

Psikoedukasi: *Self Acceptance* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri ABH Di Sentra Wirajaya Makassar

Basti Tetteng¹, Aviani Rafipah^{2*}, A. Waizatun Choirunnisa³, Munawarah⁴, Mutmainnah⁵,
Qurrata Ayuni Safruddin⁶

^{1,2,3,4,5,6}Fakultas Psikologi, Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Kota Makassar, Indonesia

Email: ¹bastitetteng@gmail.com, ^{2*}avianirafipah@gmail.com, ³annisaanies19@gmail.com,
⁴araamaklin@gmail.com, ⁵mutmainnahinna06@gmail.com, ⁶qurrata.ayunisafuruddin@gmail.com

Abstrak—Stigma membuat ABH sulit untuk menerima diri dan masa lalunya serta mengalami hambatan psikologis ketika keluar dari lapas. ABH kehilangan masa depannya akibat stigma yang kurang baik dan bisa mempengaruhi kehidupannya yang masih panjang sebagai generasi penerus bangsa. Psikoedukasi berupa seminar bertujuan untuk memberi peningkatan kepercayaan diri ABH melalui penerimaan diri. Seminar dilaksanakan di Sentra Wirajaya Makassar dengan metode ceramah dan sesi mengenali diri sendiri menggunakan kartu *points of you* yang dihadiri oleh 27 orang peserta. Tujuan utama metode *points of you* adalah untuk menumbuhkan *self acceptance* pada diri. Hasil psikoedukasi melalui metode ceramah dan sesi mengenali diri dengan kartu *points of you* dimana melalui metode ini, peserta lebih fokus menjawab pertanyaan terkait diri sendiri dan memahami emosi yang dirasakan agar dapat berdamai dengan diri dan menerima diri seutuhnya.

Kata Kunci: *Self Acceptance*, Meningkatkan Kepercayaan Diri, ABH

Abstract—Stigma makes it difficult for ABH to accept themselves and their past and experience psychological barriers when they leave prison. ABH lost their future due to a bad stigma that could affect their long life as the nation's next generation. Psychoeducation in the form of seminars aims to increase ABH's self-confidence through self-acceptance. The seminar was held at Sentra Wirajaya Makassar with the lecture method and self-identification sessions using points of you cards which were attended by 27 participants. The main purpose of the points of you method is to grow self-acceptance in oneself. The results of psychoeducation through the lecture method and self-identification sessions with points of you cards where through this method, participants are more focused on answering questions related to themselves and understanding the emotions they feel so they can make peace with themselves and accept themselves completely.

Keywords: *Self Acceptance*, Increasing Confidence, ABH

1. PENDAHULUAN

Anak adalah salah satu aset untuk memajukan bangsa, namun perkembangan zaman membentuk kualitas pola pikir dan akhlak anak semakin menurun. Saat ini, banyak kasus kejahatan yang melibatkan anak sebagai pelaku utama [1]. Bahkan tindak kejahatan atau kriminalitas pada anak selalu meningkat setiap tahunnya. Catatan kriminal mengenai anak di Indonesia seperti yang diutarakan oleh Direktur Bimbingan Kemasyarakatan dan Pengentasan Anak Ditjen Pemasarakatan 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 [2].

Steve Allen menyatakan bahwa setiap tahunnya terdapat lebih kurang 4.000 anak di Indonesia yang diajukan ke Pengadilan atas kejahatan ringan pencurian. Selain itu terdapat sembilan dari sepuluh anak yang masuk ke dalam penjara atau rumah tahanan. Sebagai contoh pada audit akhir tahun 2019, terdapat dalam catatan kriminal kepolisian lebih kurang 111.344 anak sebagai pelaku tindak pidana [3].

Kenakalan remaja tidak hanya tawuran dan mencuri saja namun telah merambah ke intensitas dan tingkat kriminalitas yang tinggi seperti memalak atau mengompas, perundungan, berjudi, narkoba (miras, ganja, ekstasi, sabu, putaw), bahkan pemerkosaan dan pembunuhan yang dapat melibatkan anak berhadapan dengan hukum (ABH) [4].

Anak sebagai pelaku tindak pidana dalam Undang-Undang No. 11 Tahun 2012 tentang Sistem Peradilan Pidana Anak (SPPA) perubahan atas Undang-Undang No. 3 Tahun 1997 tentang Pengadilan Anak disebut anak yang berkonflik dengan hukum yang selanjutnya disebut Anak adalah anak yang telah berumur 12 (dua belas) tahun, tetapi belum berumur 18 (delapan belas) tahun yang diduga melakukan tindak pidana. Anak yang berhadapan dengan hukum (ABH) merupakan anak yang berkonflik dengan hukum dan anak korban tindak pidana [5]. Anak yang melakukan tindakan melawan hukum merupakan salah satu bentuk perilaku menyimpang. Akibat dari tindak perilaku menyimpang oleh ABH pada akhirnya membuat anak tersebut harus merasakan sanksi pidana sebagai akibat perbuatannya [6].

Usia anak yang berhadapan dengan hukum berkisar antara usia 12-18 tahun. Sesuai dengan usianya, maka anak yang berhadapan dengan hukum dikategorikan sebagai remaja [7]. Kata “remaja” (*adolescence* dalam Bahasa Inggris) sebenarnya berasal dari Bahasa Latin yaitu *Adolescere* yang berarti tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan. Istilah kematangan yang dimaksud meliputi kematangan fisik ataupun kematangan sosial serta psikologi [8]. Masa remaja sering dianggap sebagai fase pencarian jati diri bagi setiap orang. Masa remaja hampir selalu didefinisikan sebagai masa dimana seseorang melakukan eksplorasi terhadap banyak hal. Masa dimana mereka merasa harus mencoba berbagai hal selagi masih muda, sehingga tak jarang remaja yang terjerumus melakukan hal-hal negatif di luar pengawasan orang tua, bahkan hingga mengarah pada tindakan yang beresiko hukum [9].

Anak yang melakukan pelanggaran hukum atau tindakan kejahatan, tidak bisa sepenuhnya dipersalahkan, karena faktor lingkungan juga mempengaruhi sikap, perilaku dan tindakan anak. Bila dilihat dari kondisi anak-anak tersebut, sebenarnya mereka adalah korban dari lingkungan. Maka dari itu, anak-anak tersebut lebih tepat disebut dengan istilah anak-anak yang berhadapan dengan hukum, bukannya anak-anak pelaku kriminal. Berkaitan dengan permasalahan tersebut, kita tidak bisa menampik dilema yang berkembang di masyarakat mengenai anak yang berkonflik dengan hukum. Di satu sisi masyarakat harus memandang bahwa anak-anak adalah korban dari lingkungannya, di satu sisi lain perilaku mereka sudah semakin merugikan dan tidak bisa ditolerir lagi [6].

Anak yang berhadapan dengan hukum rentan sekali terhadap perlakuan-perlakuan yang tidak patut dan tidak sesuai dengan psikis atau kejiwaan anak tersebut. Untuk itulah perlu adanya perlindungan terhadap anak yang mengalami kasus-kasus tindak pidana/konflik dengan hukum. *Restorative justice* (suatu keadilan yang memulihkan) adalah sebuah sarana untuk mencari solusi terhadap pelanggaran hukum yang dilakukan oleh anak-anak yang karena dari sisi usia dan kejiwaan dirasa masih belum bisa disejajarkan atau dimintai pertanggungjawaban seperti orang dewasa. Model sanksi yang bersifat *restorative justice* adalah mengedepankan kepentingan masa depan anak yang berhadapan dengan hukum. Anak jangan sampai kehilangan masa depannya akibat sebuah stigma yang kurang baik yang bisa mempengaruhi kehidupannya yang masih panjang dan potensi sebagai generasi penerus bangsa [10].

Pada remaja yang berhadapan dengan hukum, mereka seringkali menghadapi ancaman identitas berdasarkan penilaian yang diberikan oleh orang lain terhadap mereka. Hal ini dapat terjadi karena ketika remaja yang berhadapan dengan hukum mendapatkan pandangan atau penilaian negatif dari masyarakat, mereka ingin mengubah posisinya dalam lingkungan sosialnya. Mereka ingin membuktikan bahwa mereka bisa berubah menjadi lebih baik. Akan tetapi, dalam perjalanan mengubah posisi dalam lingkungannya, remaja kerap kali menemui hambatan karena penilaian yang diberikan masyarakat tidak sesuai dengan prinsip yang ada pada lingkungan sosial. Pada proses inilah ancaman identitas tersebut dapat terjadi.

Sentra Wirajaya di Makassar merupakan sebuah balai rehabilitasi untuk anak yang melakukan tindak kejahatan atau tengah berhadapan dengan hukum dan membutuhkan bimbingan lanjutan karena status yang masih di bawah umur. Berdasarkan pengalaman subjektif yang dialami partisipan dalam lingkungannya, mereka merasakan sumber terbesar yang menjadi ancaman bagi identitas mereka adalah stigma yang timbul dari masyarakat terhadap mereka. Stigma bukanlah hal yang asing bagi mereka. Remaja yang berhadapan dengan hukum kerap kali bahkan terbiasa mendapatkan stigma hingga diskriminasi dari masyarakat. Sementara itu, stigma juga dapat

mempengaruhi seseorang dalam kaitannya dengan proses pembentukan identitas [9]. Penjara telah memberikan stigma dan labelisasi abadi kepada seorang anak sehingga harapan pengembalian mental moral anak sulit tercapai karena labelisasi tersebut akan menempatkan status anak di tengah masyarakat [11].

2. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan berupa psikoedukasi kepada PM (Penerima Manfaat) di Sentra Wirajaya melalui seminar. Seminar dilaksanakan selama kurang lebih 90 menit. Seminar psikoedukasi ini dilaksanakan dengan topik, “Pentingnya *Self Acceptance* Untuk Diri Kita Sendiri”. Metode seminar dilaksanakan dengan metode ceramah dan sesi mengenali diri sendiri menggunakan kartu *points of you*. Seminar ini dihadiri oleh 27 orang peserta.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 1. Pemberian Materi Seminar

Kegiatan dilaksanakan pada hari Kamis, 6 Juli 2023 di Aula Sentra Wirajaya. Kegiatan ini dihadiri oleh 27 orang peserta yang merupakan para PM Sentra Wirajaya di Makassar. Materi seminar berupa definisi, manfaat, dan langkah apa yang bisa dilakukan untuk menerima diri sendiri serta pemberian kartu *points of you*. Hasil evaluasi mengenai seberapa bermanfaat materi seminar ini menunjukkan 23 orang menyatakan sangat bermanfaat, 2 orang menyatakan bermanfaat, dan 2 orang menyatakan cukup bermanfaat.

3.1 Pelaksanaan Metode *Points of You*



Gambar 2. Pelaksanaan *Points of You*

Metode *points of you* sebagai cara untuk memahami diri sendiri. Pemahaman diri yakni persepsi diri yang ditandai dengan ketulusan, bukan kepura-puraan. Individu tidak hanya mengakui fakta-fakta, tetapi juga menyadari arti pentingnya fakta. Semakin baik individu memahami dirinya sendiri, maka akan semakin baik individu dapat menerima dirinya [12]. Berdasarkan pendapat tersebut, agar individu dapat menerima dirinya, jauh sebelum itu individu perlu memahami dan mengenali diri seutuhnya. Sejauh mana penerimaan diri pada individu juga terlihat bagaimana dirinya menggambarkan apa yang dirasakan dan dilihat melalui kartu *points of you*. Metode *points of view* sangat ampuh ini mengenali diri sendiri, dengan kenal dan paham dengan apa yang ada pada diri, individu akan lebih cenderung dapat menerima dirinya.

Pengenalan dengan metode *points of you* ini membebaskan peserta memilih kartu yang terbuka dilanjutkan dengan kartu tertutup lalu mempresentasikan gambar maupun tulisan yang ada pada kartu. Peserta akan mengambil kartu kemudian menceritakan apa yang dilihat juga dirasakan. Misalnya, peserta tidak sengaja memilih kartu bertuliskan 'goal', maka langsung diarahkan untuk berpikir tentang tujuan yang ingin dicapai baik untuk hari ini saja atau masa depan. Pada salah satu peserta saat ditanya terkait tujuan hidup, PM bingung menjawab. Setelah diusut melalui metode ini, ternyata kebingungannya terjadi karena PM tidak mengenal diri sendiri.

Kartu dalam *points of you* membuat peserta bercerita terkait dirinya. Jadi jika kartu diubah berkali-kali, tetap benang merah yang disampaikan peserta akan pada inti yang sama. Ini disebabkan oleh pikiran bawah sadar yang bekerja secara spontan. Kartu tidak bercerita, kitalah yang melakukannya. Kartu hanya bersifat membantu. Melalui *tools point of view*, seseorang bisa lebih fokus menjawab pertanyaan untuk diri sendiri. Metode ini bisa menggiring untuk menemukan posisi atau emosi yang sedang individu rasakan. Tanpa alat bantu, individu juga bisa mengenali dan memahami diri sendiri, tetapi pada konteks ini, anak sebagai figur yang belum dewasa dan matang secara pikiran maupun psikologis akan kesulitan untuk dapat melakukannya tanpa alat bantu. Untuk itu, penggunaan alat bantu melalui metode *points of you* dalam psikoedukasi ini sangat berguna.



Gambar 3. Refleksi *Points of You*

3.1.1 Self Acceptance dan Kepercayaan Diri ABH

Penting bagi ABH untuk merasa diterima oleh lingkungan dan juga menerima diri seutuhnya, karena tanpa penerimaan diri, individu hanya dapat membuat sedikit atau malah tidak ada kemajuan sama sekali dalam suatu hubungan yang efektif. Individu yang mampu menerima diri akan menjadi lebih baik, sehingga individu mampu memfokuskan energinya ke luar diri dan pada akhirnya dapat berfungsi lebih konstruktif dalam arti individu dapat membangun kepercayaan diri. Kepercayaan diri akibat penerimaan terhadap diri yang baik mencakup dimana individu mampu mengembangkan diri atau segala potensi yang dimiliki, mampu untuk berinteraksi dengan orang lain tanpa merasa terganggu atas kelemahan diri, serta fokus dan memiliki keyakinan positif atas tujuan yang ingin diraih [13].

4. KESIMPULAN

ABH sulit untuk menerima diri dan masa lalunya serta mengalami hambatan psikologis ketika keluar dari lapas karena stigma masyarakat terhadap ABH. Melalui penerimaan diri yang baik pada ABH, maka ABH akan memiliki kepercayaan diri yang baik sehingga ABH dapat memahami dan meyakini seluruh potensinya agar dapat dipergunakan dalam menghadapi penyesuaian diri dengan lingkungan hidupnya. Psikoedukasi melalui seminar yang dilakukan merupakan salah satu kontribusi berharga bagi pengembangan kepercayaan diri melalui penerimaan diri pada ABH. Oleh sebab itu, intervensi selanjutnya diharapkan bisa menambah jumlah sampel penelitian, menyesuaikan konten materi, dan lebih menyederhanakan pilihan gambar atau kartu agar mudah dipahami oleh partisipan.

REFERENCES

- [1] D. Pribadi, "Perlindungan Terhadap Anak Berhadapan Dengan Hukum," *J. Huk. Volkgeist*, vol. 3, no. 1, pp. 14–25, 2018, doi: 10.35326/volkgeist.v3i1.110.
- [2] O. C. Nugroho, "Peran Balai Pemasarakatan pada Sistem Peradilan Pidana Anak ditinjau Dalam Perspektif Hak Asasi Manusia," *J. HAM*, vol. 8, no. 2, pp. 161–174, 2017, doi: 10.30641/ham.2017.8.356.
- [3] I. S. Arifin and U. Rozah, "Konsep Doli In Capax Terhadap Anak Yang Berhadapan Dengan Hukum Di Masa Depan," *J. Pembang. Huk. Indones.*, vol. 3, no. 1, pp. 1–17, 2021, doi: 10.14710/jphi.v3i1.1-15.
- [4] F. Nazira and E. R. Nawangsari, "Peran Program Pelayanan Rehabilitasi Sosial Anak Berhadapan Hukum (ABH)," *AL-MANHAJ J. Huk. dan Pranata Sos. Islam*, vol. 4, no. 2, pp. 251–264, 2022, doi: 10.37680/almanhaj.v4i2.1775.
- [5] W. A. Hidayat, "Penerapan Diversi Dalam Sistem Peradilan Pidana Anak," *Justisi*, vol. 5, no. 2, pp. 84–96, 2019, doi: 10.33506/js.v5i2.543.
- [6] Widya Romasindah Aidy, "Anak Berhadapan Hukum Ditinjau Dari Aspek Psikologi Hukum," *J. Huk. Sasana*, vol. 7, no. 2, pp. 357–365, 2021, doi: 10.31599/sasana.v7i2.871.
- [7] A. Agustin and S. K. Kusnadi, "Pendekatan mindfulness untuk meningkatkan kontrol diri anak berhadapan hukum (ABH)," *J. Psikol. Media Ilm. Psikol.*, vol. 17, no. 2, pp. 40–47, 2019.
- [8] M. A. Lestari and M. B. Santoso, "Penguatan Karakter Pada Remaja Berhadapan Dengan Hukum Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA)," *Pros. Penelit. dan Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 6, no. 3, pp. 297–306, 2019, doi: 10.24198/jppm.v6i3.23026.
- [9] R. Destritanti and M. Syafiq, "Identitas Diri Remaja Yang Berhadapan Dengan Hukum," *Character J. Psikol.*, vol. 6, no. 1, pp. 1–11, 2019, [Online]. Available: <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/27170>.
- [10] Pristiwiyanto, "Anak Berhadapan Hukum Dalam Perspektif Restorative Justice," *ZAHRA Res. Thought Elem. Sch. Islam J.*, vol. 1, no. 1, pp. 1–7, 2020, doi: 10.37812/zahra.v1i1.69.
- [11] E. H. Setyorini, Sumiati, and P. Utomo, "Konsep Keadilan Restoratif Bagi Anak yang Berkonflik Dengan Hukum Dalam Sistem Peradilan Anak," *DiH J. Ilmu Huk.*, vol. 16, no. 2, pp. 149–159, 2020.
- [12] Hurlock, E., B. (1974). *Personality Development*. United States of America: McGraw-Hill
- [13] Pia, Yuliers., Sonia. (2022). Pelatihan Penerimaan Diri untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Warga Binaan. *Jurnal Ilmiah Psikomuda Connectedness*. Vol. 02, No. 02, ISSN: 2798-1401. Hal 59 - 64