

Acceptance and commitment therapy untuk menurunkan distress psikologis pada anak didik reentry di Lapas Anak Tangerang = Acceptance and commitment therapy to reduce reentry youth prisoner s psychological distress at Lapas Anak Tangerang / Leonard

Leonard, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20389554&lokasi=lokal>

---

Abstrak

**ABSTRAK**

Latar Belakang setiap tahun, tidak kurang dari 5.000 remaja ditahan akibat melakukan tindakan kriminalitas, dari yang ringan hingga berat. Lingkungan tahanan merupakan lingkungan yang dipenuhi oleh paparan kekerasan dan keterbatasan. Sementara bagi yang akan dibebaskan atau tahap reentry, situasinya juga memiliki tantangan tersendiri. Hal-hal tersebut merupakan sesuatu yang menyebabkan tingginya kerentanan anak didik Lapas terhadap kemunculan distress. Di Amerika, 60.5% remaja yang ditahan dan berada pada tahap reentry mengalami kesehatan mental kronis. Dari jumlah tersebut, sebagian besar mengalami depresi dan gangguan cemas, seperti PTSD. Bentuk distress psikologis yang umum ditemukan adalah kecemasan dan depresi. Distress tinggi dapat menyebabkan beberapa gangguan, seperti perilaku merusak dan kesulitan penyesuaian diri setelah bebas. Oleh karena itu, distress anak didik Lapas tahap reentry perlu mendapatkan intervensi psikologis. Salah satu bentuk intervensi yang efektif adalah Acceptance and Commitment Therapy (ACT). ACT bertujuan mengubah bentuk hubungan individu dengan permasalahannya, bukan lagi memandang sebagai simptom, namun sebagai suatu fenomena psikologis yang wajar dan kemudian mengarahkan tindakan yang dimiliki kepada sesuatu yang sifatnya lebih produktif. Metode Penelitian ini menggunakan one group-before and after study design dan accidental sampling. Intervensi ini dilakukan sebanyak 6 sesi. Hasil Dua partisipan mengalami penurunan tingkat distress psikologi yang diketahui melalui penurunan skor Hopkins Symptom Checklist-25 (HSCL-25). Sementara satu partisipan lainnya mengalami kenaikan tingkat distress psikologis. Evaluasi kualitatif menunjukkan penurunan tingkat distress psikologis setelah pelaksanaan intervensi. Kesimpulan ACT efektif dalam menurunkan tingkat distress psikologis pada anak didik Lapas Tangerang. Hal ini terbukti terutama melalui pengukuran secara kualitatif.

<hr>

**ABSTRACT**

Background Each year, not less than 5,000 teenagers were arrested as a result of criminal acts, from mild to severe. Prison is a high risk environment that is filled by exposure to violence and limitations. As for who at reentry phase or freed soon, the situation also has its own challenges. These things are something that

causes high susceptibility to the emergence of distress. In the U.S., 60.5% of adolescents who were arrested and are at the stage of reentry experiencing chronic mental health. Of these, most are experiencing depression and anxiety disorders, such as PTSD. Common Forms of psychological distress are anxiety and depression. High distress can cause several problems, such as conduct behavior and adjustment difficulties after release. Therefore, distress at reentry youth prisoner needs to get psychological intervention. One of intervention that effective to treat psychological distress is Acceptance and Commitment Therapy (ACT). ACT aims to change the shape of the individual's relationship with the problems, no longer looked upon it as a symptom, but as a psychological phenomenon that is reasonable and then direct the actions to something that is more productive. Methods This study used a one-group before and after study design and accidental sampling. The intervention was carried out for 6 sessions. Results Two participants experienced a decrease in the level of psychological distress is known through a reduction in Hopkins Symptom Checklist-25 (HSCL-25) score. Moreover the other participants experienced an increase psychological distress. Qualitative evaluation showed decreased levels of psychological distress after the implementation of the intervention. Conclusion ACT is an effective intervention in lowering the level of reentry youth prisoner's psychological distress at Lapas Anak Tangerang. This is evident primarily through qualitative measurements.