

ABSTRAK

Anggi Hendriansyah: Bimbingan Agama Sebagai *Religious Coping* Dalam Mengurangi Stres Warga Binaan (Penelitian di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Banceuy Bandung)

Warga binaan memiliki potensi stres yang tinggi akibat kehilangan kebebasan, keterpisahan dari keluarga, serta berbagai tekanan selama menjalani masa pidana. Dalam kondisi tersebut, bimbingan agama dipandang tidak hanya sebagai program pembinaan spiritual, tetapi juga sebagai *religious coping* yang membantu individu menghadapi stres melalui pendekatan keagamaan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi stres warga binaan, proses bimbingan agama sebagai *religious coping*, dan hasil bimbingan agama sebagai *religious coping* dalam mengurangi stres warga binaan di Lapas Kelas IIA Banceuy.

Penelitian ini menggunakan teori bimbingan agama dari H.M. Arifin dan Zakiyah Darajat yang memposisikan bimbingan agama sebagai bantuan spiritual terstruktur, berpadu dengan teori *religious coping* dari Kenneth. I Pargament dan teori stres dari Edward P. Sarafino juga Richard Lazarus dan Susan Folkman. Melalui landasan teoritis tersebut, stres warga binaan dipahami sebagai akibat dari ketidakseimbangan antara tuntutan lingkungan Lapas dengan kapasitas diri warga binaan, sedangkan bimbingan agama Islam dikaji sebagai stimulus sistematis yang memfasilitasi warga binaan untuk menggunakan mekanisme *religious coping*.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus dan berpijak pada paradigma konstruktivisme. Data diperoleh melalui wawancara dengan lima orang informan, observasi partisipatif pasif, dan analisis dokumen.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa warga binaan mengalami stres yang ditandai dengan gejala fisik, kognisi, emosi, dan tingkah laku. Bimbingan agama berperan sebagai *religious coping* melalui kegiatan terstruktur yaitu kajian keagamaan dan membaca Al-Qur'an, yang melahirkan pemahaman nilai dan ajaran Islam bagi warga binaan, sehingga terlaksana praktik ibadah secara konsisten yang membuahkan pemaknaan ulang pengalaman hidup dan terjadilah internalisasi *religious coping*. Hasil intervensi spiritual ini terbukti secara signifikan mampu mereduksi stresor, menstabilkan emosi menjadi sabar dan ikhlas, mengubah cara pandang kognitif secara positif, serta merehabilitasi perilaku sosial warga binaan menjadi lebih adaptif. Dengan demikian, bimbingan agama terbukti berperan sebagai *religious coping* yang membantu warga binaan mengurangi stres selama menjalani masa pidana di Lapas Banceuy.

Kata kunci: bimbingan agama, *religious coping*, stres.