

## **BAB 2**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

Dalam bab ini dijelaskan tentang : 1) konsep Trauma Psikologis, 2) Warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan, 3) konsep Adaptasi Psikologis

#### **2.1 Konsep Trauma Psikologis**

##### **2.1.1 Pengertian Trauma Psikologis**

Trauma psikologis adalah kondisi tekanan mental yang mendalam yang dialami individu akibat rangkaian pengalaman menyakitkan, yang memengaruhi emosi, cara memandang diri sendiri, dan hubungan sosialnya. Trauma ini berkembang dari akumulasi pengalaman negatif sejak masa lalu, termasuk kekerasan, pengabaian, pengkhianatan, dan respons lingkungan yang tidak mendukung pemulihan (Mardiyah et al., 2026).

##### **2.1.2 Etiologi Trauma Psikologis**

Trauma adalah kondisi gangguan emosional yang muncul akibat pengalaman perlakuan agresif atau peristiwa yang menyakitkan sehingga individu merasakan ketakutan, kecemasan, kesedihan, kekecewaan, dan tekanan batin yang mendalam. Selain itu, Trauma tidak hanya ditandai oleh pengalaman peristiwa itu sendiri, tetapi juga oleh dampak psikologis yang menetap seperti perasaan tidak berdaya, menarik diri dari lingkungan sosial, gangguan tidur, hingga munculnya pikiran negatif yang berulang terhadap pengalaman tersebut (Dariyo, 2023). Trauma juga merupakan pengalaman peristiwa yang mengancam atau menyakitkan secara emosional sehingga

melampaui kapasitas coping individu dan menimbulkan dampak psikologis jangka panjang. Trauma dapat berdampak pada regulasi emosi, konsep diri, serta hubungan interpersonal individu (Aini & Wulan, 2023).

### **2.1.3 Manifestasi Klinis Trauma Psikologis**

Manifestasi klinis trauma psikologis merupakan bentuk respons yang muncul pada individu setelah mengalami peristiwa yang menimbulkan tekanan emosional mendalam atau pengalaman yang bersifat traumatis. Manifestasi ini dapat terlihat pada aspek emosional, kognitif, perilaku, fisiologis, dan sosial. Gejala yang muncul dapat bersifat akut maupun berlangsung dalam jangka panjang, tergantung pada beratnya pengalaman trauma dan kemampuan individu dalam melakukan coping (Mardiyah et al., 2026).

Secara emosional, individu yang mengalami trauma psikologis sering menunjukkan perasaan cemas, takut, sedih berkepanjangan, rasa malu, marah, serta perasaan bersalah yang berlebihan. Pada beberapa kasus, individu juga dapat mengalami syok emosional, mudah tersinggung, dan ketidakstabilan emosi. Kondisi ini sesuai dengan temuan penelitian yang menunjukkan adanya tekanan psikologis berupa syok, kecemasan, rasa malu, dan ketakutan terhadap masa depan pada individu yang mengalami pengalaman traumatis. Pada aspek kognitif, trauma psikologis dapat memengaruhi pola pikir individu, seperti munculnya pikiran negatif yang berulang, sulit berkonsentrasi, penurunan kemampuan mengambil keputusan, serta sering mengingat kembali peristiwa traumatis yang pernah dialami. Individu juga dapat mengalami overthinking, rasa khawatir

berlebihan, dan penilaian diri yang negatif, seperti merasa gagal, tidak berharga, atau menyalahkan diri sendiri. Selain itu, trauma psikologis juga dapat menimbulkan manifestasi fisiologis, seperti gangguan tidur, mimpi buruk, nafsu makan menurun, kelelahan, jantung berdebar, dan ketegangan otot akibat stres yang berkepanjangan. Gangguan tidur dan mimpi buruk merupakan gejala yang sering ditemukan pada individu yang mengalami trauma (Mardiyah et al., 2026).

#### **2.1.4 Dampak Trauma pada warga binaan**

Trauma pada warga binaan masyarakat merupakan kondisi psikologis yang terbentuk dari akumulasi pengalaman negatif sebelum dan selama menjalani masa pidana. Banyak warga binaan memiliki riwayat pengalaman traumatis seperti kekerasan dalam keluarga, penyalahgunaan zat, konflik interpersonal, maupun tekanan sosial yang tidak terselesaikan sebelum masuk lapas. Ketika individu dengan riwayat tersebut harus menjalani hukuman penjara, kondisi psikologisnya dapat semakin rentan akibat tekanan lingkungan masyarakat yang penuh pembatasan dan dinamika sosial yang kompleks. Penelitian dalam (Kasenda et al., 2023) menunjukkan bahwa warga binaan sering merasakan ketidaknyamanan, kehilangan kebebasan, serta tekanan emosional selama masa hukuman. Situasi ini dapat memicu munculnya kembali ingatan traumatis, meningkatkan kecemasan, bahkan menimbulkan perilaku agresif atau penarikan diri sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri.

Selain itu, trauma pada warga binaan juga berkaitan dengan perasaan bersalah, penyesalan, serta ketakutan akan stigma sosial setelah bebas. Dampak psikologis seperti depresi, rendahnya harga diri, dan kesulitan beradaptasi secara sosial sering kali muncul sebagai konsekuensi dari pengalaman traumatis yang berulang. Apabila tidak ditangani secara tepat melalui pendekatan konseling atau intervensi psikososial, trauma tersebut dapat menghambat proses pembinaan dan reintegrasi sosial warga binaan. Oleh karena itu, pemahaman terhadap trauma pada warga binaan menjadi penting dalam mendukung keberhasilan program rehabilitasi dan pembentukan kembali fungsi sosial individu secara optimal.

Adapun beberapa contoh pada warga binaan dibawah ini :

1. Pengalaman Kekerasan sebelum Masuk Lapas

Pengalaman kekerasan di masa lalu dapat menjadi sumber trauma yang membuat individu lebih rentan mengalami gangguan psikologis saat berada di lapas. Kekerasan tersebut membentuk pengalaman buruk yang terus membekas dan memengaruhi kondisi mental narapidana.

2. Tekanan Selama Masa Hukuman

Tekanan bisa berasal dari aturan yang ketat, kehilangan kebebasan, kehidupan yang terbatas, konflik sesama narapidana, serta rasa cemas tentang masa depan.

3. Stigma Sosial

Adanya rasa malu, rendah diri dan takut tidak diterima kembali oleh Masyarakat

#### 4. Kehilangan Kebebasan

Adanya perasaan rasa tidak nyaman karena tidak adanya kebebasan dalam beraktivitas serta kunjungan yang di Batasi.

## 2.2 Konsep Warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan

### 2.2.1 Definisi Warga Binaan

Warga binaan adalah individu yang sedang menjalani proses pembinaan dalam sistem pemasyarakatan, baik sebagai narapidana, tahanan, anak didik pemasyarakatan, maupun klien pemasyarakatan, dengan tujuan rehabilitasi, pembinaan perilaku, dan reintegrasi sosial ke masyarakat (Fajriah et al., 2019). Dalam konteks pemasyarakatan, warga binaan tidak hanya dipandang sebagai pelaku tindak pidana, tetapi juga sebagai individu yang memiliki hak untuk memperoleh pembinaan mental, sosial, spiritual, dan keterampilan hidup. Sistem pemasyarakatan bertujuan untuk membentuk kesadaran diri, tanggung jawab, serta perubahan perilaku yang lebih adaptif sehingga warga binaan mampu kembali diterima di lingkungan keluarga maupun masyarakat setelah masa pidananya selesai. Selain itu, warga binaan sering menghadapi berbagai tekanan psikologis selama menjalani masa pidana, seperti kehilangan kebebasan, keterbatasan interaksi sosial, stigma masyarakat, dan kecemasan terhadap masa depan. Oleh karena itu, proses pembinaan yang dilakukan di lembaga pemasyarakatan memiliki peran penting dalam mendukung kesehatan mental, penerimaan diri, dan kemampuan adaptasi psikologis warga binaan (Simamora, lorita et al., 2020).

### 2.2.2 Kondisi Psikologis Warga Binaan

Karakteristik Psikologis pada Warga binaan pemasyarakatan menghadapi tekanan psikologis yang signifikan akibat keterbatasan kebebasan, isolasi sosial, dan ketidakpastian masa tahanan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa warga binaan sering mengalami perasaan cemas, stres, gelisah, dan kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, termasuk hubungan interpersonal dengan sesama warga binaan (Mu'jizatullah, 2019). Beberapa warga binaan menunjukkan kesulitan dalam menerima keadaan, yang berdampak pada perilaku emosional seperti mudah marah, sedih, dan rasa terpaksa dalam menjalani aktivitas harian di lapas (Salshabella & Amini, 2019).

Namun, sebagian warga binaan mampu menyesuaikan diri dengan baik, menunjukkan kemampuan adaptasi dan penerimaan diri yang tinggi, sehingga dapat mengelola emosi, mempertahankan hubungan sosial positif, dan berpartisipasi dalam kegiatan lapas secara konstruktif (Mu'jizatullah, 2019). Dukungan sosial, baik dari sesama warga binaan maupun keluarga, terbukti menjadi faktor penting dalam menurunkan stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Warga binaan yang menerima dukungan sosial cenderung lebih optimis, memiliki regulasi emosi yang baik, dan mampu menjalani masa tahanan dengan lebih tenang. Menurut (Kusumastuti et al., 2020) terbukti meningkatkan kesejahteraan psikologis, menurunkan kecemasan, dan meningkatkan kualitas ibadah serta perilaku sosial positif.

### 2.2.3 Faktor Resiko Gangguan Psikologis

Faktor risiko gangguan psikologis merujuk pada kondisi atau karakteristik individu dan lingkungannya yang meningkatkan kemungkinan seseorang mengalami masalah psikologis, seperti stres, kecemasan, depresi, dan gangguan perilaku. Dalam konteks warga binaan pemasyarakatan, faktor risiko ini muncul dari kombinasi tekanan internal dan eksternal selama menjalani masa penahanan. Tekanan internal meliputi rasa takut terhadap masa depan, kecemasan akibat keterbatasan kebebasan, perasaan bersalah, kesulitan menerima hukuman, serta kontrol diri yang rendah. Tekanan eksternal meliputi isolasi sosial, minimnya privasi, konflik dengan sesama warga binaan, dan kurangnya dukungan keluarga (Kusumastuti et al., 2020).

Faktor risiko psikologis pada warga binaan terlihat ketika seorang narapidana merasa sangat tertekan karena tidak bisa berkomunikasi dengan keluarga, sehingga muncul perasaan sedih, gelisah, dan stres yang memengaruhi kesejahteraan psikologisnya (Salshabella & Amini, 2019). Faktor lain lingkungan yang keras dan penuh konflik, yang dapat memicu agresivitas atau perilaku menyimpang sebagai bentuk coping terhadap tekanan yang dialami (Kusumastuti et al., 2020).

### 2.2.4 Dampak Lingkungan Di Lembaga Pemasyarakatan

Dampak lingkungan di lembaga pemasyarakatan merujuk pada pengaruh yang ditimbulkan oleh kondisi lingkungan fisik dan sosial lapas terhadap kesejahteraan warga binaan. Lingkungan yang padat akibat overkapasitas, keterbatasan ruang gerak, serta ketidakseimbangan antara

jumlah petugas dan warga binaan dapat menimbulkan berbagai konsekuensi negatif, seperti gangguan kesehatan, meningkatnya potensi konflik, serta tidak optimalnya proses pembinaan. Kondisi tersebut juga berdampak pada aspek psikologis individu, seperti meningkatnya stres, kecemasan, dan kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan pemasyarakatan (Bramada, Japa & Wibowo, 2022).

Selain itu, dari aspek psikologis, kondisi lingkungan tersebut juga berdampak signifikan terhadap kesehatan mental warga binaan, karena kehilangan kebebasan, keterpisahan dari keluarga, serta kehidupan yang serba terbatas dan teratur dapat memicu munculnya kecemasan, perasaan terisolasi, dan ketidakberdayaan, yang dalam jangka panjang berpotensi memperburuk pengalaman traumatis serta menghambat proses pemulihan psikologis individu (Rizaldi, 2020).

## **2.3 Konsep Adaptasi Psikologis**

### **2.3.1 Pengertian Adaptasi Psikologis**

Adaptasi psikologis merupakan proses penyesuaian diri individu terhadap perubahan, tekanan, atau peristiwa yang menimbulkan stres dalam kehidupannya. Proses ini melibatkan kemampuan individu dalam mengelola respon emosional, kognitif, dan perilaku agar tetap mampu berfungsi secara optimal di tengah situasi yang sulit. Menurut (Amanullah et al., 2018) adaptasi psikologi sosial adalah proses penyesuaian yang muncul dari interaksi antara faktor kognitif individu dengan lingkungan sosialnya.

Adaptasi ini terlihat dari bagaimana individu membentuk persepsi diri, mengelola emosi, mengambil keputusan, serta memanfaatkan dukungan sosial setelah mengalami peristiwa yang menekan, seperti kekerasan dalam rumah tangga. Dalam konteks tersebut, adaptasi psikologis tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi internal individu, tetapi juga oleh faktor eksternal seperti dukungan keluarga, teman sebaya, serta lingkungan masyarakat. Individu yang memiliki motivasi kuat, regulasi diri yang baik, serta dukungan sosial yang memadai cenderung mampu mencapai keseimbangan psikologis lebih cepat dibandingkan individu yang tidak memiliki sistem pendukung yang kuat.

Menurut penelitian (Amanullah et al., 2018), adaptasi psikologis mencakup beberapa aspek penting, antara lain:

1. Persepsi diri, yaitu cara individu memaknai dirinya setelah mengalami peristiwa tertentu.
2. Sikap dan respons emosional, seperti kemampuan menerima, memaafkan, dan mengendalikan perasaan negatif.
3. Regulasi diri, yaitu kemampuan mengontrol perilaku berdasarkan evaluasi pengalaman sebelumnya.
4. Dukungan sosial, yang meliputi dukungan emosional, informatif, dan penghargaan dari lingkungan sekitar.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa adaptasi psikologis merupakan proses dinamis yang melibatkan aspek kognitif, emosional, dan

sosial dalam upaya individu mempertahankan keseimbangan mental serta keberfungsian hidup setelah menghadapi tekanan atau peristiwa traumatis .

### 2.3.2 Adaptasi Warga Binaan

Strategi adaptasi warga binaan adalah upaya sistematis yang dilakukan individu untuk menyesuaikan diri dengan kondisi penahanan yang baru, termasuk lingkungan sosial, peraturan Lapas, dan interaksi dengan sesama warga binaan. Adaptasi ini mencakup pemenuhan kebutuhan dasar fisiologis, psikologis, dan sosial, pengembangan kebiasaan serta keterampilan, pengenalan diri, dan penerimaan diri. Tujuannya adalah agar warga binaan dapat berfungsi secara optimal, mengurangi stres, dan meningkatkan rasa percaya diri dalam menata kehidupan baru di dalam Lapas (Andini et al., 2024).

Secara konkret, strategi adaptasi dapat dijalankan melalui beberapa cara. Pertama, pemenuhan kebutuhan dasar, misalnya memastikan makanan, pakaian, dan tempat tinggal terpenuhi, serta mengelola rasa aman dan diterima dalam lingkungan sosial lapas. Kedua, pengembangan kebiasaan dan keterampilan, seperti mengikuti kegiatan olahraga, pelatihan menjahit, atau membaca, yang membantu individu merasa nyaman dan produktif. Ketiga, pengenalan diri, yaitu mengenali kekuatan dan kelemahan diri, sehingga warga binaan dapat merespons tuntutan internal maupun eksternal dengan tepat. Keempat, penerimaan diri (*self-acceptance*), yaitu menerima status sebagai warga binaan tanpa rasa malu atau cemas berlebihan terhadap pandangan orang lain, sehingga mampu

memfokuskan diri pada hal-hal positif dan membangun kepercayaan diri (Andini et al., 2024).

Adaptasi warga binaan merupakan proses penyesuaian diri individu terhadap lingkungan pemasyarakatan menurut (Andini et al., 2024) adaptasi dibagi menjadi :

1. Adaptasi Fisiologis

Penyesuaian diri terhadap kondisi fisik di lapas, seperti pola makan, kebersihan, aktivitas fisik, dan lingkungan hunian yang terbatas.

2. Adaptasi Psikologis (Emosional dan Mental)

Penyesuaian emosi, pikiran, dan mental terhadap stress, kehilangan kebebasan, dan stigma sebagai narapidana.

3. Adaptasi Sosial (Interaksi Sosial)

Kemampuan warga binaan menyesuaikan diri dalam relasi sosial dengan sesama narapidana, petugas lapas, dan keluarga.

4. Adaptasi Perilaku (*Behavioral Adaptation*)

Perilaku berkaitan dengan perubahan perilaku individu agar sesuai dengan aturan dan tata tertib lapas.

5. Adaptasi Kognitif (Pola Pikir dan Persepsi)

Perubahan cara berpikir warga binaan terhadap diri, lingkungan, dan masa depan selama menjalani pidana

6. Adaptasi Spiritual dan Nilai Moral

Warga binaan yang mengembangkan nilai religious dan moral sebagai bentuk refleksi diri selama menjalani pidana.

#### 7. Adaptasi kemandirian dan ketrampilan (Rehabilitas Sosial)

Pengembangan ketrampilan kerja dan kemandirian sebagai persiapan reintegrasi sosial.

#### 8. Adaptasi terhadap Stigma dan Identitas diri

Membangun Kembali identitas diri yang positif.

### 2.3.4 Faktor yang Mempengaruhi Adaptasi

Menurut (Andini et al., 2024) ada beberapa faktor yang mempengaruhi adaptasi yaitu:

#### 1. Faktor individu (*personal factors*)

karakteristik pribadi yang melekat pada diri seseorang yang mempengaruhi cara dia berpikir, merasa, dan berperilaku dalam menghadapi situasi hidup.

#### 2. Faktor psikologis (*psychological factors*)

kondisi mental dan proses kejiwaan individu yang mempengaruhi cara seseorang menyesuaikan diri terhadap stres dan trauma.

#### 3. Faktor sosial (*sosial factors*)

pengaruh hubungan sosial dan lingkungan sosial terhadap adaptasi individu.

#### 4. Faktor lingkungan lapas ( *environmental factors*)

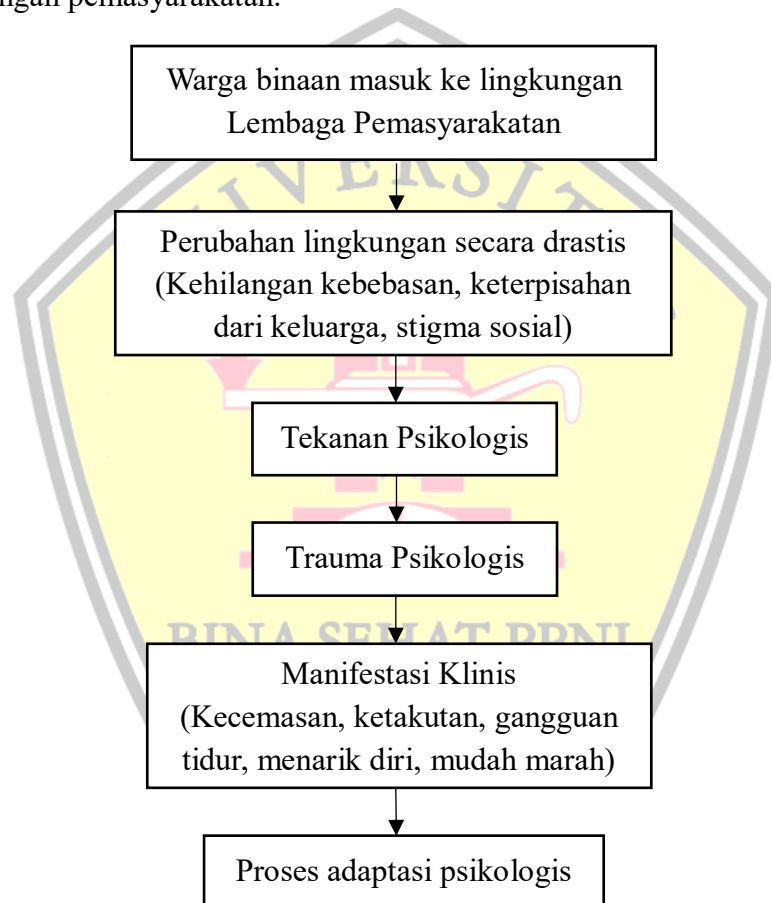
kondisi fisik dan sistem institusi pemsyarakatan yang mempengaruhi kehidupan dan penyesuaian warga binaan.

#### 5. Faktor spiritual dan nilai hidup

Faktor spiritual dan nilai hidup adalah keyakinan religius, makna hidup, dan nilai moral yang menjadi sumber kekuatan individu dalam menghadapi penderitaan dan trauma.

## 2.4 Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir penelitian ini menggambarkan alur sistematis dari pengalaman trauma yang dialami warga binaan yang memengaruhi adaptasi di lingkungan pemasyarakatan.



Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir

### 2.4.1 Penjelasan Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir penelitian ini disusun berdasarkan alur pengalaman psikologis yang dialami warga binaan sejak awal memasuki lingkungan lembaga pemasyarakatan hingga proses penyesuaian diri terhadap kondisi tersebut. Pathway ini menggambarkan hubungan logis antara kondisi lingkungan, munculnya trauma psikologis, manifestasi klinis yang ditimbulkan, proses adaptasi, hingga makna pengalaman yang menjadi fokus penelitian fenomenologi. Penelitian diawali dari kondisi warga binaan yang memasuki lingkungan lembaga pemasyarakatan, di mana individu mengalami perubahan situasi hidup yang sangat drastis dibandingkan kehidupan sebelumnya. Perubahan tersebut meliputi hilangnya kebebasan, keterpisahan dari keluarga, pembatasan aktivitas, stigma sosial, serta kewajiban mematuhi aturan yang ketat. Kondisi ini menjadi sumber stresor utama yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis warga binaan.

Perubahan lingkungan yang drastis tersebut menimbulkan tekanan psikologis. Pada tahap ini, warga binaan mulai menghadapi berbagai respons emosional seperti rasa takut, cemas, syok, sedih, dan ketidakpastian terhadap masa depan. Tekanan psikologis yang berlangsung terus-menerus dapat berkembang menjadi trauma psikologis, terutama pada individu yang sebelumnya telah memiliki pengalaman traumatis sebelum masuk lembaga pemasyarakatan. Trauma psikologis kemudian muncul dalam bentuk manifestasi klinis, baik secara emosional, perilaku, fisiologis, maupun sosial. Manifestasi yang sering muncul antara lain kecemasan, gangguan tidur,

mimpi buruk, rasa bersalah, mudah marah, menarik diri dari lingkungan sosial, kesulitan berkonsentrasi, dan gangguan interaksi dengan sesama warga binaan maupun petugas. Setelah mengalami trauma psikologis, warga binaan akan memasuki adaptasi psikologis, yaitu upaya individu untuk menyesuaikan diri terhadap kondisi lingkungan yang baru. Pada tahap ini, setiap individu memiliki respons yang berbeda-beda sesuai dengan pengalaman hidup, kondisi mental, serta sumber dukungan yang dimiliki.

Proses adaptasi tersebut dipengaruhi oleh strategi koping, yang dapat berupa koping adaptif maupun maladaptif. Koping adaptif meliputi penerimaan diri, kemampuan mengelola emosi, keterlibatan dalam kegiatan pembinaan, dan membangun hubungan sosial yang positif. Sebaliknya, koping maladaptif dapat berupa menarik diri, agresivitas, penolakan terhadap kondisi, dan stres berkepanjangan. Selain strategi koping, adaptasi juga dipengaruhi oleh faktor pendukung, seperti dukungan keluarga, dukungan petugas lapas, dan dukungan dari sesama warga binaan. Dukungan ini berperan penting dalam membantu warga binaan mempertahankan stabilitas emosional serta meningkatkan kemampuan beradaptasi.

Seluruh proses tersebut pada akhirnya membentuk pengalaman hidup warga binaan, yang menjadi inti dari penelitian fenomenologi. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam bagaimana warga binaan memaknai pengalaman trauma psikologis yang mereka alami dan bagaimana adaptasi tersebut berlangsung selama menjalani masa pidana. Dengan demikian, pathway kerangka berpikir ini menunjukkan

bahwa pengalaman trauma psikologis dan adaptasi psikologis merupakan suatu proses yang saling berkaitan, dimulai dari perubahan lingkungan, munculnya stresor psikologis, manifestasi trauma, proses koping, hingga terbentuknya makna pengalaman hidup warga binaan.



## 2.5 Jurnal relevan

Tabel 2. 1 Jurnal Relevan

| NO | PENULIS                                                                                                                                 | JUDUL                                                                                                                                                                                                              | ALAT UKUR                                                                             | METODE PENELITIAN                           | HASIL KESIMPULAN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Ainul Mardiyah,<br>evi yuliani, sakhi<br>nabila al – husna,<br>mira shaila<br>ardana, Naufal<br>said arif<br>(Mardiyah et al.,<br>2026) | Trauma Psikologis<br>Anak Binaan<br>Akibat<br>Pengkhiranatan dan<br>Respons<br>Keluarga Pasangan<br>pada Kasus Asusila<br>di LPKA Kelas 1<br>Medan                                                                 | Wawancara<br>mendalam dan<br>proses konseling                                         | Kualitatif dengan metode<br>studi kasus     | Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan,<br>dapat disimpulkan bahwa trauma psikologis yang<br>dialami anak binaan di LPKA Kelas I Medan<br>merupakan kondisi yang kompleks dan<br>multidimensional. Trauma tersebut tidak hanya<br>dipicu oleh keterlibatan dalam kasus tindak asusila,<br>tetapi juga diperparah oleh pengkhianatan dalam<br>relasi pacaran serta respons keluarga pasangan yang<br>bersifat reaktif dan menekan. Latar belakang<br>keluarga yang kurang harmonis, minimnya kasih<br>sayang, serta pengalaman kekerasan dalam rumah<br>tangga turut membentuk kerentanan psikologis<br>konseli sejak dini. |
| 2. | Andini, tuti<br>bahfiarti,<br>sudirman karnay.<br>(Andini et al.,<br>2024)                                                              | Self-Adaptation of<br>Prisoners i n<br>Women ' s<br>Correctional<br>Institution Class<br>IIA Sungguminasa<br>Adaptasi Diri<br>Warga Binaan di<br>Lembaga<br>Permasyarakatan<br>Perempuan Kelas<br>IIA Sungguminasa | menggunakan<br>observasi,<br>wawancara dan<br>dokumentasi<br>terhadap warga<br>binaan | kualitatif deskriptif                       | Hasil penelitian menunjukkan upaya adaptasi diri<br>dicapai dengan memenuhi kebutuhan dasar yang<br>yang meliputi pemenuhan kebutuhan fisiologis,<br>psikologis dan sosial. Selanjutnya adaptasi diri<br>dicapai dengan melakukan kebiasaan dan<br>keterampilan yang dapat dan mendorong mereka<br>mendapatkan kepercayaan diri dalam menata<br>kehidupan baru. Selanjutnya                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 3  | Refky<br>Apriliansyah &<br>Herry Fernandes<br>Butar                                                                                     | Dukungan<br>Keluarga Sebagai<br>Upaya Narapidana<br>Beradaptasi di                                                                                                                                                 | Wawancara<br>mendalam,<br>observasi<br>partisipatif, telaah                           | Kualitatif dengan pendekatan<br>studi kasus | Dukungan keluarga berupa emosional,<br>informasional, instrumental, penghargaan sosial,<br>dan spiritual terbukti meningkatkan stabilitas<br>psikologis, menurunkan stres, memperkuat                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

|    |                                                                                    |                                                                                                                         |                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | (Apriliansyah & Butar, 2025)                                                       | Rutan Kelas IIB Takengon                                                                                                | dokumen, triangulasi sumber dan teknik                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | motivasi, kepatuhan aturan, serta kesiapan reintegrasi sosial narapidana.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 4. | Fatma Zakiyya Amanullah, Kusyogo Cahyo, Aditya Kusumawati (Amanullah et al., 2018) | Adaptasi psikologis sosial istri korban (KDRT) di kabupaten pati (studi kualitatif pada istri korban di kabupaten pati) | Wawancara mendalam                                                                                   | kualitatif dengan pendekatan fenomenologi                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Adaptasi korban tidak hanya dari perilaku pribadi, tapi juga lingkungan seperti dukungan keluarga (emosional, informatif, penghargaan) dan teman sebaya yang membantu mengatasi masalah. Persepsi diri pasca-KDRT cenderung negatif (malu, rendah diri), tapi regulasi diri kuat berkat motivasi internal dan eksternal, meski stigma masyarakat seperti gosip masih menghambat. Masyarakat dan aparat (RT, polisi) membantu, tapi persepsi KDRT sebagai urusan internal keluarga kurangi pelaporan |
| 5. | Agoes Dariyo (Dariyo, 2023)                                                        | Penerapan Konseling Krisis untuk Mengatasi Trauma Psikologis Korban Perundungan Remaja Perempuan                        | Wawancara mendalam ( <i>in-depth interview</i> ), observasi, informed consent, dan catatan lapangan. | kualitatif                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Hasil Kesimpulan menunjukkan Konseling krisis terbukti cukup efektif dalam mengatasi trauma psikologis korban perundungan. Melalui proses katarsis, partisipan mampu mengungkapkan pengalaman traumatis, menerima pengalaman masa lalu, mengubah pola pikir menjadi lebih positif, meningkatkan kepercayaan diri, serta memiliki harapan dan kesiapan menghadapi masa depan                                                                                                                         |
| 6. | Mitro Subroto, Muhammad arjuna febrianto (Subroto & Febrianto, 2024)               | Pola adaptasi dan strategi bertahan narapidana Perempuan terpidana seumur hidup                                         | Wawancara mendalam, observasi partisipan, dan analisis dokumen                                       | <b>Populasi</b><br>Narapidana perempuan terpidana seumur hidup yang telah menjalani hukuman minimal 5 tahun<br><b>Variabel I</b> : Dukungan sosial, rutinitas, spiritualitas, Pendidikan<br><b>Variabel D</b> : Adaptasi dan strategi bertahan narapidana<br><b>Desain penelitian</b> : Kualitatif fenomenologi dengan analisis tematik | narapidana perempuan terpidana seumur hidup mengembangkan berbagai strategi adaptasi fisik, sosial, dan mental seperti dukungan sosial, rutinitas, spiritualitas, dan pendidikan untuk bertahan,                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

|                                                                               |                                                                                                                |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Panji sulistio, umar anwar (Sulistio & Anwar, 2022)                           | Faktor yang Mempengaruhi Masalah Kesehatan Mental pada Narapidana Blok Resiko Tinggi di Lapas Kelas I Semarang | Panduan wawancara, alat tulis, perekam suara, dokumen, dan laporan. Teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam ( <i>in-depth interview</i> ) dan dokumentasi. | <p><b>Populasi</b><br/>Narapidana Blok Risiko Tinggi (BRT) di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Semarang.</p> <p><b>Variabel I</b> : Faktor optimisme, penyesuaian diri, lingkungan sosial, dan lama masa tahanan.</p> <p><b>Variabel D</b> : Masalah kesehatan mental narapidana.</p> <p><b>Desain penelitian</b> : Penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Analisis data menggunakan tahapan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data (<i>display</i>), dan verifikasi.</p> | Hasil penelitian menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental narapidana di Blok Risiko Tinggi dipengaruhi oleh empat faktor utama, yaitu optimisme, penyesuaian diri, lingkungan sosial, dan lama masa tahanan. Proses adaptasi, dukungan keluarga, hubungan dengan sesama narapidana dan petugas, serta pembinaan keagamaan dan keterampilan berperan penting dalam menjaga kesehatan mental narapidana selama menjalani masa pidana |
| Refky Apriliansyah & Herry Fernandes Butar Butar (Apriliansyah & Butar, 2025) | Dukungan Keluarga Sebagai Upaya Narapidana Beradaptasi di Rutan Kelas IIB Takengon                             | Wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan analisis dokumen                                                                                                      | <p><b>Populasi</b><br/>5 narapidana dan beberapa petugas pemasyarakatan di Rutan Kelas IIB Takengon</p> <p><b>Variabel I</b> : Dukungan keluarga (emosional, informasional, material, spiritual)</p> <p><b>Variabel D</b> : Adaptasi psikologis narapidana</p> <p><b>Desain penelitian</b> : Kualitatif desain studi kasus dengan analisis tematik</p>                                                                                                                                       | Dukungan keluarga membantu meningkatkan kemampuan adaptasi, menurunkan stres, memperkuat motivasi mengikuti pembinaan, dan meningkatkan kesiapan reintegrasi sosial narapidana                                                                                                                                                                                                                                                       |

