

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Kelas IIA Banceuy Bandung merupakan salah satu lembaga pemasyarakatan yang menampung lebih dari seribu orang warga binaan dengan berbagai latar belakang kasus pidana, dengan mayoritas kasus penyalahgunaan narkoba. Lembaga Pemasyarakatan atau yang biasa disingkat menjadi Lapas adalah tempat pembinaan bagi orang yang dijatuhi pidana penjara berdasarkan putusan pengadilan yang telah berkekuatan hukum tetap. Dalam sistem hukum Indonesia, Lapas bukan sekedar tempat menjalani hukuman, tetapi bagian dari sistem pemasyarakatan yang bertujuan membina narapidana agar menyadari kesalahan, memperbaiki diri, dan dapat kembali ke masyarakat sebagai individu yang bertanggung jawab. Hal ini telah diatur dalam Undang-Undang Nomor 22 Tahun 2022 tentang Pemasyarakatan, yang menegaskan bahwa pemasyarakatan berorientasi pada pembinaan kepribadian, pembinaan kemandirian, dan reintegrasi sosial. Lapas berada di bawah naungan Kementerian Imigrasi dan Pemasyarakatan (Kemenimpas), hasil pemecahan dari Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia (Kemenkumham).

Secara geografis, Lapas Banceuy terletak di tengah Kota Bandung, tepatnya di Jalan Soekarno-Hatta No.187 A, Kb. Lega, Kec. Bojongloa Kidul, Kota Bandung, dengan fasilitas yang tergolong memadai dan program pembinaan yang terstruktur, meliputi pembinaan kepribadian dan pembinaan kemandirian. Namun, dibalik keteraturan sistem pembinaan tersebut, tersimpan dinamika psikologis yang

cukup kompleks. Berdasarkan observasi awal dan wawancara singkat peneliti yang dilakukan pada tanggal 14 Januari 2026 bersama tiga orang warga binaan, ditemukan bahwa warga binaan mengalami tekanan psikologis hingga stres. Secara konseptual, stres dipahami sebagai respons psikologis dan biologis individu terhadap tekanan yang dipersepsikan melebihi kapasitas adaptasinya. Stres menjadi masalah utama warga binaan karena tekanan psikologis yang mereka alami bersumber dari kondisi struktural lapas dan berlangsung secara berkelanjutan.

Kondisi stres warga binaan tercermin dari beberapa gejala stres yang dialami. Pertama, dilihat dari gejala fisik. Warga binaan mengalami kesulitan untuk tidur dan sering terbangun tengah malam serta kehilangan nafsu makan hingga menyebabkan berat badan turun, bahkan menimbulkan penyakit seperti sakit kepala hingga penyakit kulit. Kedua, gejala kognisi. Warga binaan memiliki kekhawatiran terhadap masa depan, terutama dalam hal pekerjaan dan stigma negatif dari masyarakat terhadap mantan narapidana. Ketiga, dari gejala emosi. Saat pertama kali masuk lapas, mereka merasa *shock* karena hukuman yang mereka terima, ditambah berada di lingkungan baru dan suasana yang berbeda, merasa bersalah, dan penuh penyesalan selama menjalani masa hukuman. Keempat, aspek tingkah laku. Dilihat dari gejala tingkah laku, warga binaan cenderung menarik diri ketika lingkungan di dekat mereka terasa membuat tidak nyaman atau sedang dalam keadaan stres. Hal tersebut dilakukan agar menghindari perselisihan maupun konflik.

Gejala fisik, kognisi, emosi, dan tingkah laku yang telah disebutkan menunjukkan bahwa stres yang dialami oleh warga binaan tidak berdiri sendiri,

melainkan muncul akibat serangkaian reaksi yang saling memengaruhi, dimulai dari kognitif yang negatif, tekanan emosional, diikuti perubahan sikap, hingga berdampak pada kondisi fisik.

Fenomena stres yang terjadi pada warga binaan di lapas kelas IIA Banceuy ini sejalan dengan laporan Badan Narkotika Nasional (BNN) dan Badan Riset dan Inovasi Nasional (BRIN) (2023) yang menunjukkan bahwa sekitar 35–45% warga binaan di Indonesia mengalami gangguan psikologis dengan tingkat stres sedang hingga tinggi akibat proses adaptasi terhadap kehidupan di dalam Lapas. Berdasarkan data tersebut, ditemukan bahwa fakta di lapangan dengan data nasional BNN dan BRIN terdapat keselarasan, yang menegaskan bahwa stres warga binaan bukan hanya masalah personal, melainkan masalah struktural yang dialami oleh banyak lapas dan sudah melekat pada sistem pemasyarakatan dan kondisi kehidupan di lapas, sehingga memerlukan pendekatan pembinaan yang lebih komprehensif. Jika stres ini tidak ditangani secara tepat, dapat menimbulkan perilaku agresif, penolakan terhadap program pembinaan, atau bahkan tindakan destruktif seperti melukai diri sendiri. Kondisi ini menegaskan pentingnya model pembinaan yang tidak hanya berorientasi pada disiplin dan kepatuhan hukum, tetapi juga memperhatikan dimensi psikologis dan spiritual warga binaan.

Salah satu program yang telah lama dijalankan di Lapas Kelas IIA Banceuy adalah bimbingan kepribadian berupa bimbingan agama, khususnya agama Islam, mengingat mayoritas warga binaannya beragama Islam. Program ini mencakup kajian keagamaan dan berantas buta huruf Al-Qur'an. Dalam perspektif ilmu dakwah, kegiatan bimbingan agama yang dilaksanakan di lembaga pemasyarakatan

dapat dipahami sebagai bentuk dakwah dalam setting institusional yang bertujuan melakukan transformasi kepribadian dan spiritual individu. Dakwah tidak hanya dimaknai sebagai penyampaian pesan keagamaan di ruang publik, tapi juga sebagai proses pembinaan dan pendampingan individu yang mengalami krisis moral, sosial, maupun psikologis. Secara umum, kegiatan tersebut bertujuan memperkuat keimanan dan moralitas warga binaan. Namun, hasil pengamatan menunjukkan bahwa bimbingan agama memiliki fungsi yang lebih mendalam daripada sekadar pembelajaran keagamaan, yakni menjadi sarana penenangan batin dan pengendalian stres di tengah tekanan hidup di dalam Lapas.

Dari program bimbingan agama yang telah dilakukan, bimbingan agama dapat berfungsi sebagai *religious coping*, yaitu strategi menghadapi stres melalui pendekatan spiritual. Melalui bimbingan agama, warga binaan diarahkan untuk memahami makna penderitaan, memperkuat kesabaran dan tawakal, serta menemukan harapan baru meski berada dalam keterbatasan. Nilai-nilai seperti sabar, ikhlas, syukur, dan taubat menjadi pegangan spiritual yang membantu mereka mengelola emosi, menurunkan kecemasan, dan menumbuhkan ketenangan batin.

Menurut Pargament (1997), *religious coping* merupakan upaya individu menghadapi stres dengan melibatkan sistem kepercayaan dan hubungan dengan Tuhan. Dalam konteks pembinaan di Lapas Banceuy, konsep *religious coping* menjadi kerangka yang tepat untuk memahami bagaimana warga binaan memanfaatkan aktivitas keagamaan sebagai sumber kekuatan dalam menghadapi tekanan psikologis. Kegiatan seperti salat berjamaah, dzikir, dan membaca Al-

Qur'an tidak hanya bernilai ibadah, tetapi juga berfungsi sebagai terapi spiritual yang membantu warga binaan menata pikiran dan perasaan mereka. Bimbingan agama membantu mereka menafsirkan hukuman bukan sebagai akhir kehidupan, melainkan sebagai ujian dan peluang untuk memperbaiki diri.

Dari sisi spiritualitas Islam, mekanisme *religious coping* bekerja melalui aktivitas-aktivitas seperti doa dan dzikir yang menurunkan ketegangan emosional, tawakal yang melatih penerimaan terhadap takdir, serta tobat yang menghapus perasaan bersalah. Selain itu, kebersamaan dalam kegiatan ibadah juga membentuk dukungan sosial yang memperkuat solidaritas dan rasa optimisme antarwarga binaan. Dengan demikian, bimbingan agama mampu mengintegrasikan aspek kognitif (pemaknaan hidup), afektif (pengendalian emosi), dan spiritual (hubungan dengan Tuhan) dalam membantu warga binaan menghadapi tekanan hidup.

Sejumlah penelitian terdahulu memang telah menyoroti peran bimbingan keagamaan dalam pembinaan di Lapas, seperti penelitian yang dilakukan oleh Shofiya Zahran Assajidi (2024) berjudul “Pengaruh Pembinaan Kerohanian Islam Terhadap Kecemasan Warga Binaan Di Lapas Kelas IIA Banceuy Bandung”. Penelitian tersebut dilakukan di tempat yang sama, namun masih terbatas pada pengaruhnya terhadap tingkat kecemasan, belum secara mendalam mengkaji fungsi bimbingan agama sebagai strategi *religious coping* untuk mengurangi stres. Padahal, penelitian terbaru oleh Pawłowska et al. (2024) menunjukkan bahwa *religious coping* berhubungan negatif dengan keputusasaan melalui peningkatan *meaning in life* dan afektivitas positif. Artinya, semakin kuat kemampuan *religious coping* seseorang, semakin rendah tingkat stres dan keputusasaan karena ia mampu

menemukan makna dan keseimbangan emosional. Namun demikian, penelitian tersebut tidak menjelaskan dan mengkaji konteks lembaga pemasyarakatan maupun peran bimbingan agama Islam sebagai bentuk *religious coping* dalam mengurangi tingkat stres warga binaan.

Dari perspektif Bimbingan dan Konseling Islam, bimbingan agama dipandang sebagai proses pendampingan dan pemberian bantuan yang bertujuan membantu individu menghadapi permasalahan hidup melalui penguatan iman, pemaknaan spiritual, dan pembinaan akhlak. Dalam kajian ilmu dakwah, praktik tersebut juga berkaitan dengan konsep irsyad, yaitu proses pemberian bimbingan, arahan, dan pendampingan kepada individu maupun kelompok agar mampu kembali ke jalan yang benar sesuai nilai-nilai Islam. Irsyad menekankan pendekatan personal, empatik, dan dialogis dalam membantu individu memahami permasalahan hidupnya serta menemukan solusi berdasarkan ajaran agama. Pendekatan ini membantu individu mengelola tekanan batin, menata emosi, serta membangun sikap sabar, tawakal, dan ikhlas dalam menghadapi ujian hidup. Dengan demikian, bimbingan agama di lapas tidak hanya dapat dipahami sebagai aktivitas pembinaan spiritual, tetapi juga sebagai praktik dakwah melalui pendekatan irsyad yang berfungsi membantu warga binaan mengelola tekanan psikologis dan menemukan makna *religious* dalam pengalaman hidup mereka. Oleh karena itu, penelitian ini secara tegas berada dalam wilayah kajian Bimbingan dan Konseling Islam, bukan psikologi umum, karena fokus kajiannya menekankan peran bimbingan agama sebagai strategi *religious coping* berbasis nilai-nilai Al-

Qur'an dan Hadis dalam membantu warga binaan mengelola stres selama menjalani masa pidana.

Oleh karena itu, kajian tentang bimbingan agama sebagai *religious coping* dalam mengurangi stres warga binaan di Lapas Kelas IIA Banceuy menjadi sangat relevan untuk dilakukan. Penelitian ini tidak hanya bertujuan melihat hasil atau dampak akhir dari pelaksanaan bimbingan agama, tetapi lebih menekankan pada penggalian proses bagaimana bimbingan agama dimaknai, dijalani, dan berfungsi sebagai strategi *religious coping* dalam kehidupan sehari-hari warga binaan. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif melalui metode studi kasus, penelitian ini berupaya memahami secara mendalam pengalaman subjektif warga binaan, dinamika psikospiritual yang mereka alami, serta konteks sosial dan kelembagaan yang melingkupi proses pembinaan keagamaan. Secara akademik, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian Bimbingan dan Konseling Islam dengan perspektif empirik yang kontekstual, sementara secara praktis dapat menjadi rujukan dalam pengembangan program pembinaan keagamaan yang lebih responsif terhadap kebutuhan psikologis dan spiritual warga binaan.

B. Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini adalah peran bimbingan agama sebagai *religious coping* dalam mengurangi tingkat stres warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Banceuy. Penelitian ini menitikberatkan pada kondisi stres yang dialami oleh warga binaan, proses bimbingan agama berperan sebagai *religious coping*, serta hasil dari peran bimbingan agama sebagai *religious coping* dalam mengurangi stres pada warga binaan. Adapun pertanyaan dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana kondisi stres yang dialami oleh warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Banceuy?
2. Bagaimana proses bimbingan agama berperan sebagai *religious coping* dalam mengurangi stres warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Banceuy?
3. Bagaimana hasil dari bimbingan agama sebagai *religious coping* dalam membantu warga binaan mengurangi stres di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Banceuy?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan fokus penelitian dan pertanyaan penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengidentifikasi sekaligus mendeskripsikan kondisi stres yang dialami oleh warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Banceuy.
2. Untuk menganalisis bagaimana proses bimbingan agama berperan sebagai *religious coping* dalam mengurangi stres warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Banceuy.
3. Untuk mengetahui hasil dari peran bimbingan agama sebagai *religious coping* dalam membantu mengurangi stres warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Banceuy.

D. Kegunaan Penelitian

Setelah peneliti memaparkan tujuan penelitian yang dilakukan, tentunya peneliti berharap dengan sekurang-kurangnya kegunaan penelitian ini, baik secara

akademis maupun praktis. Maka dari itu, kegunaan penelitian akan dipaparkan dibawah ini, berikut diantaranya:

1. Secara Akademis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu di bidang Bimbingan dan Konseling Islam, khususnya dalam kajian integratif antara pendekatan keagamaan dan psikologi modern. Penelitian ini menambah khasanah ilmiah terkait penerapan bimbingan agama sebagai strategi *religious coping* dalam menghadapi tekanan psikologis, serta memperkuat teori-teori konseling Islam yang berorientasi pada pengelolaan stres dan kesejahteraan mental. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi penelitian lanjutan yang membahas intervensi keagamaan di lingkungan lembaga pemasyarakatan.

2. Secara Praktis

- a. Lembaga Pemasyarakatan

Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi lembaga pemasyarakatan, khususnya dalam merancang dan mengembangkan program pembinaan keagamaan yang tidak hanya berorientasi pada peningkatan religi, tetapi juga efektif dalam mengurangi stres dan meningkatkan kesehatan mental warga binaan.

- b. Bagi Petugas dan Pembina Keagamaan

Bagi petugas dan pembina keagamaan, penelitian ini dapat menjadi panduan dalam menyusun metode bimbingan agama yang lebih aplikatif dan berorientasi pada kesejahteraan psikologis.

c. Bagi warga binaan

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi bukti betapa pentingnya program bimbingan agama bagi warga binaan dalam menghadapi tekanan psikologis selama menjalani masa pidana di dalam Lapas. Dengan begitu, warga binaan menjadi lebih semangat dalam berpartisipasi mengikuti program bimbingan agama.

E. Tinjauan Pustaka

1. Landasan Teoritis

Penelitian ini mengacu pada sumber-sumber teori yang berkaitan dengan penelitian. Penelitian ini didasarkan pada pemikiran bahwa stres yang dialami individu dapat dikelola melalui berbagai strategi, salah satunya melalui pendekatan keagamaan. Dalam konteks penelitian ini, bimbingan agama dipahami sebagai sarana yang memfasilitasi warga binaan untuk mengembangkan mekanisme *religious coping* dalam menghadapi tekanan selama menjalani masa pidana. Oleh karena itu, landasan teoritis penelitian ini akan mengintegrasikan konsep bimbingan agama, teori stres dan *religious coping*.

Menurut Zakiah Darajat (1982), bimbingan agama merupakan kebutuhan batin atau psikologis manusia yang berfungsi mengatur dan mengendalikan sikap, pandangan hidup, serta perilaku seseorang dalam menghadapi berbagai persoalan kehidupan. Dengan demikian, agama dapat dipahami sebagai pedoman atau jalan hidup yang diyakini dan dipegang teguh sejak masa kecil. Sedangkan menurut H. M. Arifin (1982), bimbingan agama

adalah upaya memberikan bantuan kepada individu yang mengalami kesulitan, baik secara lahiriah maupun batiniah, yang berkaitan dengan kehidupannya saat ini maupun di masa mendatang. Bantuan tersebut berfokus pada penguatan aspek mental dan spiritual, agar seseorang mampu menghadapi permasalahannya dengan potensi diri sendiri melalui kekuatan iman dan ketakwaan kepada Tuhan.

Berdasarkan pandangan Zakiah Darajat dan H. M. Arifin, bimbingan agama dapat dimaknai sebagai suatu proses pemberian bantuan kepada individu maupun kelompok yang mengalami permasalahan lahir maupun batin dengan menggunakan pendekatan nilai-nilai ajaran agama Islam, baik dari segi materi maupun metode. Dalam konteks lembaga pemasyarakatan, bimbingan agama tidak hanya berfungsi sebagai pembinaan spiritual, tetapi juga menjadi sarana penguatan psikologis dalam menghadapi berbagai tekanan selama menjalani masa pidana.

Hubungan bimbingan agama dan pengelolaan stres dapat dijelaskan melalui teori *Stres and Coping* yang dikembangkan oleh Richard S. Lazarus dan Susan Folkman (1984). Menurut teori ini, stres merupakan hasil interaksi antara individu dan lingkungannya. Stres muncul ketika individu menilai suatu situasi sebagai ancaman atau tuntutan yang melebihi kemampuan dirinya untuk mengatasinya. Lazarus dan Folkman menjelaskan bahwa pengalaman stres dipengaruhi oleh proses cognitive appraisal, yaitu bagaimana individu menilai dan memaknai suatu peristiwa. Dengan demikian, situasi yang sama dapat

menimbulkan tingkat stres yang berbeda-beda pada setiap individu karena dipengaruhi persepsi dan sumber daya yang dimiliki masing-masing.

Untuk mengurangi kesulitan tersebut, seseorang akan memakai berbagai cara *coping* guna mengurangi atau menghadapi stres yang dialaminya. Lazarus dan Folkman (1984) membagi *coping* menjadi dua jenis utama, yaitu *problem-focused coping* yang berpusat pada penyelesaian masalah dan *emotion-focused coping* yang berpusat pada pengelolaan respon emosional. Pada kondisi tertentu, terutama saat seseorang menghadapi situasi yang sulit diubah seperti terasing di dalam lapas, strategi pada emosi menjadi lebih umum karena individu berusaha menyesuaikan diri dengan situasi yang sedang dialami.

Salah satu bentuk *coping* yang berfokus pada emosi yang sering digunakan adalah *religious coping*. Gagasan ini dikemukakan oleh Kenneth I. Pargament (1997) yang mengemukakan bahwa individu sering kali memanfaatkan nilai, keyakinan, dan praktik keagamaan sebagai sumber daya dalam menghadapi tekanan hidup. Menurut Pargament, agama bukan sekadar sistem keyakinan, melainkan juga berfungsi sebagai mekanisme psikologis yang membantu individu untuk mencari makna, harapan, ketenangan, dan kekuatan saat menghadapi situasi sulit.

Dalam pandangan Islam, gagasan mengenai *religious coping* tercermin dalam banyak ajaran seperti kesabaran, kepercayaan, rasa syukur, doa, dzikir, dan introspeksi diri. Abu Raiya dan Pargament (2010) menyebut bahwa umat muslim sering mengandalkan praktik-praktik keagamaan sebagai alat untuk menyikapi beban psikologis, menambah ketenangan jiwa, dan memperkuat

ikatan dengan Allah SWT. Dengan pendekatan ini, individu tidak hanya berusaha meredakan tekanan, tetapi juga memberikan makna pada pengalaman hidup yang dihadapi sebagai bagian dari keputusan dan kebijaksanaan yang dikehendaki oleh Allah SWT.

Berdasarkan penjelasan tersebut, penelitian ini berlandaskan pada keyakinan bahwa warga binaan yang menghadapi berbagai tekanan selama menjalani masa hukuman akan berusaha melakukan *coping* terhadap tekanan yang dirasakan. Salah satu cara mengatasi kesulitan tersebut adalah melalui keagamaan yang ditawarkan melalui program bimbingan agama di Lapas Kelas IIA Banceuy. Dengan kegiatan pengajian, membaca Al-Qur'an, salat berjamaah, dzikir, hingga berdoa, para warga binaan berkesempatan memperdalam spiritualitas mereka, menafsirkan kembali makna hidup, serta menumbuhkan sikap sabar, berserah diri, dan menerima keadaan. Dengan demikian, pembinaan keagamaan dipandang sebagai metode yang membantu kinerja dalam mengelola stres melalui mekanisme *religious coping*, yang pada akhirnya dapat meningkatkan ketenangan pikiran dan kemampuan menyesuaikan diri selama masa pembinaan.

b. Kerangka Konseptual



Gambar 1.1 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual tersebut menggambarkan bahwa penelitian ini berangkat dari fenomena stres yang dialami oleh warga binaan selama menjalani masa pidana. Kehidupan di dalam lapas menuntut warga binaan untuk beradaptasi dengan berbagai perubahan yang menimbulkan stres memengaruhi kondisi fisik maupun psikologis.

Untuk membantu warga binaan menghadapi tekanan tersebut, Lapas kelas IIA Banceuy menyelenggarakan program bimbingan agama sebagai bagian dari pembinaan kepribadian. Dalam penelitian ini, bimbingan agama tidak hanya dipahami sebagai sarana untuk warga binaan memperoleh pemahaman agama, tetapi juga untuk membangun mekanisme penyesuaian diri

yang lebih positif. Warga binaan memanfaatkan nilai dan praktik agama sebagai cara untuk memahami, menerima, dan mengelola kondisi yang sedang mereka hadapi. Sehingga, bimbingan agama yang diikuti berperan sebagai *religious coping* yang mampu membantu warga binaan mengelola stres yang mereka alami. Dengan demikian, hasil dari proses bimbingan agama tidak hanya terlihat pada peningkatan aspek spiritual, tetapi juga pada berkurangnya gejala stres yang sebelumnya muncul.

F. Langkah-Langkah Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Kelas IIA Bancey, yang berlokasi di Jalan Soekarno-Hatta No.187 A, Kb. Lega, Kec. Bojongloa Kidul, Kota Bandung, Jawa Barat. Lapas ini merupakan salah satu institusi pemasyarakatan yang dikenal aktif dalam menyelenggarakan program pembinaan kepribadian, khususnya program pembinaan keagamaan Islam yang dilaksanakan secara rutin dan terstruktur.

Pemilihan lokasi ini bukan hanya didasarkan pada ketersediaan program yang relevan dengan fokus penelitian, tetapi juga karena Lapas Banceuy memiliki karakteristik warga binaan yang heterogen, serta memiliki pembina dan petugas keagamaan yang aktif mendampingi proses bimbingan spiritual. Hal ini menjadi latar yang tepat untuk mengkaji bagaimana bimbingan agama bisa dijadikan *religious coping* dalam mengurangi stres pada warga binaan secara mendalam melalui pendekatan kualitatif. Selain itu, peneliti juga pernah melaksanakan kegiatan magang di Lapas Kelas IIA Banceuy. Pengalaman tersebut memberikan

peneliti akses awal terhadap lingkungan, sistem pembinaan, serta relasi yang mendukung proses pengumpulan data secara lebih efektif dan etis. Selain itu,

Dengan mempertimbangkan faktor relevansi program, aksesibilitas, dan pengalaman kedekatan lapangan yang sudah ada, maka Lapas Kelas IIA Banceuy dipandang sebagai lokasi yang tepat, strategis, dan layak untuk dijadikan sebagai tempat pelaksanaan penelitian ini.

2. Paradigma dan Pendekatan

Penelitian ini menggunakan paradigma konstruktivisme, yaitu pandangan bahwa realitas sosial merupakan hasil dari konstruksi manusia melalui pengalaman, interaksi, dan interpretasi terhadap dunia disekitarnya. Paradigma ini menolak pandangan realitas tunggal yang objektif, dan sebaliknya meyakini bahwa realitas bersifat subjektif, dibentuk oleh pemaknaan individual yang terus berkembang sesuai konteks sosial dan spiritual yang dialami seseorang (Burhan Bungin, 2011).

Dalam konteks penelitian ini, paradigma konstruktivisme menempatkan warga binaan pemasyarakatan sebagai subjek aktif yang membangun pengetahuan dan makna dari pengalaman hidupnya sendiri. Pengalaman mereka dalam mengikuti bimbingan agama Islam tidak dipahami secara mekanis sebagai program pembinaan semata, melainkan sebagai proses reflektif dan spiritual yang memunculkan pemaknaan baru terhadap diri, kehidupan, dan hubungannya dengan Tuhan. Oleh karena itu, pengukuran stres dalam penelitian ini tidak diukur secara kuantitatif, tetapi dipahami sebagai hasil dari transformasi makna

hidup, kedekatan spiritual, dan ketenangan batin yang dibangun melalui bimbingan agama Islam.

Sejalan dengan paradigma konstruktivisme, penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus. Pendekatan studi kasus dipilih karena memungkinkan peneliti menggali secara mendalam bagaimana proses bimbingan agama Islam dilaksanakan di Lapas Kelas IIA Banceuy serta bagaimana pengalaman tersebut berperan dalam pembentukan strategi *religious coping* pada warga binaan. Melalui studi kasus, fenomena yang diteliti dipahami sebagai suatu kesatuan yang utuh dan kontekstual menyelidiki “bagaimana” dan “mengapa” bimbingan agama dapat berfungsi sebagai mekanisme pengurangan stres.

Pendekatan studi kasus menuntut peneliti terlibat secara intensif dalam pengumpulan data melalui observasi, wawancara mendalam, dan penelaahan dokumen untuk memahami dinamika makna yang dibangun warga binaan. Perspektif interpretif digunakan untuk menafsirkan simbol, ucapan, dan tindakan mereka dalam memaknai bimbingan agama sebagai jalan *coping* terhadap tekanan psikologis dan sosial di lingkungan pemasyarakatan (Nasution, 2003).

Dengan menggabungkan paradigma konstruktivisme dan pendekatan studi kasus, penelitian ini diharapkan mampu menghadirkan gambaran yang autentik, kaya, dan kontekstual mengenai bagaimana warga binaan memaknai stres serta menemukan ketenangan batin melalui bimbingan agama Islam. Program bimbingan agama tidak hanya dilihat sebagai kegiatan ritual atau rutinitas pembinaan, tetapi sebagai mekanisme *religious coping* yang membantu

membentuk identitas diri, makna hidup, dan kesejahteraan psikospiritual warga binaan.

3. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami fenomena dalam konteks alaminya secara mendalam dengan menekankan pada makna, pengalaman, serta proses yang dialami partisipan (Moleong, 2019). Pendekatan ini tidak diarahkan untuk menguji hipotesis secara statistik, melainkan untuk mengungkap dinamika dan makna yang tersembunyi di balik fenomena sosial tertentu secara komprehensif.

Pendekatan ini dipilih karena fokus penelitian adalah untuk memahami bagaimana bimbingan agama Islam dimaknai dan digunakan oleh warga binaan sebagai bentuk *religious coping* dalam mengurangi stres selama menjalani masa pidana di Lapas Kelas IIA Banceuy. Proses *coping* tersebut bersifat reflektif, emosional, spiritual, dan sangat dipengaruhi oleh konteks kehidupan di dalam Lapas. Dengan demikian, fenomena ini tidak dapat dijelaskan melalui generalisasi angka, tetapi membutuhkan pendekatan yang mampu menangkap proses dan makna secara mendalam.

4. Jenis Data dan Sumber Data

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini merupakan data kualitatif, yaitu data yang bersifat deskriptif dan disajikan dalam bentuk kata-kata, ungkapan, serta narasi yang menggambarkan pengalaman dan makna subjektif dari warga binaan di Lapas Banceuy. Data kualitatif dipilih karena mampu

mengungkap secara mendalam bentuk dan indikator stres yang dialami warga binaan, proses pelaksanaan bimbingan agama sebagai strategi *religious coping*, serta hasil atau perubahan psikologis yang dirasakan setelah mengikuti kegiatan bimbingan agama. Pendekatan ini memungkinkan peneliti memahami dinamika psikologis dan spiritual warga binaan secara utuh, mencakup bagaimana mereka menilai tekanan hidup di dalam Lapas, cara mereka menemukan ketenangan melalui aktivitas keagamaan, serta sejauh mana bimbingan agama berperan dalam membantu mengurangi stres dan membentuk ketahanan mental. Dengan demikian, data yang diperoleh tidak hanya bersifat faktual, tetapi juga merepresentasikan makna batiniah dan proses transformasi spiritual yang dialami warga binaan selama menjalani masa pembinaan.

Menurut Bungin (2011), data kualitatif bertujuan untuk memahami makna dan proses dari suatu fenomena sosial yang dialami subjek penelitian. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, data diperoleh melalui hasil wawancara mendalam, catatan observasi, dokumen pendukung, serta refleksi verbal yang disampaikan oleh partisipan. Jenis data ini digunakan untuk menelusuri dinamika pengalaman spiritual, perubahan cara pandang, serta proses *religious coping* yang dijalani warga binaan melalui bimbingan agama.

Adapun sumber data dalam penelitian ini mencakup:

1) Sumber Data Primer

Sumber data primer berasal dari warga binaan yang aktif mengikuti program bimbingan agama, pembina dan petugas keagamaan yang terlibat langsung dalam pelaksanaan program di Lapas Banceuy. Warga binaan dipilih

karena mereka mengalami secara langsung proses pembinaan keagamaan dan memiliki pengalaman subjektif dalam mengelola stres melalui kegiatan religi. Sementara itu, keterlibatan pembina dan petugas keagamaan penting karena mereka dapat memberikan pandangan reflektif dan objektif terkait pelaksanaan program, proses pendampingan, serta perubahan yang terlihat pada warga binaan.

2) Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder diperoleh dari berbagai dokumen dan catatan tertulis, seperti arsip lembaga pemasyarakatan, modul pembinaan keagamaan, laporan kegiatan, hasil monitoring dan evaluasi, serta literatur ilmiah yang relevan dengan penelitian. Data sekunder ini berfungsi untuk melengkapi dan memperkuat hasil temuan dari sumber primer, sekaligus memberikan konteks yang lebih luas mengenai pelaksanaan bimbingan agama Islam di Lapas.

Dengan menggabungkan data dari kedua sumber tersebut dan menggunakan pendekatan kualitatif yang menekankan pada kedalaman makna dan refleksi spiritual, penelitian ini diharapkan mampu menyajikan gambaran yang utuh, reflektif, dan komprehensif mengenai peran bimbingan agama Islam sebagai *religious coping* dalam mengurangi stres warga binaan di Lapas Kelas IIA Banceuy Bandung.

5. Penentuan Informan atau Unit Penelitian

a. Informan dan Unit Analisis

Dalam penelitian kualitatif, informan merupakan individu yang menjadi subjek utama penggalan data, karena memiliki pengalaman

langsung, pengetahuan, serta keterlibatan aktif terhadap fenomena yang sedang diteliti (Moleong, 2019). Dalam penelitian ini, informan utama adalah warga binaan Lapas Kelas IIA Banceuy yang mengikuti program bimbingan agama Islam secara aktif dan reflektif. Selain warga binaan, informan pendukung berasal dari ustadz atau pembina lapas, dan petugas pemasyarakatan yang memiliki pengamatan langsung terhadap proses pembinaan dan perkembangan warga binaan.

Sementara itu, unit analisis dalam penelitian ini adalah narasi atau tuturan lisan yang dihasilkan informan, yang mengungkap pengalaman batin, proses refleksi, dan makna yang mereka rasakan selama mengikuti program bimbingan agama. Unit analisis dapat berupa transkrip wawancara, catatan observasi, serta dokumen terkait yang relevan dengan proses bimbingan agama warga binaan (Bungin, 2011).

b. Teknik Penentuan Informan

Pemilihan informan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu memilih secara sengaja individu yang dianggap memiliki informasi paling relevan, kaya, dan mendalam sesuai dengan fokus dan tujuan penelitian (Sugiyono, 2015). Pemilihan ini akan dibantu oleh petugas bimbingan agama karena dianggap orang yang paling tahu kondisi warga binaan itu sendiri. Dengan teknik purposive sampling, peneliti akan memperoleh informasi yang akurat, mendalam, dan kontekstual, sehingga mendukung pemahaman yang komprehensif terhadap proses bimbingan agama pada warga binaan.

Jumlah informan dalam penelitian kualitatif tidak ditentukan secara pasti, melainkan berdasarkan prinsip kejenuhan data (*data saturation*), yaitu ketika informasi yang diperoleh dianggap cukup mewakili fenomena yang diteliti. Dalam penelitian ini, akan melibatkan lima orang, yang terdiri dari:

- 1) Tiga orang warga binaan Lapas Kelas IIA Banceuy yang aktif mengikuti program bimbingan agama dan mengalami stres selama berada di Lapas Kelas IIA Banceuy.
- 2) Dua informan pendukung, yaitu petugas pembinaan dan pembina keagamaan. Petugas pembinaan yang dipilih ialah yang bertugas mendampingi dan aktif berinteraksi dengan warga binaan yang mengikuti program bimbingan agama. Sedangkan Pembina keagamaan adalah ustadz yang memiliki jadwal mengisi kajian di Lapas Kelas IIA Banceuy.

Jumlah tersebut dianggap memadai untuk memperoleh data yang mendalam mengenai peran bimbingan agama sebagai *religious coping* dalam mengurangi stres warga binaan. Namun jika ternyata belum memadai, maka akan dilakukan penambahan informan.

6. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian kualitatif, teknik pengumpulan data harus mampu menangkap makna subjektif yang dialami oleh subjek penelitian. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan tiga teknik utama: observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan analisis dokumen. Ketiga teknik ini

dipilih karena saling melengkapi dalam menggali makna, pengalaman, serta konteks nyata dari warga binaan yang mengikuti program bimbingan agama.

a. Observasi Partisipatif

Observasi dilakukan dengan cara mengamati langsung aktivitas warga binaan selama kegiatan bimbingan agama Islam berlangsung, seperti pengajian dan membaca Al-Quran. Observasi ini bersifat partisipatif pasif, di mana peneliti hadir sebagai pengamat namun tetap menjaga interaksi dengan subjek penelitian (Bungin, 2011). Prayitno juga menyebutkan bahwa observasi yang dilakukan secara sistematis dan penuh perhatian mampu menangkap aspek perilaku yang tidak selalu bisa diungkap melalui kata-kata (Prayitno, 2009). Catatan lapangan akan dibuat secara sistematis untuk mendokumentasikan temuan-temuan dari proses observasi.

b. Wawancara Mendalam

Teknik utama dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam (*in-depth interview*). Wawancara ini bersifat terbuka dan fleksibel, memungkinkan informan menggambarkan pengalaman mereka secara naratif, reflektif, dan emosional. Dalam pendekatan studi kasus, wawancara digunakan untuk menggali struktur makna dan kesadaran pengalaman dari perspektif subjek penelitian (Moleong, 2019). Wawancara ini akan dilakukan secara semi-terstruktur, yaitu dengan pedoman pertanyaan terbuka yang memungkinkan dialog berkembang secara alami.

c. Analisis Dokumen

Analisis dokumen dilakukan untuk mengkaji data tertulis dan rekaman kegiatan yang berkaitan dengan pelaksanaan program bimbingan agama. Dokumen yang dikaji meliputi: jadwal kegiatan, laporan pembinaan, dan dokumen internal lain yang relevan. Menurut Bungin (2011), analisis dokumen mendukung triangulasi data dan memperkuat pemahaman terhadap konteks sosial dan administratif dari fenomena yang diteliti. Ketiga teknik ini digunakan secara terpadu untuk mendukung triangulasi teknik, yaitu strategi pengumpulan data dari berbagai sumber dan teknik guna meningkatkan keabsahan dan kedalaman temuan penelitian.

7. Teknik Penentuan Keabsahan Data

Untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan dalam penelitian ini kredibel dan merepresentasikan pengalaman warga binaan secara mendalam, digunakan teknik triangulasi sebagai strategi utama dalam penentuan keabsahan data. Triangulasi dipilih karena sejalan dengan pendekatan studi kasus dan paradigma konstruktivisme yang menekankan pentingnya keberagaman perspektif dan makna subjektif dalam memahami realitas (Moleong, 2019).

Triangulasi merupakan proses pengecekan kebenaran data dengan membandingkan data dari berbagai sumber, teknik, atau waktu secara sistematis (Bungin, 2011). Namun, dalam penelitian ini, triangulasi dilakukan dalam dua bentuk. Pertama, triangulasi sumber, yakni

membandingkan informasi dari berbagai informan seperti antar warga binaan, pembina keagamaan, dan petugas Lapas. Tujuannya adalah untuk menemukan kesesuaian atau perbedaan pandangan yang dapat memperkuat pemahaman terhadap fenomena yang diteliti.

Kedua, digunakan triangulasi teknik, yaitu dengan menggunakan lebih dari satu metode pengumpulan data wawancara mendalam, observasi, dan analisis dokumen. Masing-masing teknik memiliki kekuatan tersendiri: wawancara menggali makna subjektif, observasi menangkap perilaku nyata, dan dokumen menyediakan informasi faktual yang mendukung (Moleong, 2019).

Selain triangulasi, penulis juga akan menggunakan teknik member check. Member check adalah teknik dalam penelitian kualitatif yang memastikan data dengan cara mengonfirmasi kembali hasil data atau temuan kepada informan yang telah diwawancarai. Menurut Lexy J. Moleong, member check dilakukan dengan meminta informan meninjau kembali data hasil wawancara atau interpretasi peneliti agar sesuai dengan pengalaman dan maksud sebenarnya dari informan (Moleong, 2019).

Dengan penerapan triangulasi dan member check, diharapkan keabsahan data dalam penelitian ini dapat terjamin, sehingga hasilnya benar-benar menggambarkan realitas subjektif warga binaan secara autentik dan utuh.

8. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kualitatif, analisis data tidak dilakukan secara terpisah di akhir penelitian, melainkan berlangsung secara terus-menerus sejak awal pengumpulan data hingga tahap pelaporan hasil penelitian. Oleh karena itu, teknik analisis data dalam penelitian ini mengikuti pendekatan Miles dan Huberman, yang mencakup tiga tahap utama: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi (Miles et.al, 2014; Moleong, 2019).

Reduksi data merupakan tahap awal yang sangat penting. Pada tahap ini, peneliti melakukan proses pemilahan, penyederhanaan, dan pemfokusan data mentah yang diperoleh dari wawancara, observasi, maupun dokumen. Tujuannya adalah untuk mengambil data yang relevan dengan fokus penelitian dan membuang data yang tidak diperlukan. Reduksi data membantu peneliti untuk mulai menemukan pola-pola dan tema utama dari narasi warga binaan mengenai proses transformasi dirinya.

Setelah data direduksi, langkah selanjutnya adalah penyajian data. Data yang telah disusun berdasarkan tema dan kategori tertentu kemudian disajikan dalam bentuk narasi, kutipan langsung, tabel kategorisasi, atau matriks. Penyajian ini memungkinkan peneliti dan pembaca untuk melihat gambaran utuh dari fenomena yang diteliti, termasuk hubungan antar tema dan konteks sosialnya (Sugiyono, 2015). Misalnya, penyajian kutipan langsung dari narasi warga binaan mengenai pengalaman shalat duha di

kamar tahanan memberikan gambaran konkret tentang nilai spiritual yang terinternalisasi.

Tahap terakhir dalam proses analisis adalah penarikan kesimpulan atau verifikasi. Kesimpulan yang dihasilkan tidak bersifat final dan absolut, melainkan merupakan hasil interpretasi yang terus diverifikasi melalui proses triangulasi data dan refleksi kritis. Verifikasi dilakukan untuk memastikan bahwa interpretasi yang dibuat benar-benar mencerminkan makna dari informan, bukan sekadar persepsi peneliti (Bungin, 2011). Kesimpulan ini akan menjadi representasi dari pemahaman menyeluruh tentang bagaimana warga binaan mengalami transformasi kualitas diri melalui program Bimbingan Agama Islam.

Melalui tiga tahapan tersebut, teknik analisis data dalam penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan pemahaman yang otentik, mendalam, dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah mengenai pengalaman dan makna subjektif warga binaan.