



STRATEGI COPING NARAPIDANA MENGHADAPI DISFUNGSI RELASI KELUARGA SELAMA MENJALANI PIDANA DI LAPAS KELAS IIB KUALASIMPANG

Teuku Muhammad Irvan Abdillah, Padmono Wibowo, Claudio Fadia Akbar

Manajemen Pemasyarakatan, Fakultas Ilmu Pemasyarakatan,
Politeknik Pengayoman Indonesia

Abstrak

Disfungsi hubungan keluarga menjadi tantangan krusial bagi narapidana dalam menjaga stabilitas emosional dan mendukung proses reintegrasi sosial. Studi ini mengkaji mekanisme coping yang digunakan narapidana di Lapas Kelas IIB Kualasimpang dalam menghadapi keterputusan relasi keluarga selama masa penahanan. Menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif berbasis Model Transaksional Stres dan Coping Lazarus & Folkman, penelitian ini mengeksplorasi strategi coping berbasis masalah dan emosi. Data diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi langsung, dan dokumentasi, dengan narapidana sebagai partisipan utama dan petugas pemasyarakatan sebagai informan kunci. Hasil menunjukkan bahwa narapidana mengembangkan strategi adaptif seperti peningkatan aktivitas keagamaan, pembentukan ikatan sosial dengan sesama tahanan, serta keterlibatan dalam program rehabilitasi. Meski demikian, hambatan komunikasi keluarga tetap dominan, dipengaruhi oleh jarak geografis, keterbatasan ekonomi, dan stigma sosial. Dampaknya mencakup stres psikologis, isolasi emosional, hingga ideasi bunuh diri. Studi ini menyoroti urgensi penguatan program rehabilitasi berorientasi keluarga dan peran aktif petugas pemasyarakatan sebagai fasilitator hubungan sosial. Intervensi semacam ini dinilai esensial untuk menurunkan risiko psikososial dan meningkatkan peluang reintegrasi komunitas yang efektif pasca-pembebasan.

Kata Kunci: Disfungsi Keluarga, Intervensi Psikososial, Reintegrasi Sosial, Rehabilitasi Pemasyarakatan, Strategi Coping.

PENDAHULUAN

Kehidupan di balik jeruji besi bukan hanya sekadar perampasan kemerdekaan fisik bagi seorang narapidana, melainkan juga menjadi sebuah titik awal perubahan dramatis di dalam struktur dan dinamika kehidupan keluarga (Saputra & Priyatmono, 2024). Narapidana yang menjalani masa pidana menghadapi tantangan ganda berupa adaptasi terhadap lingkungan penjara yang keras dan upaya mempertahankan relasi keluarga yang seringkali mulai mengalami disfungsi. Keterbatasan akses komunikasi (Wahidah & Nurdin, 2022), stigma sosial, beban ekonomi, serta jarak fisik yang memisahkan narapidana dari keluarga menciptakan tekanan psikologis yang signifikan. Narapidana sebagai makhluk sosial juga membutuhkan interaksi, perkembangan, dan penyesuaian diri dengan lingkungan sekitarnya.

Dalam hal ini, komunikasi sangat berperan sebagai jembatan yang menghubungkan narapidana dengan keluarga, masyarakat, dan petugas pemasyarakatan, sehingga dapat menciptakan lingkungan yang mendukung proses reintegrasi sosial (Apriliansyah & Butar, 2025). Komunikasi menjadi sarana utama dalam membangun hubungan antarmanusia, yang tidak dapat dihindari dalam kehidupan sehari-hari. Melalui komunikasilah, manusia mampu membangun relasi yang diperlukan sebagai bagian dari kehidupan sosial (Mailani, Nuraeni, Syakila, & Lazuardi, 2022).

Apabila konflik dalam keluarga tidak ditangani secara tepat, hal tersebut dapat menyebabkan terjadinya disfungsi keluarga, yaitu kondisi di mana anggota keluarga tidak mampu menjalankan peran dan tanggung jawabnya secara optimal (Setyaki & Subroto, 2022). Keadaan ini semakin kompleks dengan adanya stigma dari masyarakat, beban

finansial untuk melakukan kunjungan ke Lapas, serta tekanan psikologis yang turut dirasakan oleh seluruh anggota keluarga (Anzani & Susilo, 2020). Disfungsi keluarga ini berimplikasi pada rusaknya hubungan antaranggota keluarga atau yang dikenal sebagai disfungsi relasi. Jarak fisik antara narapidana dan keluarganya menjadi kendala dalam komunikasi, ditambah lagi dengan adanya batasan dari sistem pemasyarakatan terhadap frekuensi dan kualitas interaksi (Athallah & Santoso, 2022)

Kondisi ini semakin diperburuk oleh fakta bahwa terdapat sejumlah narapidana yang tidak pernah dikunjungi oleh keluarganya selama menjalani masa hukuman (Komariah et al., 2020). Ketidakhadiran keluarga dalam proses pembinaan dapat menyebabkan perasaan keterasingan, stres yang lebih tinggi, serta menurunnya motivasi narapidana untuk berpartisipasi dalam program rehabilitasi. Hal ini menunjukkan bahwa minimnya dukungan keluarga menjadi salah satu faktor utama yang memperburuk kondisi psikososial narapidana, yang pada akhirnya dapat menghambat proses reintegrasi sosial mereka setelah bebas. Berikut ini menyajikan data narapidana yang tidak pernah dikunjungi selama menjalani masa hukuman

Tabel 1. Jumlah Narapidana Tidak Pernah Dikunjungi Di Lapas Kelas IIB Kualasimpang

No	Narapidana	Usia	Jenis Kelamin	Keterangan
1	(CM)	42	Laki-Laki	Tidak pernah dikunjungi
2	(AW)	49	Laki-Laki	Tidak pernah dikunjungi
3	(DM)	33	Laki-Laki	Tidak pernah dikunjungi

Sumber: Register Lapas Kelas IIB Kualasimpang Maret 2025

Tabel ini menyajikan informasi mengenai narapidana di Lapas Kelas IIB Kualasimpang yang selama masa hukuman mereka tidak pernah mendapatkan kunjungan. Berdasarkan catatan Register Lapas Kelas IIB Kualasimpang per Maret 2025, terdapat tiga narapidana yang termasuk dalam kategori tersebut. Identitas mereka disamarkan menggunakan inisial (CM), (AW), dan (DM), dengan rentang usia antara 33 hingga 49 tahun. Seluruhnya berjenis kelamin laki-laki dan memiliki kesamaan dalam hal tidak menerima kunjungan dari keluarga, teman, maupun kerabat. Kondisi disfungsi relasi keluarga yang di alami narapidana ternyata di sebabkan oleh beberapa faktor yang menjadi pemicu terciptanya kerenggangan antara narapidana dengan keluarnya. Berikut ini faktor-faktor disfungsi relasi keluarga yang alami narapidana (Fadilah, 2021)

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif. Pendekatan kualitatif bersifat deskriptif, di mana data yang dikumpulkan disajikan dalam bentuk narasi dan visual. Laporan penelitian umumnya mencantumkan kutipan data sebagai ilustrasi serta bukti pendukung. Data yang dihimpun dapat berupa transkrip wawancara, catatan lapangan, foto, rekaman suara, dokumen, maupun berbagai bentuk rekaman lainnya

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis secara psikologis serta sosiologis mengenai fakta sosial terkait perilaku adaptasi narapidana yang menghadapi disfungsi relasi keluarga dalam menjalani aktivitas sosialnya di Lapas Kelas IIB Kualasimpang.

Sumber data primer yang terdapat pada kajian ini adalah petugas dan narapidana. Peneliti akan

mengumpulkan data secara langsung sehingga memperoleh data yang akurat dan relevan terkait dengan penelitian yang akan dilaksanakan. Data sekunder yang digunakan meliputi jurnal atau penelitian terkait, peraturan perundang undangan yang relevan, serta dokumen atau arsip lainnya. Peneliti akan terlibat secara aktif dalam berbagai kegiatan bersama informan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai kondisi serta situasi yang menjadi fokus dalam penelitian ini

Data dikumpulkan melalui wawancara dengan informan, observasi langsung, serta pemeriksaan dokumen-dokumen yang relevan dengan penelitian. Dalam mengolah data yang dihasilkan dari observasi dan wawancara dibantu dengan aplikasi olah data NVivo 12 yang dirancang khusus untuk mengelola dan menganalisis data kualitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Teknik wawancara dilakukan untuk menggali informasi secara mendalam kepada 4 informan yang terdiri dari 3 orang narapidana dan 1 Kepala Seksi Pembinaan Narapidana dan Kegiatan Kerja. Selain itu peneliti juga melakukan pengamatan secara langsung terhadap pelaksanaan layanan kunjungan dan serta mengamati interaksi sosial yang terjadi di tempat ibadah dan lingkungan Lapas lainnya untuk melihat secara langsung interaksi yang terjadi baik antar narapidana maupun narapidana dengan petugas.

Berdasarkan hasil wawancara, serta analisis dokumentasi yang dilakukan secara tematik hasil olah data menggunakan Nvivo 12, ditemukan lima aspek yang sangat relevan dan signifikan terkait dengan strategi coping narapidana menghadapi disfungsi relasi keluarga selama menjalani pidana di Lapas Kelas IIB Kualasimpang. Kelima aspek strategi coping narapidana yaitu dampak psikologis, mekanisme coping,

disfungsi relasi keluarga, kondisi hubungan keluarga, harapan dan rencana.

Berdasarkan hasil olah data menggunakan perangkat lunak Nvivo dengan metode word frequency, dapat diidentifikasi kata-kata kunci dominan yang merefleksikan persepsi dan pengalaman dari subjek penelitian. Analisis frekuensi kata ini memberikan gambaran awal mengenai isu-isu sentral dan tema-tema yang paling sering muncul dalam data tekstual, sekaligus menyoroti fokus utama perhatian partisipan. Kata-kata dengan frekuensi kemunculan tertinggi menjadi indikator kuat terhadap konsep-konsep inti yang membentuk pemahaman mendalam tentang fenomena yang diteliti.



Gambar 1. Word Frequency

Sumber: Diolah Oleh Peneliti Mei 2025

Berdasarkan Word Frecuency hasil pengolahan menggunakan aplikasi Nvivo, terlihat bahwa kata "keluarga" muncul sebagai kata sentral dengan ukuran terbesar, menandakan peran pentingnya dalam data penelitian. Kata-kata lain yang menonjol seperti "komunikasi", "merasa", "membantu", "perhatian", "masalah", dan "perasaan" memberikan gambaran tentang aspek-aspek utama dalam strategi narapidana ketika menghadapi disfungsi relasi keluarga

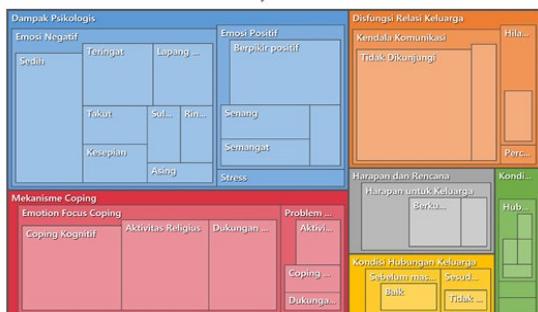
Dari visualisasi Word Frecuency tersebut, dapat diidentifikasi beberapa tema utama strategi yang digunakan narapidana. Komunikasi menjadi

strategi sentral, ditunjukkan dengan munculnya kata "komunikasi" dan "berkomunikasi" secara signifikan. Hal ini menggambarkan upaya narapidana untuk tetap menjaga hubungan dengan keluarga meskipun dalam keterbatasan situasi penjara. Aspek emosional juga berperan penting dalam strategi, terlihat dari kata "merasa", "perasaan", dan "emosional" yang cukup menonjol. Narapidana tampaknya mengalami tekanan emosional akibat disfungsi relasi keluarga dan berupaya mengelola perasaan tersebut.

Temuan ini sejalan dengan teori transaksional model stres dan oleh Lazarus yang memandang stres dan sebagai proses dinamis yang melibatkan interaksi berkelanjutan antara individu dan lingkungannya (Mhd, 2025). Dalam konteks narapidana, proses penilaian primer (primary appraisal) terlihat dari kata "masalah" dan "menghadapi" yang menunjukkan evaluasi terhadap disfungsi keluarga sebagai ancaman kesejahteraan. Sementara itu, penilaian sekunder (secondary appraisal) tercermin dari kata "mengatasi" dan "bagaimana" yang mengindikasikan upaya mengevaluasi sumber daya dan pilihan yang tersedia.

Strategi yang digunakan narapidana mencakup baik problem-focused maupun emotion-focused sesuai teori Lazarus. Problem-focused terlihat dari kata "membantu", "mengatasi", dan "perubahan" yang menunjukkan upaya aktif menyelesaikan masalah. Sementara emotion-focused tercermin dari kata "perasaan", "emosional", dan kata-kata terkait praktik keagamaan seperti "beribadah" dan "sholat" yang menunjukkan upaya mengelola tekanan emosional. Dukungan sosial, aspek penting dalam model Lazarus, terlihat dari dominasi kata "komunikasi", "perhatian", dan "hubungan" yang menandakan pentingnya koneksi sosial sebagai sumber daya

Sementara itu lima aspek tersebut juga digambarkan melalui hierarchy chart yang dihasilkan dari olah data menggunakan Nvivo 12. Hierarchy chart ini berguna untuk menampilkan hubungan hierarkis antar kode serta menunjukkan sebaran referensi atau konten dalam struktur tersebut. Olah data menggunakan Nvivo 12 menunjukkan hasil sebagai berikut:



Gambar 2. Hierarchy Chart

Sumber: Diolah Oleh Peneliti Mei 2025

Berdadarkan hasil pengolahan Nvivo 12 yang telah dianalisis sebelumnya dan Hierarchy Chart yang ditampilkan, terdapat keselarasan yang saling menguatkan dalam menggambarkan strategi narapidana yang menghadapi disfungsi relasi keluarga. Hierarchy Chart tersebut memberikan kategorisasi yang lebih terstruktur dari fenomena yang juga teridentifikasi pada Word Frequency Nvivo.

Hierarchy Chart menunjukkan lima kategori utama: Dampak Psikologis (biru), Mekanisme (merah), Disfungsi Relasi Keluarga (oranye), Harapan dan Rencana (abu-abu), dan Kondisi Hubungan Keluarga (kuning). Kategorisasi ini memperkuat temuan dari Word Frequency Nvivo yang menunjukkan bahwa isu keluarga, komunikasi, dan aspek emosional menjadi tema sentral dalam pengalaman narapidana. Kelima aspek relasi narapidana ini memengaruhi proses dan hasil dari upaya narapidana menerapkan strategi menghadapi disfungsi relasi keluarga selama menjalani pidana di Lapas (Santi et al., 2020).

Salah satu aspek yaitu dampak psikologis (Biru) Dampak psikologis menjadi aspek paling dominan pada hasil penelitian ini. Dampak psikologis menggambarkan kondisi emosi negatif (sedih, teringat, takut, kesepian, asing) dan emosi positif (berpikir positif, senang, semangat), serta stres. Dominasi warna biru pada diagram menunjukkan bahwa dampak psikologis, terutama emosi negatif, merupakan tema yang paling dominan dan sering muncul dalam pengalaman narapidana ketika menghadapi disfungsi relasi keluarga. Besarnya area berwarna biru mengindikasikan intensitas dan frekuensi tinggi dari dampak emosional yang dialami narapidana.

Hal ini sejalan dengan kata-kata emosional yang muncul pada Word Frequency Nvivo seperti "merasa", "perasaan", dan "emosional". Dampak psikologis ini merupakan hasil dari penilaian primer (primary appraisal) dalam teori transaksional Lazarus, dimana narapidana mengevaluasi situasi disfungsi relasi keluarga sebagai ancaman terhadap kesejahteraan psikologis mereka (Subroto & Febrianto, 2024). Meskipun terdapat emosi positif, namun proporsinya yang lebih kecil menunjukkan bahwa narapidana cenderung mengalami lebih banyak dampak negatif dibandingkan positif. Hal ini mengindikasikan bahwa disfungsi relasi keluarga memberikan tekanan psikologis yang signifikan dan menjadi stresor utama yang mempengaruhi kondisi mental narapidana selama menjalani masa pidana.

Selain itu aspek lainnya yaitu mekanisme coping (Merah) Bagian mekanisme pada Hierarchy Chart memberikan gambaran lebih detail tentang strategi yang digunakan narapidana, dengan pembagian jelas antara emotion focus coping (kognitif, aktivitas religius, dukungan sosial) dan problem focus coping (Muhammad et al., 2023). Warna merah yang mendominasi

bagian ini menunjukkan bahwa mekanisme coping merupakan respons aktif dan intens yang dilakukan narapidana untuk mengatasi dampak psikologis yang mereka alami. Intensitas warna merah mengindikasikan bahwa strategi ini merupakan elemen vital dan krusial dalam proses adaptasi narapidana terhadap situasi disfungsi keluarga.

Narapidana mengatasi stres dengan mengubah cara berpikir mereka terhadap situasi yang sulit. Mereka belajar melihat masalah dari sudut pandang yang lebih positif dan membantu, bukan hanya menganggapnya sebagai hal yang buruk (Rahayu et al., 2023). Misalnya, alih-alih berpikir "hidup saya sudah hancur karena masuk penjara", mereka mengubahnya menjadi "ini adalah kesempatan untuk memperbaiki diri dan belajar hal-hal baru". CM menggunakan strategi mencari makna positif dari pengalaman buruknya. Dia mengubah cara pandangnya dengan menganggap pengalaman negatif sebagai pelajaran berharga dan motivasi untuk berkembang menjadi pribadi yang lebih baik secara moral. CM berpikir bahwa meskipun dia berbuat salah dan masuk penjara, pengalaman ini membuatnya belajar tentang benar dan salah serta lebih memahami nilai-nilai hidup yang baik (Sofyan et al., 2022)

Aspek selanjutnya yaitu disfungsi relasi keluarga (oranye) Disfungsi Relasi Keluarga pada Hierarchy Chart menampilkan kendala komunikasi (Tidak Dikunjungi) sebagai area signifikan, yang memperkuat temuan dari Word Frequency dimana "komunikasi" menjadi kata dominan. Warna oranye yang digunakan untuk bagian ini menunjukkan tingkat intensitas dan urgensi yang tinggi dari masalah disfungsi relasi keluarga. Warna oranye sebagai warna peringatan mengindikasikan bahwa kendala

komunikasi dan tidak dikunjungi merupakan faktor stresor yang memerlukan perhatian serius dan menjadi pemicu utama dampak psikologis yang dialami narapidana (Setyono et al., 2025)

Disfungsi relasi keluarga yang terjadi pada CM, AW dan DM berbeda-beda. Disfungsi keluarga yang mereka alami ternyata beragam dan saling terkait dalam membentuk pola yang kompleks, sebagaimana digambarkan dalam bagan hierarkis di bawah ini. Kondisi awal berupa "Disfungsi Relasi Keluarga" menjadi akar permasalahan yang kemudian bercabang ke berbagai dimensi, mulai dari hilangnya peran sebagai orang tua dan pencari nafkah, kendala komunikasi, hingga perceraian yang memicu dampak lanjutan seperti pemenjaraan, kesulitan ekonomi, dan faktor jarak geografis. Keberagaman masalah ini semakin diperkuat oleh keterbatasan akses teknologi komunikasi seperti telepon dan videocall, serta minimnya fasilitas pendukung, yang pada akhirnya menciptakan lingkaran setan yang mempersulit proses rehabilitasi dan reintegrasi sosial narapidana ke dalam masyarakat

Aspek kondisi hubungan keluarga (kuning) Bagian "Kondisi Hubungan Keluarga" dengan sub-kategori "Sebelum masuk" (Baik) dan "Sesudah" (Tidak baik) menggambarkan perubahan dinamika keluarga yang menjadi konteks dari disfungsi relasi. Warna kuning yang digunakan untuk bagian ini menunjukkan sifat transisional dan peringatan dini dari perubahan kondisi hubungan keluarga. Warna kuning sebagai warna peringatan menggambarkan bahwa perubahan ini merupakan fase kritis yang memerlukan perhatian, dimana kondisi hubungan keluarga mengalami transformasi dari positif menjadi negatif akibat proses penahanan.

Chandra Marwan dan Danny Muhamram, merupakan narapidana kasus tipisus terkait cukai rokok ilegal yang sedang menjalani pidana di Lapas Kelas IIB Kualasimpang yang berasal dari Jambi, memberikan sebuah jawaban tentang bagaimana mereka selama ini menghadapi perubahan signifikan dalam relasi keluarganya. CM dan DM telah menjalani penahanan selama 11 bulan dengan vonis 1 tahun 6 bulan, CM dan DM tentunya menghadapi tantangan berat dalam mempertahankan hubungan dengan istri dan anaknya karena jarak geografis yang memisahkan mereka. Sebelum menjalani masa pidana, CM memiliki hubungan harmonis dengan keluarganya dengan komunikasi yang berlangsung setiap hari.

Hal serupa juga di rasakan oleh DM yang mengatakan bahwa kondisi hubungan dengan keluarga nya juga baik-baik saja ketika dirinya belum masuk kedalam penjara, sedangkan AW yang merupakan narapidana yang menghadapi disfungsi relasi keluarga berupa perceraian juga mengatakan bahwa hubungan dengan keluarganya baik-baik saja walaupun sudah bercerai namun masih sering komunikasi dengan mantan istri dan anak anaknya.

Aspek yang terkahir yaitu harapan dan rencana (hijau) Bagian "Harapan dan Rencana" pada Hierarchy Chart juga menarik karena menunjukkan aspek orientasi masa depan dalam strategi narapidana, yang mungkin berkaitan dengan kata "perubahan" pada Word Frequency. Warna hijau yang digunakan untuk bagian ini sangat simbolis dan bermakna, menggambarkan harapan, pertumbuhan, dan pemulihan. Warna hijau sebagai representasi kehidupan baru dan optimisme menunjukkan bahwa meskipun narapidana mengalami berbagai dampak psikologis negatif dan disfungsi relasi keluarga, mereka tetap memiliki kapasitas untuk membangun visi positif tentang masa depan.

Posisi bagian "Harapan dan Rencana" dalam diagram menunjukkan bahwa orientasi masa depan menjadi outcome atau hasil akhir dari proses yang dilakukan narapidana. Sub-kategori "Harapan untuk Keluarga" dengan area yang cukup signifikan mengindikasikan bahwa motivasi terbesar narapidana dalam bertahan dan mengembangkan strategi adalah keinginan untuk memperbaiki dan memulihkan hubungan keluarga yang mengalami disfungsi. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun menghadapi berbagai tantangan, narapidana tetap mempertahankan ikatan emosional dengan keluarga dan menjadikan rekonsiliasi keluarga sebagai tujuan utama mereka, yang sejalan dengan temuan kata "perubahan" pada Word Frequency yang menunjukkan keinginan untuk transformasi positif dalam hidup mereka. Ini mencerminkan proses penilaian ulang (reappraisal) dalam model Lazarus, dimana narapidana berupaya merekonstruksi makna dari situasi yang mereka hadapi.

Motivasi narapidana untuk berubah dan berpartisipasi dalam program rehabilitasi tidak dapat dipisahkan dari kondisi hubungan mereka dengan keluarga, khususnya anak-anak. Diagram berikut menggambarkan bagaimana harapan dan rencana masa depan narapidana terhubung erat dengan keberadaan dan kondisi hubungan mereka dengan keluarga. Sebagai makhluk sosial, narapidana membutuhkan pegangan emosional yang memberi arti dan arah dalam proses perubahan diri mereka. Anak-anak sering menjadi dorongan terbesar bagi mereka untuk berubah menjadi lebih baik, karena anak mewakili harapan untuk masa depan keluarga dan tanggung jawab yang harus mereka jalani.

Strategi yang dominan adalah emotion-focused coping (EFC), dengan penekanan pada aktivitas keagamaan

dan dukungan sosial. Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan Lapas lebih mendukung yang berfokus pada pengelolaan emosi dibandingkan dengan problem-focused coping, karena keterbatasan kontrol narapidana terhadap kondisi eksternal (Seno & Rahayu, 2024)

Kompleksitas mekanisme coping yang ditemukan menunjukkan pentingnya pendekatan yang menyeluruh untuk memahami bagaimana narapidana menyesuaikan diri secara psikologis selama menjalani hukuman. Temuan ini menjadi dasar penting untuk mengembangkan intervensi berbasis bukti yang bertujuan meningkatkan efektivitas coping dan mendukung kesejahteraan mental di dalam lingkungan pemasyarakatan. Pemahaman terhadap model coping dari Lazarus dalam konteks narapidana memiliki dampak besar terhadap pengembangan program pembinaan di lapas. Program yang dirancang perlu membantu narapidana dalam mengembangkan keterampilan primary appraisal (penilaian awal terhadap situasi) dan secondary appraisal (penilaian terhadap kemampuan diri menghadapi situasi) agar lebih akurat dan adaptif. Hal ini penting agar mereka dapat memilih strategi coping yang paling sesuai dengan kondisi yang mereka hadapi

SIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa narapidana di Lapas Kelas IIB Kualasimpang menghadapi disfungsi relasi keluarga sebagai tekanan psikologis yang signifikan selama masa pemidanaan. Bentuk disfungsi yang paling umum mencakup keterputuskan komunikasi, kehilangan dukungan emosional, serta pemenjaraan. Disfungsi ini semakin diperparah oleh sejumlah faktor seperti jarak geografis, keterbatasan ekonomi, dan minimnya

fasilitas telekomunikasi di lembaga pemasyarakatan. Dalam menghadapi situasi tersebut, narapidana mengembangkan berbagai strategi coping yang dapat diklasifikasikan ke dalam dua kategori utama berdasarkan teori Lazarus dan Folkman, yaitu emotion-focused coping dan problem-focused coping.

Sementara itu, meskipun lebih terbatas, beberapa narapidana juga menggunakan strategi problem-focused coping, seperti mencoba menjaga komunikasi dengan keluarga melalui sambungan telepon, walaupun hanya dapat dilakukan satu kali. Upaya ini mencerminkan adanya inisiatif untuk tetap menjaga keterhubungan dengan dunia luar sebagai bagian dari proses pemulihan hubungan keluarga. Temuan ini juga menunjukkan bahwa narapidana yang tidak memperoleh dukungan keluarga cenderung lebih rentan mengalami stres berat, depresi, bahkan hingga munculnya pikiran untuk bunuh diri. Sebaliknya, narapidana yang masih memiliki keterhubungan emosional dengan keluarga menunjukkan ketahanan psikologis yang lebih baik, serta motivasi yang tinggi untuk mengikuti program pembinaan di lapas. Secara keseluruhan, strategi coping yang digunakan oleh narapidana bersifat dinamis, adaptif, dan sangat dipengaruhi oleh penilaian subjektif terhadap situasi yang dihadapi, serta oleh tersedianya sumber daya sosial dan spiritual yang mendukung.

Proses ini memperkuat validitas Transactional Model of Stress and Coping dalam konteks kehidupan pemasyarakatan, di mana upaya adaptasi terhadap stres tidak dapat dilepaskan dari interaksi antara individu, lingkungan, dan persepsi terhadap situasi yang dihadapi. Pendekatan ini juga memberikan dasar penting untuk merancang intervensi yang lebih tepat sasaran guna meningkatkan

kesejahteraan psikologis narapidana selama menjalani masa pidana

DAFTAR PUSTAKA

Anzani, G. F., & Susilo, R. (2020). Hubungan dukungan sosial keluarga dan strategi coping dengan kesehatan mental narapidana di lembaga pemasyarakatan kelas IIA purwokerto. *Keperawatan, September*, 385–389.

Apriliansyah, R., & Butar, H. F. B. (2025). *Dukungan Keluarga Sebagai Upaya Narapidana Beradaptasi di Rutan Kelas IIB Takengon*. 4027–4036.

Athallah, I. rafi', & Santoso, I. (2022). *INNOVATIVE: JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE RESEARCH* 96 *INNOVATIVE: Volume 2 Nomor 1 Tahun 2022 Research & Learning in Primary Education Iqbal rafi' athallah 1 Iman Santoso* 2.2, 96–06.

Fadilah, R. (2021). Analisis Kasus Gangguan Kepribadian Narsistik Dan Perilaku Kriminalitas Antisosial Pada Pria Di Lapas Kota X. *Jurnal Diversita*, 7(1), 85–96. <https://doi.org/10.31289/diversita.v7i1.4892>

Komariah, M., Pratiwi, Z. S., Budhiyani, H., & Adithia, A. (2020). Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu. *Sereal Untuk*, 8(1), 51.

Mhd, C. D. A. (2025). *Gambaran Coping Stress pada Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami Fatherless*. 8(1), 140–148. <https://repositori.uma.ac.id/jspui/handle/123456789/27164%0Ahttps://repositori.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/27164/1/218600126 - Channesya Dara Aulia Mhd - Fulltext.pdf>

Muhammad, M. H., Zubair, A. G. H., & Nurhikmah, N. (2023). Religious Coping Pada Narapidana Lapas Kelas IA Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(2), 598–602. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i2.2519>

Rahayu, M. S., Yusuf, A. A., & Achmad, W. (2023). Strategies Coping for Female Detainee in Class IIA Women's Correctional Institutions in Bandung. *ARRUS Journal of Social Sciences and Humanities*, 3(3), 239–243. <https://doi.org/10.35877/soshum1758>

Santi, A., Asrina, A., & Nurlinda, A. (2020). Problem Focus Coping Pada Narapidana Seumur Hidup Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Makassar. *Journal of Aafiyah Health Research (JAHR)*, 1(1), 38–47. <https://doi.org/10.52103/jahr.v1i1.102>

Saputra, A., & Priyatmono, B. (2024). Pemasyarakatan dan keadilan. *Jurnal Pemasyarakatan Dan Keadilan*, 1(November), 1–11.

Seno, A. B., & Rahayu, M. (2024). Regulasi Emosi dalam Strategi Coping Stress bagi Narapidana dalam Pembinaan Kepribadian (Studi Kasus Rutan Kelas IIB Pandeglang) 1* Ario Bimo Seno, 2 Mulyani Rahayu. *Journal of Management*, 17(1), 203–211.

Setyaki, P. A. B., & Subroto, M. (2022). Program Cara Mengatasi Narapidana Hukuman Seumur Hidup. *Hukum Responsif*, 13(1), 112–117. <https://doi.org/10.33603/responsif.v13i1.6716>

Setyono, H., Nurlaili Wangi, E., Fahmi, I., Profesi Psikologi, M., & Psikologi, F. (2025). Efektivitas Mindfulness Spiritual-Based Cognitive Therapy (MSBCT) dalam Menurunkan Kecemasan pada Narapidana Militer. *Jurnal Cendekia Ilmiah*, 4(4), 401–418.

Sofyan, D. S. A., Julian Bayu Eka Prayudha, & Lestari, R. (2022). Coping Stress pada Warga Binaan Pemasyarakatan di Rutan Kelas I Surakarta. *Jurnal Sudut Pandang (JSP)*, 2(12), 147–159.

Subroto, M., & Febrianto, M. A. (2024). Pola Adaptasi dan Strategi Bertahan Narapidana Perempuan Terpidana Seumur Hidup. *Journal Of Social Science Research*, 4(5), 4879–4896.

Wahidah, E. Z., & Nurdin, M. (2022). Strategi Coping Stres Pada Narapidana Wanita Di Rutan Kelas Ii B Ponorogo. *Braz Dent J.*, 2(1), 1–12.