marah dan menangis	Respon ketika menghadapi situasi stress
	P:	Iya mba marah kayak gitu, paling ya sama nangis.. jengkel banget pokoke			
35	S:	Kalau sudah menyendiri, lalu yang dirasakan setelahnya apa? Ya lebih tenang... pikiran gak sumpek lagi meskipun aslinya ya masih ada tekanan	Lebih tenang dan bisa terkendali tetapi masih ada tekanan	- lebih tenang dan bisa mengendalikan diri meskipun masih ada tekanan	Reaksi setelah melakukan coping
40	P:	rasane... kan ga ilang mba masalahnya cuman lebih bisa tenang dan terkendali aja akunya			Reaksi setelah melakukan coping

45	S:	<p>Anda kan mau ditinggal sahabatnya pulang ya, nah kemarin anda cerita kalau masih tidak bisa menyelesaikan masalah itu.. anda hanya bisa berdiam diri dan menangis.. lalu apakah hal itu berpengaruh ke diri anda?</p> <p>Kalo habis nangis itu lega mba yang tak rasakan.. tapi kan ya gimana ya menurutku masalah waktu aja si yang bisa menjawab apa yang bakal terjadi kedepannya.. sekarang aku masih kepikiran aja sama kemungkinan – kemungkinan yang bakal terjadi.. dan itu yang bikin aku ngerasa stress</p>	<p>Kalo habis nangis lega, tapi tidak menyelesaikan masalah. Sekarang masih kepikiran kemungkinan – kemungkinan yang bakal terjadi</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- habis nangis lega, tapi tidak menyelesaikan masalah</li> <li>- masih kepikiran kemungkinan – kemungkinan yang bakal terjadi kedepan</li> </ul>	
----	----	--	--	---	--



Tabel Koding dan verbatim Subjek C (FR)

Nama : FR  
 Usia : 31 tahun  
 Pekerjaan : PNS  
 Wawancara ke: Tiga  
 Tanggal : 5 Desember 2022  
 Waktu : 15.00 – 15.50  
 Lokasi : Posko Rehab Lapas Perempuan Kelas IIA Malang

Baris	P/S	Uraian Wawancara	Pemadatan Fakta	Kalimat Inti	Interpretasi
1	P:	Bagaimana adaptasi anda ketika menghadapi situasi stress?	Berusaha menjalani hari seperti biasa, mengikuti semua kegiatan. Kalau sudah semuanya diam dikamar dan kadang ngobrol sama sahabatnya	- menjalani hari seperti biasa	Adaptasi terhadap situasi stress
5	S:	Ya wes berusaha menjalani hari seperti biasa aja mba.. kan ya harus manut lek disini harus ikut semua kegiatan wajib kayak ponpes, bengker, sholat jamaah.. kalo udah semua itu ya aku diem aja dikamar.. kadang ngobrol sama sahabatku tapi mesti sedih mba inget dia mau pulang	Diam sendirian di kamar karena sensitive dan mudah marah, berusaha menghindari konflik. Kalau ikut ponpes atau bengker datang terus	- mengikuti semua kegiatan yang harus diikuti - diam dikamar, ngobrol sama sahabat	Yang dilakukan selama menghadapi situasi stress
10	P:	Apa saja yang anda lakukan selama menghadapi situasi stress?		- diam sendirian di kamar untuk menghindari konflik	
	S:	Lebih banyak diam si mba , diam sendirian di kamar di kasurku baca buku.. kalo ga gitu aku bisa sensitive banget dikit – dikit marah mba..			

15	P:	pokok aku sebisa mungkin menghindari konflik sama orang – orang.. kalo misal ponpes atau bengker gitu yawes pokok dateng selesai pulang ke blok	selesai langsung pulang blok	- kalo ponpes dan bengker datang, selesai langsung pulang blok	
20	S:	Bagaimana reaksi yang muncul didalam diri anda ketika menghadapi situasi stress dan berusaha untuk mencari jalan keluar? Marah mba.. ga tau kenapa aku jadi lebih sensitive gitu loh disini itu.. gampang marah..	Jadi sensitive dan mudah marah, ga bisa tidur, dan diajak ngomong kadang ga focus kata temen – temennya	- sensitive, mudah marah, diajak ngomong ga focus	Reaksi yang muncul ketika menghadapi situasi stress
25	P: S:	terus biasanya ya jadi kepikiran sampe ga bisa tidur, diajak ngomong itu ga focus mba kata temen – temenku	Sampe sekarang masih di situasi stress, kalo masalah kecil bisa langsung diselesaikan tapi jengkelnya masih berlanjut. Masih kepikiran takut dan cemas mau ditinggal sahabatnya pulang	- masih di situasi stress - kalo ada masalah kecil bisa diselesaikan langsung tapi masih jengkel	Waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan situasi stress
30		Sampe sekarang ya masih merasa di situasi stress mba, cuman kan kalo ada masalah – masalah kecil itu bisa langsung diselesaikan saat itu juga.. tapi sek kepikiran biasanya sek jengkel, itu lama jengkelnya.. sek ga nyaman sekarang itu mba.. apalagi kepikiran sahabatku		- masih takut dan cemas mau ditinggal temennya	
35	P: S:	mau keluar itu sampe sekarang sek takut sama khawatir aku itu.. ga tau sampe kapan	Mama dan sahabat yang menjadi kekuatannya, menjadi alasan untuk	- mama dan sahabatnya	Hal yang membuat bangkit dan bertahan
		Hal apa yang bisa membuat anda bangkit dan			

	<p>bertahan selama menghadapi situasi stress?  Kekuatanku ada di sahabatku sama mamaku mba.. ya mereka itu alasan aku bertahan sampe sekarang dan kuat menjalani ini semua.. aku itu wes ga kuat sebenarnya cuman aku inget masih ada mamaku, sahabatku.. jadi aku harus bertahan biar bisa sama mereka terus</p>	bertahan sampe sekarang	<p>menjadi  kekuatan untuk  bertahan dan  bangkit</p>	menghadapi situasi stress
--	---	-------------------------	---	---------------------------

Lampiran 08. Koding dan verbatim *Significant Other* subjek A (MCL)

Tabel Koding dan Verbatim *Significant Other* Subjek A (MCL)

Nama subjek : AY

Tanggal wawancara : 23 November 2022

Lokasi wawancara : Posko Rehab Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Malang

Baris	P/S	Uraian Wawancara	Pemadatan Fakta	Kalimat Inti	Interpretasi
1	P:	Bagaimana hubungan anda dengan subjek selama ini?	Sering memberi saran dan nasihat kepada MCL	- Memberi saran dan nasihat	Hubungan AY dengan MCL
5	S:	Ya biasa aja se komunikasinya.. baik.. aku sering ngasih saran ambek nasehat ke dia kalo dia ada masalah, kan dia itu sek kecil ya jadi kadang sek ga tau harus gimana... lek ga misal dia itu wes ngerti asline harus gimana, tapi sek ga paham dadi aku nuntun de e ngasih pemahaman.. kadang ya tak tegesi dia kalo bikin salah	ketika ada masalah, menuntun MCL untuk menemukan jalan keluar. Negesi kalo bikin salah	- Menuntun mencari jalan keluar - Mengingatkan kalo bikin salah	
10	P:	Bagaimana hubungan MCL dengan narapidana lain?	MCL grapyak dan rame. Ada beberapa orang	- MCL grapyak dan rame	Komunikasi MCL dengan narapidana lain
	S:	Baik kok, dia itu grapyak anake sama rame	yang tidak nyaman	- Beberapa orang tidak nyaman	

15		juga.. suka nyapa siapaun, ceria juga.. tapi kadang kan ada orang yang ga nyaman atau apa yaa.. kayak ga suka gitu loh sama sikapnya dia yang kayak gitu	dengan sikap MCL yang seperti itu	dengan sikap MCL	
	P:	Bagaimana hubungan MCL dengan			
20	S:	petugas?	Nurut, selalu menyapa, tidak pernah ada masalah	- Nurut, selalu menyapa, tidak pernah ada masalah	Hubungan MCL dengan petugas
	P:	Ya baik juga.. nurut, selalu nyapa.. ga pernah ada masalah kok			
	S:	Bagaimana kondisi MCL sejauh yang anda tau?	MCL mesti kepikiran omongan orang yang bilang dia anak malas. MCL anak tunggal sampai SMP baru punya adik. Diberi penguatan sama informan	- MCL kepikiran omongan orang - MCL dibbilang anak malas - MCL diberi penguatan oleh informan	Kondisi MCL sejauh ini
25		Yaa baik – baik aja se.. cuman itu loh de e itu mesti kepikiran omongane orang – orang tentang de e.. de e sering dibbilang arek males.. kayak e se dulu ndek rumah dimanja ya apalagi dia jadi anak tunggal sampe pas SMP baru punya adek.. mesti tak bilangin dia itu “wes ta sel ga usah dipikirno”			
30	P:	Bagaimana penyesuaian diri dan adaptasi MCL sejauh yang anda tau?	Dulu merasa kesulitan karena beda kondisi diluar dan didalam	- Dulu merasa kesulitan adaptasi - Sekarang sudah mandiri dan banyak belajar	Penyesuaian diri dan adaptasi MCL
35	S:	Dulu se masih kesulitan ya dia itu, kan beda banget ya kondisi disini sama di luar. Dia juga masih kecil sek polos gitu loh mba ga tau apa – apa juga. Tapi lama – lama y awes biasa se, wes bisa mandiri sekarang.	Lapas. Sekarang sudah lebih mandiri dan banyak belajar		
40	P:	Banyak belajar dia ndek sini		- Kalo ada masalah MCL diam di	Cara MCL

45	S:	<p>Bagaimana selama ini MCL menghadapi masalah yang terjadi pada dirinya?</p> <p>Diem dia sukanya, di kasur baca buku atau headset an gitu itu wes berarti ada masalah dia.. lek ga biasanya keluar blok ketemu sama temen – temen e yang lain</p>	<p>MCL diam di kasurnya baca buku atau headset an. Kalo ga gitu keluar blok ketemu sama temen – temennya yang lain</p>	<p>kasurnya baca buku atau headsetan - Keluar blok ketemu sama temennya yang lain</p>	<p>menghadapi masalah yang dialami</p>
----	----	--	--	---	--

Lampiran 09. Koding dan verbatim *Significant Other* subjek B (NTW)

Tabel Koding dan Verbatim *Significant Other* Subjek B (NTW)

Nama subjek : AR

Tanggal wawancara : 24 November 2022

Lokasi wawancara : Posko Rehab Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Malang

Baris	P/S	Uraian Wawancara	Pemadatan Fakta	Kalimat Inti	Interpretasi
1	P:	Bagaimana komunikasi anda dengan subjek selama ini?	NTW saling menolong dengan AR	- NTW dan AR komunikasinya baik, saling menolong	Hubungan AR dengan NTW
5	S:	Baik mba, kita saling nolong selama ini. Kalo dia butuh apa – apa selalu tak bantu.. begitupun juga dia kayak gitu ke aku			
	P:	Bagaimana hubungan NTW dengan narapidana lain?	Hubungan NTW baik tidak pernah ada masalah dan bertengkar. NTW lebih suka diam sendirian di kamar	- Tidak ada masalah dengan narapidana lain	Hubungan subjek dengan narapidana lain
10	S:	Ya biasa aja kok mba baik hubungannya. Ga pernah ada masalah ga pernah berantem juga dia, cuman dia emang lebih suka diem sendirian di kamar mba		- NTW lebih senang diam sendirian di kamar	
	P:	Bagaimana hubungan NTW dengan	Hubungan baik. NTW selalu ikut kegiatan tidak		
	S :	petugas?		- Hubungan NTW	Hubungan NTW

15		Iya sama mba baik, ga pernah aneh – aneh dia itu, kalo ada kegiatan apa gitu ya mesti ikut kok ga pernah mangkir dia	pernah mangkir	dengan petugas baik, tidak pernah ada masalah dan selalu ikut kegiatan	dengan petugas
20	P:	Bagaimana kondisi NTW sejauh yang anda tau?	NTW sedang banyak pikiran. Tidak bisa tapcash, tidak ada transferan , tidak ada pulsa buat telpon anak	- NTW sedan banyak pikiran karena tidka bisa tapcash an, tidak ada transferan, tidak ada pulsa buat telepon	Kondisi NTW sejauh yang AR tau
25	S:	Akhir – akhir ini emang lagi banyak pikiran se dia mba.. kayak ga bisa tapcash an, ga ada transferan juga.. lama ga telepon anaknya ga ada pulsa soalnya	NTW berusaha baik dengan semua orang. Namun lebih senang senirinya	- NTW ramah dengan semuanya - NTW lebih senang menyendiri	Penyesuaian diri dan adaptasi NTW
30	P:	Bagaimana penyesuaian diri dan adaptasi NTW sejauh yang anda tau?	NTW berusaha baik dengan semua orang. Namun lebih senang senirinya	- NTW ramah dengan semuanya - NTW lebih senang menyendiri	Penyesuaian diri dan adaptasi NTW
35	S:	Dia berusaha buat baik sama semua orang mba, dia ramah orangnya suka nyapa.. cuman ya wes gitu aja, dia lebih seneng sendian gitu loh disini itu... lek cerita ke aku se jare ga terlalu cocok main sama cewe	NTW diam menyendiri kalau tidak ya menangis	- NTW ramah dengan orang – orang, tetapi lebih memlih sendiri. - NTW juga sering menangis	NTW ketika menghadapi masalah
	P:	Bagaimana selama ini subjek menghadapi maslaah yang terjadi?			
	S:	Dia selalu diem dipendam sendiri gitu, kalo ga ditanya dia ga bakal cerita itu mba.. kalo ga gitu dia sering nangis			



Lampiran 10. Koding dan Verbatim *Significant Other* Subjek C (FR)

Tabel Koding dan Verbatim *Significant Other* Subjek C (FR)

Nama subjek : DTM

Tanggal wawancara : 24 November 2022

Lokasi wawancara : Posko Rehab Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Malang

Baris	P/S	Uraian Wawancara	Pemadatan Fakta	Kalimat Inti	Interpretasi
1	P:	Bagaimana hubungan anda dengan FR selama ini?	Teman sejak SMA dan masih sering ketemu waktu kuliah. Waktu kerja juga masih bareng – bareng hingga tinggal di Jogja bareng dan akhirnya masuk penjara bareng juga	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sudah berteman sejak SMA</li> <li>- Setelah lulus SMA masih sering ketemu</li> <li>- Tinggal di Jogja bareng waktu udah kerja</li> <li>- Masuk penjara bareng</li> </ul>	Hubungan DTM dengan FR
5	S:	Ya deket banget, kita berdua sahabatan emang sejak SMA, terus kepisah waktu kuliah tapi masi sering ketemu.. dan waktu kerja juga bareng – bareng meskipun kerjaan kita beda. Ya ngapa – ngapain sering bareng, waktu terakhir di Jogja itu juga kita satu apartement sampe akhirnya masuk sini pun bareng			
10	P:	Bagaimana hubungan FR dengan narapidana lain?	Pernah ada masalah dengan teman di bloknya seperti salah paham dan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ada masalah dengan teman satu blok karena salah paham dan</li> </ul>	Hubungan FR dengan narapidana lain
	S:				

15		Ya biasanya ada masalah kalo di blok, kayak salah paham atau apa gitu biasanya rame.. tapi ga sering sih. Sebenarnya ya biasa aja kok baik – baik aja cuman dia ya sering emosi jadi kayak banyak salah paham sama anak – anak	jadi rame. Tapi sebenarnya baik – baik aja, hanya FR sering emosi	jadi rame - Sebenarnya baik – baik aja hubungannya - FR sering emosi	
20	P:			- Hubungan dengan petugas baik	
	S:				
	P:	Bagaimana hubungan FR dengan petugas?	Hubungan dengan petugas baik – baik saja		
25	S:	Baik – baik aja kok, ga ada masalah		- Sedih kakrena mau ditinggal sahabatnya	Hubungan FR dengan petugas
		Bagaimana kondisi FR sejauh yang anda tau?			
		Ya baik – baik aja se, cuman dia bilang nek dia sedih aku mau pulang akhir tahun ini... dia kayak takut tak tinggal.. dia juga apa ya disini itu dia ga kebiasa sama pekerjaan sehari– hari, diluar selalu ada asisten mba.. jadi agak kesulitan lek disini. Sekarang ws ada pekerja dia	Sedih karena mau ditinggal sahabatnya. Disi belum terbiasa mengerjakan pekerjaan rumahan jadi kesulitan. Tetapi sekarang sudah ada pekerja	- Tidak terbiasa melakukan pekerjaan rumah	Kondisi FR sejauh ini
30	P:			- Berusaha berbaur dengan orang – orang	
	S:	Bagaimana penyesuaian diri dan adaptasi FR sejauh yang anda tau?	Berusaha berbaur karena orang – orang di Lapas keras – keras. Masih susah adaptasi dan belum nyaman dengan aktifitas di Lapas		
35		Ya dia berusaha berbaur disini, orang – orang disini kan keras – keras ya mba, kita diluar sana jarang berteman sama orang yang kayak gitu jadi kaget sebenarnya.		- Masih susah adaptasi	Penyesuaian diri dan adaptasi FR
	P:	Masih susah adaptasi se kalo kataku ya, dia sek suka ga nyaman sama akifitas disini..		- Belum nyaman dengan aktifitas di Lapas	
40	S:				

45	<p>sering ngedumel</p> <p>Bagaimana selama ini FR menghadapi masalah yang terjadi pada dirinya?</p> <p>Diem se biasanya mba, diem dikamar sendirian gitu.. tapi ya kadang dia emosi juga kalo ada masalah itu kadang rame , sama nangis juga.. yang sering ya sendirian ndek kamar itu</p>	<p>Diem menyendiri di kamar, tetapi kadang emosi jadi rame</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diem menyendiri di kamarnya</li> <li>- Emosi dan jadi rame seperti bertengkar</li> </ul>	<p>FR ketika menghadapi masalah</p>
----	--	--	---	-------------------------------------

