

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia merupakan negara dengan tingkat kriminalitas cukup tinggi. Hasil survei yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada periode 2019, 2020, dan 2021 angka kejahatan nasional terus menurun sekitar 7.000 sampai 20.000 kejahatan. Jumlah kejadian kejahatan dari sekitar 269.324 kasus pada tahun 2019 menurun menjadi 247.218 kasus pada tahun 2020 dan terus menurun menjadi 239.481 kasus di tahun 2021 (Badan Pusat Statistik, 2022). Pada tahun 2022 angka kriminal nasional kembali naik lebih 100.000 kejahatan dengan jumlah 372.965 kasus (Badan Pusat Statistik, 2023). Sedangkan, jumlah kejadian kejahatan di Provinsi Sulawesi Selatan pada tahun 2022 berada di urutan ke enam dengan jumlah 28.679 kasus yang dilaporkan oleh kepolisian daerah. Badan Pusat Statistik (2023) juga menyebutkan tingkat risiko kejahatan menurut kepolisian daerah pada tahun 2022 Provinsi Sulawesi Selatan berada di urutan ke tiga risiko tertinggi dengan jumlah 314 (per 100.000 penduduk).

Kejahatan menurut kartono (Hadiyanto, 2022) dijelaskan dalam dua perspektif, yaitu kejahatan secara yuridis diartikan sebagai perilaku yang berlawanan dengan moral dan melanggar peraturan perundang-undangan atau peraturan hukum serta perilakunya merugikan orang lain. Perspektif kedua yaitu kejahatan secara sosiologis adalah tindakan secara politik, ekonomi,

sosial melanggar hukum dan merugikan serta mengganggu keselamatan orang lain baik sudah tertulis maupun belum tertulis dalam undang-undang. Kejahatan yang telah dilakukan akan mendapatkan sanksi dari aparat penegak hukum maupun sanksi sosial dari masyarakat. Sanksi hukum yang diterima sesuai dengan aturan yang telah berlaku. Di Indonesia terdapat lembaga yang didirikan untuk pembinaan seseorang yang telah melakukan pelanggaran hukum (kejahatan), yaitu Lembaga Pemasyarakatan (LAPAS) dan Rumah Tahanan Negara (RUTAN).

Lembaga Pemasyarakatan (LAPAS) adalah tempat untuk melaksanakan pembinaan narapidana dan anak didik pemasyarakatan hal ini dijelaskan dalam Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan Pasal 1 angka 3. Sedangkan dalam Surat Keputusan Menteri Kehakiman Republik Indonesia nomor: M.02-PK.04.10 Tahun 1990 tentang Pola Pembinaan Narapidana/Tahanan menyebutkan Lembaga Pemasyarakatan (LAPAS) adalah unit pelaksana teknis pemasyarakatan yang menampung, merawat, dan membina narapidana. Sedangkan, Rumah Tahanan Negara (RUTAN) adalah unit pelaksana teknis tempat tersangka atau terdakwa menjalani penahanannya selama proses penyidikan, penuntutan, atau pemeriksaan disidang pengadilan.

Indonesia memiliki 301 Lembaga Pemasyarakatan (LAPAS) dan 161 Rumah Tahanan Negara (RUTAN) yang tersebar rata diseluruh pulau di Indonesia (sada.kemenkumham.go.id). Tempat meneliti dalam penelitian ini adalah di Provinsi Sulawesi Selatan, tepatnya di Rumah Tahanan Negara

Kelas I Kota Makassar yang terletak di Jl. Rutan No.8, Gn. Sari, Kecamatan Rappocini.

Dalam buku *Criminal Psychology* yang ditulis oleh Bull, Cooke, Hatcher, Woodhams, Bilby, & Grant menyebutkan bahwa lingkungan fisik penjara dapat membuat stres karena kehidupan dipenjara yang membuat seseorang kehilangan kebebasan, kehilangan autonomi, rutinitas harian yang monoton, hilangnya hubungan heteroseksual, dan penuh sesak. Lingkungan fisik juga berupa kapasitas disuatu lembaga yang mengharuskan seseorang berbagi kamar atau sel dengan orang lain sehingga seseorang hanya memiliki sedikit privasi. Beberapa hal yang dijelaskan terkait lingkungan penjara itu sendiri dapat mengakibatkan para narapidana dan tahanan mengalami stres (Mujizatullah, 2019).

Stres merupakan reaksi seseorang saat berada di bawah tekanan, ketika ada perubahan dari lingkungan yang mengharuskan seseorang untuk beradaptasi (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Stres adalah keadaan yang alami dan pasti dirasakan oleh setiap orang. Stres dalam batas waktu tertentu dapat memotivasi diri yang menjadi dampak positif, tetapi apabila stres berlangsung lama dan berlebihan dapat berdampak negatif secara fisik, mental, serta hubungan dengan orang lain.

World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa stres adalah penyakit yang berada di peringkat ke-4 di dunia. Prevalensi stres mencapai 350 juta penduduk di dunia (Ambarwati et al, 2019). Prevalensi stres semakin meningkat saat dan setelah pandemi COVID-19 di dunia. Studi prevalensi

stres yang dilakukan oleh Nochaiwong *et al* (2021) yang menyertakan 32 negara dan 398.771 peserta ditemukan bahwa masalah kesehatan mental saat pandemi COVID-19 bervariasi dan prevalensinya lebih tinggi dari sebelumnya. Perkiraan prevalensi di dunia didapatkan 36,5% stres, 50% tekanan psikologis dan 28% depresi.

Di Indonesia gangguan mental emosional atau stres pada usia lebih dari 15 tahun mencapai 9,8%. Sulawesi tengah merupakan provinsi dengan prevalensi gangguan mental emosional atau stres tertinggi yaitu 19,8% dan provinsi dengan prevalensi terendah adalah Jambi dengan persentase 3,6%. Sedangkan prevalensi penduduk di Sulawesi Selatan yang mengalami gangguan mental emosional atau stres sebesar 12,8% (KEMENKES RI, 2018). Angka prevalensi di Sulawesi selatan melewati angka prevalensi nasional (9,8%).

Sumber stres atau disebut juga “stresor” berperan sebagai pemicu stres. stresor memberikan rangsangan pada seseorang sehingga individu mengalami stres. Pemicu stres ada 3 yaitu : (1) *daily hassles*, permasalahan kehidupan sehari hari, (2) *life event*, peristiwa-peristiwa kehidupan, dan (3) *chronic strain*, ketegangan kronis (Nurlala *et al*, 2023). Sedangkan Benjamin B. Lahey didalam bukunya yang berjudul *Psychology An Introduction* menjelaskan bahwa segala hal yang sifatnya memberi tekanan merupakan sumber stres, namun ada 5 faktor terbesar yang menjadi sumber stres yaitu : *life events*, *Frustration*, *Conflict*, *Pressure*, dan *Environmental conditions* (Mu’jizatullah, 2019). Salah satu pemicu yang dapat menyebabkan stres pada

narapidana adalah karena terbatasnya perilaku narapidana yang disebabkan oleh kepadatan dan isolasi dari masyarakat, serta terbatasnya ruang bagi narapidana untuk waktu personal, hal ini cenderung mengakibatkan narapidana merasa sesak dengan kondisi tersebut (Welta & Agung, 2017).

Stres pada warga binaan pemasyarakatan (WBP) muncul karena beberapa faktor, dari penelitian yang dilakukan oleh Cahyani *et al* (2020) diketahui bahwa lama masa hukuman dapat menjadi salah satu pemicu stres karena WBP merasa terisolasi dan tekanan yang dirasakan juga semakin tinggi. Hasil wawancara dengan warga binaan pemasyarakatan di RUTAN kelas I Makassar, WBP S mengatakan menjelang bebas menjadi lebih sulit tidur dan menjadi sering kepikiran tentang pekerjaan. Hal ini dikuatkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Feoh (2020) banyak narapidana yang takut tidak akan mendapatkan pekerjaan setelah keluar dari tahanan.

Dari penelitian yang dilakukan oleh J. S. Malik, Paritev Singh, Meenu Beniwal, dan Tarun Kumar (2019) ditemukan bahwa prevalensi stres pada warga binaan pemasyarakatan didalam tahanan mencapai 8% dan angka ini termasuk besar. Permasalahan stres dapat memicu upaya bunuh diri dalam rumah tahanan. Menurut Hisyam Ikhtiar Mulia (2020) didalam bukunya yang berjudul Penjara Rentan Kematian: Carut-Marut Klasifikasi dan Manajemen pemasyarakatan diketahui bahwa angka kematian bunuh diri didalam tahanan adalah penyebab kematian tertinggi pada tahun 2019 yaitu 34 orang. Upaya bunuh diri yang dilakukan oleh salah satu warga binaan pemasyarakatan

dalam tahanan dapat memicu tahanan lain untuk melakukan hal serupa (Kaloeti, 2019).

Dampak stres pada WBP menurut Herman (2020) dapat mengakibatkan adanya perubahan pada fisik, psikologis, serta sikap. Perubahan sikap yang terjadi pada WBP seperti mudah marah, keras kepala, bahkan adanya perasaan tidak puas dengan apa yang telah dilakukan dan dicapai. Hal ini sejalan dengan yang dijelaskan Sarah (2019) dampak stres pada WBP membuat mereka menjadi malas, sering marah-marah dengan warga binaan lainnya, menjadi lebih emosional, mudah marah, dan sering merasa bosan. Rasa stres yang dialami oleh WBP ini dapat mengakibatkan masalah kesehatan psikologis, sehingga dapat menghambat proses pembinaan bagi warga binaan masyarakat (Arfa'I et al., 2022).

Strategi koping pada warga binaan masyarakat sangat bervariasi. Koping menurut Stuart (Yuliani, 2021) adalah upaya yang digunakan individu untuk menghadapi perubahan yang diterima dan untuk mengelola stres. Strategi koping dibagi menjadi dua, yaitu : koping yang berfokus pada masalah dan koping yang fokus pada emosional. Koping yang berfokus pada masalah akan mengatasi masalahnya dengan bertindak langsung yang bertujuan untuk menghilangkan keadaan yang menimbulkan stres. Sedangkan koping yang berfokus pada emosi akan menghadapi stres dengan berupaya untuk mengurangi dan mengatur emosinya.

Strategi koping yang sering digunakan oleh WBP adalah amarah. WBP memiliki tahapan koping yang melibatkan respon antara fokus pada emosi

dan masalah. Respon negatif cenderung mendorong WBP sehingga melakukan kerusuhan dan kekerasan saat menjalani masa tahanan (Rocheleau, 2014). Dari hasil wawancara yang dilakukan di Rutan Kelas I Makassar, WBP S mengatakan perasaannya saat pertama masuk tahanan, WBP menjadi mudah marah dan sempat membuat kerusuhan sehingga harus menambah masa hukumannya. Berbeda dengan WBP A yang mengatakan selama 8 bulan pertama menjadi lebih banyak menyendiri dan diam. Hal ini karena merasa takut dengan kehidupan di tahanan. Sedangkan WBP D mengatakan dari awal masuk tahanan dirinya sudah menerima keadaan yang terjadi dan berkomitmen untuk menjalani masa hukumannya dengan baik dan menjadi orang yang lebih baik.

Berdasarkan uraian diatas dan fenomena yang ada kita dapat memahami tingkat stres seseorang dapat dipengaruhi oleh berbagai hal, seperti lama masa hukuman dan tekanan penyesuaian diri pada lingkungan dan kita juga memahami bahwa strategi koping setiap orang berbeda.

B. Rumusan Masalah

Fenomena yang dijelaskan di latar belakang diketahui bahwa prevalensi stres di dunia ataupun di Indonesia setiap tahunnya terus meningkat. Prevalensi stres meningkat pesat saat wabah covid-19 hingga tahap *new normal*. Hal ini tentu juga dirasakan oleh warga binaan pemasyarakatan. Walaupun kehidupan WBP terisolasi dari dunia luar, namun kesempatan untuk dibesuk oleh keluarga menjadi semakin terbatas. Warga binaan

pemasyarakatan menjalani masa hukumnnya sesuai dengan hasil keputusan sidang. Aktivitas dan kegiatan warga binaan pemasyarakatan diarahkan oleh pihak RUTAN, yang bertujuan untuk memberikan pembinaan dan bekal hidup sehingga dapat menjadi pribadi yang lebih baik. Kehidupan warga binaan permasyarakatan yang terbatas menarik peneliti untuk melakukan penelitian terkait dengan “Gambaran Tingkat Stres Dan Strategi Koping Pada Warga Binaan pemasyarakatan Di Rumah Tahanan (RUTAN) Kelas I Makassar” ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah :

1. Tujuan Umum

Teridentifikasi Gambaran Tingkat stres dan Strategi Koping Pada Warga Binaan pemasyarakatan Di RUTAN Kelas I Makassar, Sulawesi Selatan.

2. Tujuan Khusus

- a. Teridentifikasi karakteristik warga binaan pemasyarakatan berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir, dan lama masa tahanan di RUTAN Kelas I Kota Makassar
- b. Teridentifikasi gambaran tingkat stres warga binaan pemasyarakatan di RUTAN Kelas I Kota Makassar.
- c. Teridentifikasi gambaran strategi koping warga binaan pemasyarakatan di RUTAN Kelas I Kota Makassar.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih kepada :

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan menambah pengalaman dalam menerapkan ilmu yang didapat selama kuliah kedalam praktik nyata.

2. Bagi Pihak Rumah Tahanan Negara

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi para staf PNS RUTAN Kelas I Makassar agar dapat memperhatikan kebutuhan psikologis warga binaan pemasyarakatan. Sehingga mereka memiliki psikologis yang sejahtera selama dan setelah menjalani masa tahanannya.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan intervensi dan evaluasi bagi pelayanan kesehatan sehingga dapat meningkatkan pelayanan kesehatan jiwa warga binaan pemasyarakatan khususnya warga binaan pemasyarakatan Rutan Kelas I Kota Makassar.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tingkat Stres

1. Definisi Stres

Stres merupakan suatu kondisi dimana individu diberikan tuntutan untuk dapat penyesuaian terkait perubahan pada suatu kondisi atau lingkungan (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Menurut The American Institute of stres (2020) pada umumnya stres dikenal dengan ketegangan atau ketegangan fisik, mental, atau emosional. Stres merupakan suatu kondisi atau perasaan yang dialami seseorang ketika ia merasa tuntutan yang di alami melebihi kapasitas kemampuannya.

Lazarus and Folkman (Aryani, 2016) berpendapat bahwa stres dapat diartikan sebagai reaksi atau respon fisik maupun psikologi seseorang yang muncul karena tuntutan hidup yang membebani kehidupan dan mempengaruhi kesejahteraan hidup seseorang tersebut. Stres merupakan hal yang dapat mempengaruhi semua orang baik anak-anak, dewasa, maupun lanjut usia. Stres adalah sebuah reaksi atau respon terhadap stresor psikososial seperti tekanan mental atau beban hidup (Yuziani & Maulina, 2018).

2. Sumber Stres

Sumber stres atau disebut juga “stresor” berperan sebagai pemicu stres. stresor memberikan rangsangan pada seseorang sehingga individu mengalami stres. Pemicu stres menurut Nurlela, dkk (2023) ada 3 yaitu :

- a. *daily hassles*, permasalahan kehidupan sehari-hari
- b. *life event*, peristiwa-peristiwa kehidupan,
- c. *chronic strain*, ketegangan kronis.

Sedangkan Benjamin B. Lahey (Mu’jizatullah, 2019) menjelaskan bahwa segala hal yang sifatnya memberi tekanan merupakan sumber stres, namun sumber-sumber stres berikut ini yang menjadi stresor terbesar :

1. *life events* adalah peristiwa yang terjadi baik bersifat negatif maupun positif. Seperti kriminalitas, pemerkosaan, kekerasan, kehilangan anggota keluarga, bencana alam, terorisme, dan pertengkaran.
2. *Frustration* atau frustrasi yang terjadi ketika suatu tujuan seseorang tidak terpenuhi atau terpuaskan.
3. *Conflict* adalah keadaan seseorang tidak dapat memenuhi tujuannya karena ada gangguan dari orang lain.
4. *Pressure* atau tekanan merupakan stres yang muncul karena disebabkan oleh ancaman kejadian negatif
5. *Environmental conditions* atau kondisi lingkungan seperti suhu ruangan, polusi udara, kebisingan dan kelembaban dapat menyebabkan seseorang menjadi stres.

Stres pada narapidana dapat terjadi akibat adanya rangsangan dari kondisi lingkungan yang menekan dan melebihi kapasitas cara narapidana dalam memandang sesuatu yang menjadi penyebab stres narapidana (stresor). Salah satu penyebab kondisi stres yang terjadi pada narapidana adalah karena terbatasnya perilaku narapidana yang disebabkan oleh kepadatan dan isolasi dari masyarakat, serta terbatasnya ruang bagi narapidana untuk waktu personal, sehingga hal ini cenderung mengakibatkan narapidana merasa sesak dengan kondisi tersebut (Welta & Agung, 2017). Masalah lain yang dapat memicu terjadinya stres pada narapidana yaitu ketakutan mengenai masa depan, perasaan rindu terhadap keluarga, terisolasi dari lingkungan luar, serta tidak memiliki teman untuk mencurahkan isi hati (Udayana, 2020).

3. Faktor yang mempengaruhi terjadinya Stres

Menurut Bart Smet (Triansyah, 2019) reaksi setiap individu terhadap stres bervariasi dan dari waktu ke waktu pada orang yang sama, karena pengaruh variabel-variabel sebagai berikut :

- a. Kondisi individu, seperti : umur, tahap perkembangan, jenis kelamin, temperamen, inteligensi, tingkat pendidikan, kondisi fisik, dan sebagainya.
- b. Karakteristik Kepribadian, seperti : introvert-ekstrovert, stabilitas emosi secara umum, ketabahan, *focus of control*, dan sebagainya.

- c. Variabel sosial-kognitif, seperti : dukungan sosial yang dirasakan, jaringan sosial, dan sebagainya.
- d. Hubungan dengan lingkungan sosial, dukungan sosial yang diterima, integrasi dalam jaringan sosial, dan seterusnya.
- e. Strategi *coping* merupakan rangkaian respon yang melibatkan unsur-unsur pemikiran untuk mengatasi permasalahan sehari-hari dan sumber stres yang menyangkut tuntutan dan ancaman yang berasal dari lingkungan sekitar.

Stres bisa dianggap sebagai suatu ancaman yang dapat menyebabkan kecemasan dan depresi, selain itu juga ada faktor-faktor yang bisa mempengaruhi stres (Nurwela & Rindu., 2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stres pada narapidana ialah kurangnya waktu besukan, menyesal dengan kesalahan yang telah dilakukan, kehilangan pasangannya, keterpisahan dengan keluarga, label lingkungan, kehilangan hubungan seksual bagi narapidana yang sudah menikah, kehilangan pekerjaannya, bahkan kehilangan kemerdekaannya untuk melakukan aktifitas yang bebas, dan sulitnya awal beradaptasi dengan lingkungan yang baru sesama teman narapidana (Nuria, Handayani, & Rahmawati, 2016).

4. Tingkat stres

Menurut Suganda (Kirana, 2022), stres dapat dibagi menjadi tiga tingkatan yaitu:

a. Stres Ringan

Pada tingkatan ini, umumnya dirasakan oleh banyak orang dan sering dialami pada kehidupan sehari-hari. Stres ringan yang dimaksud dalam tingkatan ini merupakan stres yang tidak mengganggu aspek fisiologis seperti: lupa, ketiduran dan dikritik. Apabila tidak terjadi dalam jangka waktu yang lama, stres ringan ini tidak akan memicu timbulnya penyakit.

b. Stres Sedang

Pada tingkatan ini, stres akan berlangsung lebih lama dibandingkan stres ringan. Stres sedang akan memberikan respon kepada tubuh. Gangguan pada lambung dan usus seperti diare dan konstipasi, gangguan tidur, perubahan siklus menstruasi serta menurunnya daya konsentrasi merupakan contoh respon dari stres sedang.

c. Stres Berat

Stres berat merupakan stres terjadi pada jangka waktu yang lama antara beberapa minggu hingga bulan. Respon yang diberikan contohnya adalah gangguan pencernaan berat, tremor, sesak napas, nyeri dada, adanya perasaan cemas dan takut yang meningkat, perasaan panik dan mudah bingung (Kirana, 2022).

B. Strategi Koping

1. Definisi

Koping berasal dari kata *cope* yang berarti menghadapi, melawan, dan mengatasi (Wardani, 2022). Strategi koping didefinisikan Chouhan dan Vyas (Andriati et al, 2022) sebagai proses yang dilalui individu saat berusaha untuk mengelola tuntutan yang mendatangkan tekanan. Sedangkan menurut Stuart (Yuliani, 2021) koping atau mekanisme koping adalah suatu upaya yang digunakan individu untuk menghadapi perubahan yang diterima dan untuk mengelola stres.

2. Jenis Jenis dan Bentuk Strategi Koping

Strategi koping menurut Carver dkk (1989) menyusun COPE skala yang merupakan pengembangan dari konseptualisasi yang dibuat oleh Lazarus dan Folkman. Pada tahun 1997, Carver memperbarui lagi alat ukur yang diberi nama *Brief COPE* juga secara umum membagi strategi coping menjadi dua macam yakni :

a. Strategi koping berfokus pada masalah (*Problem Focused Coping*)

Strategi koping berfokus pada masalah adalah tindakan yang diarahkan kepada pemecah masalah. Orang cenderung melakukan perilaku ini ketika mereka merasa bahwa masalah yang mereka hadapi masih dapat dikelola dan diselesaikan. Perilaku koping yang berfokus pada masalah biasanya diterapkan ketika individu merasa bahwa sesuatu

yang konstruktif dapat dilakukan tentang situasi atau percaya bahwa sumber daya yang mereka miliki dapat mengubah situasi, yang mencakup strategi koping yang berfokus pada masalah.

1. Perilaku aktif (*active coping*) Active coping merupakan proses pengambilan langkah secara aktif guna untuk mencoba menghilangkan stressor atau untuk meringankan dampaknya. Active coping mencakup mengambil keputusan untuk bertindak secara langsung dan melakukan usaha penyelesaian masalah secara bertahap.
2. Planning (*planning*) suatu cara mempertimbangkan mekanisme penanggulangan stres, termasuk rencana tindakan, langkah selanjutnya, dan teknik pemecahan masalah yang optimal.
3. Mencari dukungan instrument (*using instrumental support*) Dukungan instrumental adalah Mencari panduan, rekomendasi, bantuan, atau dukungan informasi yang dapat mengatasi masalah.

b. Strategi koping berfokus pada emosi (*Emotional Focused Coping*)

Menggunakan strategi untuk mengubah fungsi emosional tanpa berusaha mengubah pemicu stres secara langsung. Ketika orang percaya bahwa mereka tidak berdaya untuk

mengubah situasi sulit dan hanya bisa menerimanya karena sumber daya mereka tidak cukup untuk melewatinya, mereka lebih cenderung melakukan perilaku koping yang emosional.

1. *Using emotional support* (Menggunakan dukungan emosional)

Mencari pengertian, kasih sayang, atau dukungan moral dalam upaya mengurangi atau bahkan menghilangkan tekanan emosional yang disebabkan oleh masalah tersebut. Kecenderungan mencari dukungan sosial emosi memiliki fungsi ganda, yaitu setelah individu merasa yakin berkat dukungan yang diperoleh kemudian timbul tingkah laku koping yang terpusat pada masalah. Defenisi ini hampir serupa dengan dukungan sosial pada problem-focused koping namun bedanya kecenderungan mencari dukungan sosial emosional ini adalah hanya mencari dukungan emosional untuk menenangkan dirinya atau mengeluarkan perasaan saja, sehingga strategi ini dinilai terkadang tidak selalu adaptif.

2. *Positive reframing* (Mengkaji ulang kejadian masa lalu ke arah positif) Carver, menggunakan istilah ini didasarkan pada teori Lazarus dan Folkman (1984) tentang konsep penilaian yang positif. Penilaian kembali secara positif adalah strategi koping yang berfokus

untuk mengelola perasaan tertekan dan bukan berurusan dengan stressor itu sendiri.

3. *Acceptance* (Penerimaan) individu menerima kenyataan akan situasi sulit itu nyata dan pasti terjadi. Penerimaan dapat memiliki dua makna, yaitu sebagai sikap menerima tekanan sebagai suatu kenyataan dan sikap menerima karena belum adanya strategi menghadapi masalah secara aktif yang dapat dilakukan.
4. *Humor* (Humor) individu mencoba melontarkan lelucon tentang masalah yang sedang terjadi.
5. *Religion* (Agama) individu mencari pegangan pada agama saat ia mengalami stres, misalnya dengan lebih sering berdoa dan memperbanyak ibadah. Hal ini dapat terjadi karena agama dapat berfungsi sebagai sumber dukungan emosional dan sarana untuk menafsirkan kembali masalah yang dihadapi secara positif maupun lebih dewasa.
6. *Denial* (Penolakan) menolak untuk percaya bahwa suatu stressor itu ada, atau mencoba bertindak seolah-olah stressor tersebut tidak nyata. Kadang-kadang penolakan menjadi pemicu masalah baru jika tekanan yang muncul diabaikan karena dengan menyangkal suatu kenyataan dari masalah yang dihadapi seringkali mempersulit

upaya menghadapi masalah yang seharusnya lebih mudah untuk pemecahan masalah.

7. *Venting* (Pelampiasan emosi) kecenderungan untuk mengungkapkan perasaan yang dirasakan.
8. *Substance Use* (Penggunaan alcohol dan obat-obatan) individu mengonsumsi obat-obatan atau minuman untuk membantu diri sendiri mengatasi stress.
9. *Self-Distracton* (Pengendalian diri) merupakan variasi dari tindakan pelarian, terjadi ketika kondisi pada saat itu menghambat munculnya tindakan pelarian. Strategi yang menggambarkan pelarian secara mental ini adalah melakukan tindakan alternatif untuk melupakan masalah seperti melamun, melarikan diri dengan tidur dan menyibukkan diri dengan menonton televisi.
10. *Self Blame* (menyalahkan diri sendiri) lebih berkonsentrasi pada aktivitas yang membantu seseorang melupakan pemicu stres.
11. *Behavioral Disengagement* (Pelepasan perilaku) mengurangi upaya manajemen stres dan menyerah dalam upaya menghilangkan stres yang mengganggu. Gejala perilaku yang dikenal sebagai "ketidakberdayaan" digunakan untuk mengkarakterisasi pelepasan perilaku.

C. Rumah Tahanan Negara (RUTAN)

1. Pengertian Rumah Tahanan Negara (RUTAN)

Di dalam Peraturan Pemerintah No 58 Tahun 2010 Tentang Perubahan Atas Peraturan Pemerintah No 27 Tahun 1983 Tentang Pelaksanaan Kitab UU Hukum Acara Pidana pasal 1 Angka 2 dikatakan “Rumah tahanan Negara yang selanjutnya disebut RUTAN adalah tempat tersangka atau terdakwa ditahan selama proses penyidikan, penuntutan, dan pemeriksaan di sidang pengadilan”. Selain itu dalam Undang-Undang Nomor 8 pasal 1 angka 21 Tahun 1981 tentang KUHAP juga disebutkan bahwa : “Rutan merupakan institusi yang melaksanakan penahanan para tersangka atau terdakwa tindak pidana secara fisik dan secara yuridis tetap berada pada instansi yang menahannya, lebih lanjut dijelaskan bahwa Rutan merupakan tempat pelaksanaan penahanan tetap berlandaskan pada asas praduga tak bersalah. Rutan merupakan rangkaian proses pidana yang diawali dengan proses penyidikan, penuntutan, serta pemeriksaan di pengadilan”

Pada prinsipnya Rutan tidak hanya digunakan ketika proses penyidikan, penuntutan, dan pemeriksaan di pengadilan, tetapi Rutan kini menjadi tempat penahanan setelah Warga Binaan pemasyarakatan telah divonis. Hal ini dikarenakan kapasitas LAPAS yang seharusnya menjadi tempat penahanan telah *overload*, sehingga Rutan kini juga menjadi tempat penahanan.

2. Tugas & Fungsi Rumah Tahanan Negara (RUTAN)

Dalam Surat Keputusan Menteri Kehakiman Republik Indonesia Nomor: M.04-PR.07.03 Tahun 1985 Pada Pasal 2 dijelaskan bahwa tugas Rumah Tahanan Negara melaksanakan perawatan terhadap tersangka atau terdakwa sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku. Pada Pasal 3 dijelaskan bahwa fungsi RUTAN adalah :

- a. Melakukan pelayanan tahanan
- b. Melakukan pemeliharaan keamanan dan tata tertib RUTAN
- c. Melakukan pengelolaan RUTAN
- d. Melakukan urusan tata usaha

3. Warga Binaan pemasyarakatan (WBP)

Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 1995 Tentang pemasyarakatan pada bab I pasal 1 ayat 5 dijelaskan bahwa Warga Binaan pemasyarakatan adalah Narapidana, Anak Didik pemasyarakatan, dan Klien pemasyarakatan. Narapidana adalah terpidana yang menjalani pidana hilang kemerdekaan di Lapas. Terpidana dijelaskan pada ayat 6 yaitu seseorang yang dipidana berdasarkan putusan pengadilan yang memperoleh kekuatan hukum tetap.

Selain Narapidana, Anak Didik pemasyarakatan juga termasuk dalam Warga Binaan pemasyarakatan. Anak Didik pemasyarakatan terbagi menjadi tiga, yaitu :

- a. Anak Pidana adalah anak yang berdasarkan putusan pengadilan menjalani pidana di LAPAS Anak paling lama sampai berumur 18 tahun.

- b. Anak Negara adalah anak yang berdasarkan putusan pengadilan diserahkan pada negara untuk dididik dan ditempatkan di LAPAS Anak paling lama sampai berumur 18 tahun.
- c. Anak Sipil adalah anak yang atas permintaan orang tua atau walinya memperoleh penetapan pengadilan untuk dididik di LAPAS Anak paling lama sampai berumur 18 tahun.