

STRES ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK BERHADAPAN DENGAN HUKUMOcta Reni Setiawati^{1*}, Septa Lia Ariska², Randi Mursandi³¹Program Studi Psikologi, Universitas Malahayati Bandar Lampung
²⁻³CV. Ksatria Mahija

Email Korespondensi: ores.survive@gmail.com

Disubmit: 16 Desember 2023

Diterima: 07 Januari 2024

Diterbitkan: 01 Maret 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i3.13412>**ABSTRAK**

Anak berhadapan dengan hukum adalah anak yang menjadi korban tindak pidana, saksi tindak pidana, dan anak yang melakukan tindakan melawan hukum atau berkonflik dengan hukum (Soesilo, 2008). Akhir-akhir ini kejadian kasus anak berhadapan dengan hukum sangat memprihatinkan. Keberadaan anak berhadapan hukum dalam keluarga akan menjadi stressor tersendiri bagi setiap anggota keluarga karena dapat menjadi beban bagi keluarga baik secara mental maupun materil. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat stres orang tua anak berhadapan hukum. Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat (PPM) dilakukan dengan metode sosialisasi pengenalan tingkat stres, dengan dilakukan pemberian kuesioner stres, dan didapati hasil bahwa orangtua dengan anak berhadapan hukum memiliki tingkat stres sedang. Kesimpulan dari pengabdian ini adalah kegiatan sosialisasi stres orang tua dengan anak berhadapan hukum yang dilaksanakan di UPTD PKS Insan Berguna dapat memberikan dampak positif terhadap pengetahuan orang tua mengenai tingkat stres mereka dan bagaimana cara dalam mengelola stres mereka. Diharapkan dengan peningkatan pengetahuan ini akan menambah wawasan orangtua, sehingga dapat mereduksi tingkat stresnya. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar dapat menambahkan pelatihan manajemen stres orang tua yang memiliki anak berhadapan dengan hukum.

Kata Kunci: Orangtua, Stres, Anak Berhadapan Hukum**ABSTRACT**

Children in conflict with the law are children who are victims of criminal acts, witnesses to criminal acts, and children who commit acts against the law or are in conflict with the law (Soesilo, 2008). Recently, cases of children in conflict with the law have been very worrying. The presence of children facing the law in the family will be a stressor for each family member because it can be a burden on the family both mentally and materially. The purpose of this service is to find out the stress level of parents of children facing the law. The implementation of Community Service activities (PPM) was carried out using the socialization method of recognizing stress levels, coping stress and then administering stress questionnaires, and the results were found that parents with children in conflict with the law had moderate stress levels. The conclusion of this service is that the stress socialization activities between parents and children in conflict with the law carried out at UPTD PKS Insan Berguna can have

a positive impact on parents' knowledge about their stress levels and how to manage their stress. It is hoped that this increase in knowledge will increase parents' insight, thereby reducing their stress levels. It is hoped that future researchers can add stress management training for parents who have children in conflict with the law.

Keywords: *Parents, Stress, Children in Conflict with the Law*

1. PENDAHULUAN

Orangtua merupakan tempat pertama bagi anak untuk memperoleh pengetahuan, pembentukan kepribadian, dan pembinaan mental. Orangtua berharap memiliki anak yang beretika dan bermoral baik. Namun saat ini banyak sekali anak-anak yang menyimpang dari norma sosial salah satunya anak yang berhadapan dengan hukum. Anak berhadapan dengan hukum adalah anak yang menjadi korban tindak pidana, saksi tindak pidana, dan anak yang melakukan tindakan melawan hukum atau berkonflik dengan hukum (Soesilo, 2008) Anak berhadapan dengan hukum (ABH) meliputi anak yang berkonflik dengan hukum dan anak korban tindak pidana. Tindakan melawan hukum merupakan salah satu bentuk penyimpangan perilaku. Menurut (Lawang, 2010), penyimpangan perilaku adalah semua tindakan yang menyimpang dari norma yang berlaku dalam sistem sosial dan menimbulkan usaha dari mereka yang berwenang dalam sistem itu untuk memperbaiki perilaku menyimpang.

Ruby dan Willis (Sri, 2012) mengatakan bahwa salah satu faktor penyebab timbulnya kenakalan remaja ini dapat disebabkan oleh kondisi lingkungan yang sangat beragam. Hal ini dapat berakibat terjadinya berbagai permasalahan sosial pada anak diantaranya; penyimpangan perilaku baik pada anak maupun pada orang dewasa, seperti tindak kekerasan, pencurian, pelecehan seksual, tawuran dan lainlain yang menyebabkan anak berhadapan dengan hukum. Perilaku menyimpang yang biasa dikenal dengan nama penyimpangan sosial karena mengganggu ketertiban orang lain atau masyarakat, merupakan perilaku yang tidak sesuai dengan nilai-nilai kesusilaan atau kepatutan (kemanusiaan), baik dalam sudut pandang moral (agama) secara individual maupun masyarakat. Akhir- akhir ini kejadian kasus anak berhadapan dengan hukum sangat memprihatinkan meliputi kasus anak yang menjadi korban tindak pidana ataupun kasus anak yang berkonflik dengan tindak pidana.

Hal ini sejalan dengan Kementerian Sosial RI. Menurut Pusdatin (2009) menemukan bahwa Masalah Anak Berhadapan dengan hukum (ABH) tersebut telah menjadi perhatian jumlah anak nakal sebanyak 148.371 jiwa dari populasi anak 64.359.706 jiwa (Kompilasi Data Departemen Sosial 2009). Catatan kriminal mengenai anak di Indonesia seperti yang diutarakan oleh Direktur Bimbingan Kemasyarakatan dan Pengentasan Anak Ditjen Pemasyarakatan pada tahun 2017, menunjukkan data bahwa anak yang berada di lingkungan rutan dan lapas berjumlah 3.812 orang. Anak yang sedang dalam proses diversi sebanyak 5.229 orang, dan totalnya sekitar 10 ribu anak termasuk mereka yang sedang menjalani asimilasi, pembebasan bersyarat dan cuti jelang bebas (Nugroho, 2017). Data terkait kasus anak berhadapan dengan hukum adalah seperti yang diungkapkan oleh Direktorat Jenderal Pemasyarakatan Kementerian Hukum dan HAM per Mei 2018, dengan perhitungan total yang terbagi menjadi 2.644 anak berada di penjara

sebagai narapidana dan 995 anak lainnya dengan status sebagai tahanan (Bernie, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan (Nurhaeni, 2010) menemukan bahwa kejadian kasus anak berhadapan dengan hukum sangat memprihatinkan, berdasarkan kasus yang terjadi menunjukkan anak laki-laki lebih dominan terjerat dalam perilaku kejahatan. Hal ini juga sesuai dengan apa yang ditemukan oleh peneliti di Dinas Sosial tempat pengabdian bahwa mayoritas anak berhadapan hukum adalah dengan jenis kelamin laki-laki. Keberadaan anak berhadapan hukum dalam keluarga akan menjadi stressor tersendiri bagi setiap anggota keluarga terutama bagi orangtua karena dapat menjadi beban bagi keluarga baik secara mental maupun materil.

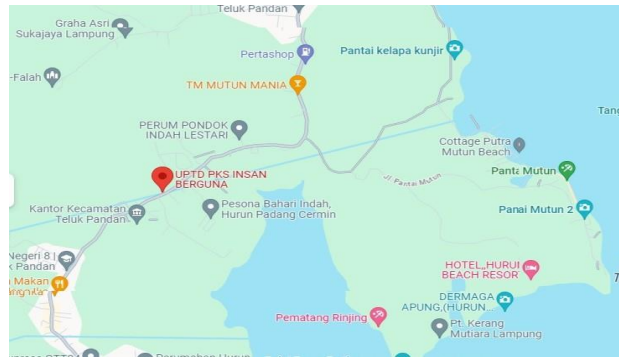
Stres adalah gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan, Stres juga bisa diartikan sebagai tekanan, ketegangan, gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang (Jenita, 2017). Stres juga merupakan gangguan kesehatan mental yang dihadapi seseorang akibat adanya tekanan yang berasal dari kebutuhan dan keinginan yang tidak dapat dipenuhi (Andriyani, 2019). Stress adalah suatu keadaan yang dapat mengakibatkan rasa tertekan, baik secara fisik maupun psikologis (Chaplin, 2002). Menurut Selye (dalam (Baqutayan, 2015), stress adalah suatu keadaan yang dapat membuat ketegangan dan berhubungan erat dengan faktor eksternal.

Stress adalah pola reaksi serta adaptasi umum yang dapat menimbulkan perasaan kurang atau tidak nyaman (Musradinur, 2016). Stres pada dosis yang kecil dapat berdampak positif bagi individu. Hal ini dapat memotivasi dan memberikan semangat untuk menghadapi tantangan. Sedangkan stres pada level yang tinggi dapat menyebabkan depresi, penyakit kardiovaskuler, penurunan respon imun, dan kanker (Jenita, 2017). Mengingat stres memiliki dampak negatif yang berbahaya bagi kesehatan fisik maupun psikologis sehingga peneliti tertarik untuk melakukan pengabdian guna mengetahui gambaran stres orangtua anak berhadapan hukum dengan harapan orangtua mengetahui dampak negatif dari stres yang mereka alami dan dapat mereduksi tingkat stres yang dialaminya.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

a. Masalah

Hasil survey menunjukkan bahwa anak berhadapan hukum sangat memprihatinkan banyak kasus-kasus yang telah terjadi. Dari hasil survey ditemukan anak laki-laki lebih dominan terjerat dalam perilaku kejahatan (Nurhaeni, 2010) Sebagai orangtua dengan anak berhadapan hukum pastinya mengalami stres tersendiri, karena hal tersebut bisa menjadi beban baik secara mental maupun materil. Mengingat belum adanya yang mengkaji mengenai stres orangtua anak berhadapan dengan hukum, maka tim pengabdian tertarik mengkaji bagaimana tingkat stres orangtua anak berhadapan hukum.



Gambar 1. Lokasi UPTD PKS INSAN BERGUNA

b. Tujuan

Untuk Mengetahui Tingkat Stress Orangtua Anak Berhadapan Hukum.

c. Rumusan Pertanyaan

Bagaimanakah Tingkat Stres Orangtua Anak Berhadapan Hukum?

d. Manfaat Kegiatan

- 1) Manfaat Teoretis : Sebagai referensi atas data yang telah ada, untuk bahan bacaan mengenai tingkat stres orangtua anak berhadapan hukum. Diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dan acuan dalam melakukan peneliti lain
- 2) Manfaat Praktis : Pengabdian ini sebagai gambaran serta pemahaman diri mengenai tingkat stres yang dialami orangtua anak berhadapan hukum dan dapat menambah wawasan keilmuan.

3. KAJIAN PUSTAKA

Orang tua merupakan pendidik utama dan pertama bagi anak-anak mereka, karena dari merekalah anak mula-mula menerima pendidikan. Dengan demikian bentuk pertama dari pendidikan terdapat dalam keluarga. Pada umumnya pendidikan dalam rumah tangga itu bukan berpangkal tolak dari kesadaran dan pengertian yang lahir dari pengetahuan mendidik, melainkan karena secara kodrati suasana dan strukturnya memberikan kemungkinan alami membangun situasi pendidikan. Situasi pendidikan itu terwujud berkat adanya pergaulan dan hubungan pengaruh mempengaruhi secara timbal balik antara orang tua dan anak (Daradjat, 2012) Orang tua atau ibu dan ayah memegang peranan yang penting dan amat berpengaruh atas pendidikan anak-anaknya. Pendidikan orang tua terhadap anak-anaknya adalah pendidikan yang didasarkan pada rasa kasih sayang terhadap anak-anak, dan yang diterimanya dari kodrat.

Orang tua adalah pendidik sejati, pendidik karena kodratnya. Oleh karena itu, kasih sayang orang tua terhadap anak-anak hendaklah kasih sayang yang sejati pula. Orangtua merupakan tempat pertama bagi anak untuk memperoleh pengetahuan, pembentukan kepribadian, dan pembinaan mental. Orangtua berharap memiliki anak yang beretika dan bermoral baik. Namun saat ini banyak sekali anak-anak yang menyimpang dari norma sosial salah satunya anak yang berhadapan dengan hukum.

Anak berhadapan dengan hukum adalah anak yang menjadi korban tindak pidana, saksi tindak pidana, dan anak yang melakukan tindakan melawan hukum atau berkonflik dengan hukum (Soesilo, 2008). Pandangan Kartini Kartono yang dikutip oleh Sambas (2013, 33-34) menyatakan bahwa

Anak yang berkonflik dengan hukum memiliki sifat kepribadian khusus yang menyimpang, seperti: 1) Hampir semua Anak yang berkonflik dengan hukum hanya berorientasi pada “masa sekarang”, bersenang-senang hari ini. Mereka tidak mau mempersiapkan bekal hidup bagi hari esok. Mereka tidak mampu membuat rencana bagi masa depannya. 2) Kebanyakan dari mereka terganggu secara emosional 3) Mereka kurang tersosialisasi dalam masyarakat normal, sehingga tidak mampu mengenal norma-norma kesucilaan, dan tidak bertanggung jawab secara sosial mereka suka menceburkan diri dalam kegiatan “tanpa pikir” yang merangsang kejantanan, walaupun mereka menyadari besarnya resiko dan bahaya yang terkandung di dalamnya 5) Hati nurani tidak ada atau kurang berfungsi dengan baik 6) Mereka kurang memiliki disiplin dan kontrol diri, sebab mereka memang tidak pernah dituntun dan dididik untuk melakukan hal tersebut. Keberadaan anak berhadapan hukum dalam keluarga akan menjadi stressor tersendiri bagi orang tua.

Menurut Charles D. Speilberger, menyebutkan stres adalah tuntutan-tuntutan eksternal yang mengenai seseorang misalnya objek dalam lingkungan atau sesuatu stimulus yang secara obyektif adalah berbahaya. Stres juga bisa diartikan sebagai tekanan, ketegangan, gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang (Jenita, 2017). Stres didefinisikan sebagai ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi oleh mental, fisik, emosional, dan spiritual manusia, yang pada suatu saat dapat mempengaruhi keadaan fisik manusia tersebut. Stres dapat dipandang dalam dua acara, sebagai stres baik dan stres buruk (distres). Stres yang baik disebut 9 stres positif sedangkan stres yang buruk disebut stres negatif. Stres buruk dibagi menjadi dua yaitu stres akut dan stres kronis (Widyastuti, 2004). Menurut Jenita DT Donsu (2017) secara umum stres dibagi menjadi dua yaitu : stres akut dan stres kronis, sedangkan menurut (Priyoto, 2014) menurut gejalanya stres dibagi menjadi tiga yaitu : stres ringan, sedang dan berat.

Ciri-ciri stres ringan yaitu semangat meningkat, penglihatan tajam, energy meningkat namun cadangan energinya menurun, kemampuan menyelesaikan pelajaran meningkat, sering merasa letih tanpa sebab, kadangkadang terdapat gangguan sistem seperti pencernaan, otak, perasaan tidak santai. Stres ringan berguna karena dapat memacu seseorang untuk berpikir dan berusaha lbih tangguh menghadapi tantangan hidup. Ciri-ciri stres sedang yaitu sakit perut, mules, otot-otot terasa tegang, perasaan tegang, gangguan tidur, badan terasa ringan. Ciri-ciri stres berat yaitu sulit beraktivitas, gangguan hubungan sosial, sulit tidur, negatifistic, penurunan konsentrasi, takut tidak jelas, kelelahan meningkat, tidak mampu melakukan pekerjaan sederhana, gangguan sistem meningkatm perasaan takut meningkat.

Persepsi terhadap stres diukur dengan menggunakan dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Cohen (1994) yang terdiri dari: Unpredictable (Seberapa kuat perasaan atau emosi individu yang tidak dapat diprediksi dalam kehidupannya), Uncontrollable (Seberapa kuat perasaan individu saat tidak dapat mengontrol segala hal yang terjadi pada dirinya), Overloaded (Seberapa kuat perasaan individu saat penuh dengan beban atau tuntutan). Stres yang dialami individu baik yang bersumber dari dalam diri maupun lingkungan akan menimbulkan dampak-dampak tertentu bagi individu yang mengalaminya. Individu yang mengalami stres dituntut agar mempunyai kemampuan untuk mengatasi stres yang agar tidak muncul keluhan - keluhan

atau gejala stres baik yang dirasakan pada fisik maupun psikis. Stres pada dosis yang kecil dapat berdampak positif bagi individu. Hal ini dapat memotivasi dan memberikan semangat untuk menghadapi tantangan. Sedangkan stres pada level yang tinggi dapat menyebabkan depresi, penyakit kardiovaskuler, penurunan respon imun, dan kanker (Jenita, 2017)

Dampak stres pada individu pada umumnya, individu yang mengalami ketegangan akan mengalami kesulitan dalam manajemen kehidupannya, sebab stres akan memunculkan kecemasan (anxiety) dan sistem syaraf menjadi kurang terkendali. Kondisi tersebut akan mengakibatkan tekanan darah meningkat dan darah lebih banyak dialihkan dari sistem pencernaan ke dalam otot-otot, sehingga produksi asam lambung meningkat dan perut terasa kembung serta mual. Oleh karena itu, stres yang berkepanjangan akan berdampak pada depresi yang selanjutnya juga berdampak pada fungsi fisiologis manusia, di antaranya gagal ginjal dan stroke. Pada dasarnya, penyakit disfungsi secara fisiologis itu diakibatkan oleh terganggunya kondisi psikologis seseorang. Sebagai contoh, perilaku agresif dan defensif individu dapat disebabkan oleh akumulasi stress yang tidak mampu dikenali dan dieliminir oleh individu. Selain itu, kondisi sosial ekonomi individu yang serba kekurangan dan lingkungan hidup (seperti di desa dan di kota besar) juga berpotensi melahirkan stres (Sukadiyanto, 2010).

4. METODE

Metode pelaksanaan sosialisasi ini dilakukan berdasarkan langkah-langkah berikut :

1. Tim pelaksana menyusun proposal kegiatan pengabdian masyarakat berupa sosialisasi untuk orang tua anak ABH di UPTD PKS INSAN BERGUNA.
2. Tim pelaksana melakukan kegiatan sosialisasi berupa pengenalan tingkat stres kepada orang tua ABH. Kegiatan sosialisasi dilakukan secara langsung (tatap muka).
3. Pengumpulan data
Tim pelaksana melakukan pengumpulan data dengan membagikan kuesioner PSS (*Perceived Stress Scale*) kepada orang tua ABH yang berjumlah 6 orang.
4. Selanjutnya Tim pelaksana melakukan Entry Data yang dimana data akan diinput dan dianalisis dengan deskriptif persentase.
5. Tim pelaksana membuat kesimpulan hasil kegiatan sosialisasi.

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Pelaksanaan Sosialisasi ini dilakukan pada tanggal 21 Agustus 2023. lokasi pelaksanaan penelitian dilakukan di UPTD PKS INSAN BERGUNA dengan jumlah 6 orang tua ABH. Adapun hasil dari sosialisasi dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 1. Tingkat Stres Orangtua

Tingkat Stres Orangtua	F	%
Rendah	1	16,7 %
Sedang	5	83,3 %
Tinggi	0	0 %

Total	6	100%
-------	---	------

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa orangtua ABH mengalami stres sedang sebanyak 5 orang dengan persentase 83,3% dan 1 orang mengalami stres ringan dengan persentase 16,7%, atau dapat dikatakan orang tua ABH mengalami stres sedang. Dari hasil dapat disimpulkan bahwa orang tua ABH mengalami stres sedang yaitu dimana orangtua selama sebulan terakhir sering merasa gelisah dan tertekan serta mereka tidak mampu mengontrol hal-hal penting dalam kehidupannya.



Gambar 2. Foto Kegiatan

b. Pembahasan

Anak berhadapan dengan hukum adalah anak yang menjadi korban tindak pidana, saksi tindak pidana, dan anak yang melakukan tindakan melawan hukum atau berkonflik dengan hukum (Soesilo, 2008). Akhir-akhir ini kejadian kasus anak berhadapan dengan hukum sangat memprihatinkan. Keberadaan anak berhadapan hukum dalam keluarga akan menjadi stressor tersendiri bagi orangtua. Stres adalah tuntutan-tuntutan eksternal yang mengenai seseorang misalnya objek dalam lingkungan atau sesuatu stimulus yang secara obyektif adalah berbahaya. Stres juga bisa diartikan sebagai tekanan, ketegangan, gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang (Jenita, 2017).

Stres merupakan suatu reaksi psikologis dan fisik terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan gangguan stabilitas dan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari. Stres berkaitan dengan situasi yang menekan atau berkaitan dengan harapan dan kenyataan yang tidak sesuai (Lidiana, 2021) Stres dapat diartikan sebagai tidak seimbangnya antara tuntutan dan sumber daya yang dimiliki individu, semakin tinggi ketidakseimbangan yang terjadi semakin tinggi juga stres yang dialami individu, dan biasanya akan mengancam penderitanya (Asih, 2018). Pelaksanaan kegiatan ini dengan memberikan sosialisasi kepada orangtua dengan anak berhadapan hukum di UPTD INSAN BERGUNA. Sosialisasi ini diawali dengan melakukan pembagian kuesioner stres kepada orangtua dengan anak berhadapan hukum, selanjutnya kegiatan dilanjutkan dengan pemaparan materi stres guna mengedukasi orangtua mengenai tingkatan stres dan dampak positif, negatif dari sumber stres agar orangtua mampu meminimalisir tingkat stresnya ketika dirasa sudah mencapai tingkat stres berat/tinggi.

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengetahui tingkat stres orang tua yang memiliki anak berhadapan dengan hukum. Berdasarkan hasil analisis didapati bahwa orang tua yang memiliki anak berhadapan dengan hukum memiliki tingkat stres sedang yang dimana orangtua selama sebulan terakhir sering merasa gelisah dan tertekan serta mereka tidak mampu mengontrol hal-hal penting dalam kehidupannya. Hal ini sejalan dengan Fahesa, 2022 yang menyatakan bahwa stres berkaitan dengan situasi yang menekan atau berkaitan dengan harapan dan kenyataan yang tidak sesuai, selain itu menurut Jenita, 2017 individu yang mengalami stres dalam level sedang akan mengalami kesulitan dalam manajemen kehidupannya, sebab stres akan memunculkan kecemasan (anxiety) dan sistem syaraf menjadi kurang terkendali. Hal ini juga sejalan dengan yang di ungkapkan oleh Ambarwati, 2019 bahwa stres sedang memunculkan ciri-ciri yaitu sakit perut, mules, otot-otot terasa tegang, perasaan tegang, gangguan tidur, badan terasa ringan, hal ini disebabkan oleh situasi yang tidak terselesaikan dengan rekan, anak yang sakit, atau ketidakhadiran yang lama dari anggota keluarga (atau dengan kata lain adalah ketidakhadiran anak yang harus menetap di sel).

6. KESIMPULAN

Setelah dilakukan sosialisasi mengenai tingkat stres orangtua dengan anak berhadapan hukum didapati hasil bahwa orangtua dengan anak berhadapan hukum mengalami tingkat stres sedang yaitu dimana orangtua selama sebulan terakhir sering merasa gelisah dan tertekan serta mereka tidak mampu mengontrol hal-hal penting dalam kehidupannya.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan maka terdapat beberapa saran yang dapat dijadikan masukan, antara lain :

1. Bagi Orang Tua yang Memiliki Anak Berhadapan Hukum

Orang tua merupakan tempat pertama bagi anak untuk memperoleh pengetahuan, pembentukan kepribadian, dan pembinaan mental. Oleh karena itu, peneliti menyarankan kepada orang tua agar dapat memberikan contoh yang baik dan senantiasa memperhatikan anak-anaknya agar tidak salah dalam memilih pergaulan. Dan berdasarkan hasil ditemukan bahwa orang tua dengan anak berhadapan hukum memiliki stres sedang sehingga diharapkan orang tua dapat mereduksi tingkat stresnya.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan hasil pengabdian ini, peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya agar melanjutkan pengabdian ini dengan menambahkan pelatihan manajemen stres terhadap orang tua yang memiliki anak berhadapan hukum agar orang tua bukan hanya mendapatkan pengetahuan tetapi mendapatkan pengalaman langsung dalam mengelola/memanajemen stresnya.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, J. (2019). Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologis. . *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 37-55.
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40-47.
- Asih, G. W. (2018). *Stres Kerja*. Semarang : Semarang Press.
- Baqutayan, S. M. (2015). Stress and Coping Mechanisms: A Historical Overview. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, Vol 6 No 2 S1.
- Chaplin, J. (2002). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Daradjat, Z. d. (2012). *Metodik Khusus Pengajaran Agama Islam*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Fahesa, F. (. (2022). Coping Stress Pasangan Pengantin Pada Kondisi Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat Akibat Pandemi Covid-19 Di Kecamatan Gading Cempaka Kota Bengkulu. (*Doctoral Dissertation, Uin Fatmawati Sukarno Bengkulu*).
- J, A. (2019). Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologis. *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 37-55.
- Jenita, D. (2017). *Psikologi Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Lawang, R. M. (2010). *Buku Pokok Pengantar Sosiologi*. Jakarta: Penerbit Karunia.
- Lidiana, E. G. (2021). Manajemen Stres Dengan Latihan Berpikir Positif dimasa Pandemi Covid-19. *Gemassika:Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 5(1), 78-81.
- Musradinur. (2016). Stres dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif. *Jurnal*, 183-200.
- Nugroho, O. C. (2017). Peran Balai Pemasarakatan Pada Sistem Peradilan. *Jurnal HAM.* , Vol, No 2.
- Nurhaeni. (2010). Kajian Anak yang Berhadapan dengan Hukum (ABH) di Provinsi Jawa Tengah.
- Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stres*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Soesilo. (2008). *Kitab Undang-Undang Pidana dan Kita Undang-Undang Hukum*. Gama Press.
- Sri, L. (2012). *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik*. Jakarta: Kencana.
- Sukadiyanto. (2010). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: CV. Lubuk Agung.
- Widyastuti, P. (2004). *Manajemen Stres* . Jakarta: National Safety Council.
- Zakiah, D. (2012). *Metodik Khusus Pengajaran Agama Islam*. Jakarta: Bumi Aksara.