

## **Dampak Positif Terapi Psikososial terhadap Perubahan Perilaku Anak Berhadapan dengan Hukum di Sentra Mulya Jaya Jakarta**

**Octana Puteri Pedrova<sup>1</sup>, WaOde Asmawati<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Ilmu Kesejahteraan Sosial, Universitas Muhammadiyah Jakarta

e-mail: [octana07@gmail.com](mailto:octana07@gmail.com)<sup>1</sup>, [waode.asmawati@umj.ac.id](mailto:waode.asmawati@umj.ac.id)<sup>2</sup>

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk melihat dampak positif dari sebuah terapi psikososial terhadap ABH sebagai subjek penelitian yang ada di Sentra Mulya Jaya Jakarta guna menunjang perubahan perilaku. Kasus terkait ABH semakin bertambah dalam setiap tahunnya, hal ini tentunya miris sekaligus mengkhawatirkan. Menjadi ABH bukan berarti menjadikan mereka sebagai anak yang melakukan kejahatan saja, namun juga merujuk pada korban dan saksi dari sebuah tindak pidana yang tergolong sebagai ABH yang mana juga memerlukan pertolongan sebagai bentuk penyembuhan atau pemahaman untuk bisa melaksanakan persidangan dengan baik sebagai saksi. Terapi psikososial digunakan sebagai intervensi guna mengatasi masalah yang muncul dalam interaksi ABH dengan lingkungan sosialnya dan bahkan dapat membantu untuk mengembalikan keberfungsian sosial anak yang berhadapan dengan hukum. Metode yang digunakan dalam penelitian ini merupakan metode penelitian kualitatif yang bertujuan untuk mempelajari fenomena sosial dan tingkah laku manusia dengan mengajukan pertanyaan sesuai prosedur, mengumpulkan data yang spesifik, menganalisis serta menafsirkan makna data. Teknik Analisa data dalam penelitian ini menggunakan data primer yang mana data ini berupa teks hasil wawancara dan diperoleh melalui wawancara maupun data pendukung lainnya dilapangan. Analisis ini akan membantu dalam penjelasan terkait jenis terapi psikososial yang diterapkan oleh pekerja sosial dan psikolog serta membahas terkait dampak positif dari terapi psikososial yang telah diimplementasikan kepada ABH guna melihat perubahan perilaku seperti apa yang terjadi. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan serta panduan praktik dalam melakukan kegiatan usaha kesejahteraan sosial terkait dampak terapi psikososial guna menunjang perubahan perilaku pada ABH. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi psikososial terbukti berdampak positif dan dapat mempengaruhi perubahan perilaku terhadap ABH.

**Kata kunci:** *Terapi Psikososial, Perubahan Perilaku, ABH*

### **Abstract**

This research aims to see the impact of psychosocial therapy on ABH as the subject of research at Sentra Mulya Jaya Jakarta to support behaviour change. Cases related to ABH are increasing every year, this is certainly sad and worrying. Being an ABH does not mean making them a child who commits a crime, but also refers to victims and witnesses of a criminal act who are classified as ABH who also need help as a form of healing or understanding to be able to carry out the trial properly as a witness. Psychosocial therapy is used as an intervention to overcome problems that arise in the interaction of ABH with their social environment and can even help to restore the social functioning of children in conflict with the law. The method used in this research is a qualitative research method which aims to study social phenomena and human behaviour by asking questions according to procedures, collecting specific data, analysing and interpreting the meaning of the data. The data analysis technique in this study uses primary data which is in the form of text interview results and obtained through interviews and other supporting data in the field. This analysis will help in explaining the psychosocial therapy applied by social workers and psychologists and discuss the impact of psychosocial therapy that has been implemented on ABH to see what kind of behavioural changes have occurred. This research is expected to be a foundation and practice guide in conducting social welfare business activities related to the impact of psychosocial therapy to support behaviour change in ABH. The results of this study show that

psychosocial therapy is proven to have a positive impact and can influence behaviour change in ABH.

**Keywords:** *Psychosocial Therapy, Behaviour Change, ABH*

## **PENDAHULUAN**

Salah satu masalah sosial yang tergolong kedalam jenis PPKS (Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial) yaitu ABH atau Anak yang Berhadapan dengan Hukum. Menjadi ABH tidak semata-mata menjadikan anak sebagai pelaku tindak kejahatan, namun korban serta saksi dari tindak pidana juga termasuk kedalam jenis ABH. Kadangkala, seorang anak menjadi ABH karena ketidaksengajaan yang terjadi tiba-tiba dalam hidupnya, seperti dalam contoh beberapa kasus ABH yang ada di Sentra Mulya Jaya Jakarta sewaktu diwawancarai, rata-rata jawaban dari mengapa menjadi ABH dikarenakan fitnah, atau karena disuruh teman serta ada pula yang menjadi ABH hanya karena berada disituasi dan lokasi yang sama pada saat tindak pidana itu terjadi. Lalu, alasan mengapa ABH bisa menjadi salah satu jenis PPKS dikarenakan adanya masalah pada keberfungsian sosial terkhusus kepada anak yang berkonflik dengan hukum atau keterguncangan mental terhadap anak yang menjadi korban atau saksi tindak pidana yang mana perlu dibina dan perlu diintervensi agar keberfungsian sosialnya bisa mengembalikan keberfungsian sosialnya.

Akhir-akhir ini, kasus Anak yang Berhadapan dengan Hukum seringkali terdengar dan pada tanggal 26 Agustus 2023 disebutkan bahwa telah tercatat hampir 2.000 anak menjadi ABH (Direktorat Jenderal Perasyarakatan Kementerian Hukum dan HAM, 2023). Jumlah yang ada menurut data sungguh miris karena hanya dalam waktu 2 tahun saja (semenjak tahun 2020) angka tersebut meningkat yang awalnya dari 1.700 menjadi 2.000 kasus. Tentunya masalah ini membutuhkan penanganan yang cepat dan tepat untuk bisa mengurangi angka terkait ABH, maka dari itu Sentra yang ada dibawah naungan Dinas Sosial maupun Kementerian Sosial yang ada di tiap daerah turut serta berperan penting dalam membantu ABH dalam kegiatan Rehabilitasi Sosial sebagai upaya untuk mengembalikan keberfungsian sosial pasca rehabilitasi. Sedangkan pemerintah juga ikut berperan melalui pembentukan kebijakan berupa UU No. 11 tahun 2012 terkait sistem peradilan anak yang mana berguna untuk memberikan perlindungan terhadap hak anak selama proses peradilan anak. Didalamnya terdapat aturan yang menjelaskan bahwa sistem peradilan anak berbeda dengan proses persidangan orang dewasa, baik proses penyidikan, penuntutan atau peradilan dan persidangan akan lebih singkat dan harus didampingi oleh orang tua atau wali serta pekerja sosial ataupun pihak terkait lainnya.

Beberapa alasan anak bisa menjadi ABH dipengaruhi oleh lingkungan sosial atau pergaulan yang salah pada peer group serta pola asuh yang salah dari keluarga juga dapat menyebabkan kenakalan. Faktor keluarga dan pergaulan sangat berpengaruh terhadap pembentukan perilaku anak Menurut data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia pada tahun 2023, beberapa tindakan kriminal yang paling banyak dilakukan yaitu tindakan kekerasan fisik dan kekerasan seksual. Hal ini berarti sudah banyak anak yang menjadi korban dari kedua tindakan kriminal ini. Maka dari itu, intervensi perlu dilakukan dan hal ini menjadi salah satu tanggung jawab Sentra maupun panti dalam melakukan kegiatan rehabilitasi sosial. Sentra Mulya Jaya Jakarta menjadi salah satu sentra yang menyelenggarakan kegiatan ATENSI (Asistensi Rehabilitasi Sosial) multilayanan, termasuk kepada para ABH. Kegiatan Rehabilitasi sosial tentunya memiliki program yang berbeda-beda yang tentunya capaian akhirnya juga berbeda. Terapi psikososial termasuk salah satu program dari kegiatan rehabilitasi sosial yang berfungsi dalam menangani masalah kesehatan mental dan juga berfokus pada perubahan perilaku para ABH.

Sentra Mulya Jaya Jakarta menjadi salah satu panti yang memiliki pelayanan yang cukup lengkap dalam melakukan terapi psikososial melalui pendekatan CBT melalui Refleksi Diri, Mindfulness, Butterfly Hug, Terapi kelompok yaitu game interaktif, dinamika kelompok, dan lain sebagainya yang juga dapat menjadi sebuah upaya dalam menunjang perubahan perilaku ABH saat proses atau setelah terapi selesai dilakukan. Perubahan perilaku menjadi hal yang sangat diharapkan dalam proses ataupun setelah rehabilitasi sosial di lakukan, semua pihak yang menangani Anak berhadapan dengan hukum pastinya berharap agar ABH tidak mengulangi

perbuatan kriminalitasnya sehingga dapat berubah perilakunya ke arah yang lebih baik. Hal ini menjadi penting untuk diteliti dikarenakan terapi psikososial sangat efektif dalam menangani masalah masalah kesehatan mental, banyak studi yang menyebutkan bahwa terapi psikososial tidak hanya efektif sebagai penyembuhan masalah kesehatan mental tetapi juga sangat efektif dalam memperbaiki perubahan perilaku seseorang serta dapat juga meningkatkan kualitas hidup seseorang.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian kualitatif merupakan penelitian yang didasari dari pengamatan terkait fenomena sosial atau tingkah laku manusia langsung dari kawasan atau lokasi dimana masalah sosial itu terjadi dengan cara mengumpulkan data yang spesifik, menganalisis serta menafsirkan makna dari data yang telah didapatkan. Teknik Analisa data dalam penelitian ini menggunakan data primer yang mana data ini berupa teks hasil wawancara dan diperoleh melalui wawancara maupun data pendukung lain yang telah didapatkan dilapangan. Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini nantinya akan membantu menjawab terkait jenis terapi psikososial apa yang diaplikasikan oleh pekerja sosial dan psikolog terhadap ABH serta membahas dampak positif apa saja dari pengaplikasian terapi psikososial terhadap ABH guna melihat perubahan perilaku seperti apa yang telah terjadi terhadap ABH.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Dalam penelitian ini, terapi yang akan digunakan yaitu terapi psikososial. Terapi ini diketahui sangat efektif dalam mengobati beragam gangguan kesehatan mental. Banyak penelitian menunjukan bahwa terapi psikososial efektif dalam mengobati gangguan kesehatan mental serta dapat meningkatkan kualitas hidup seseorang. Menurut Erikson (Kusumawati, 2021), Terapi psikososial merupakan sebuah bentuk pengobatan dan penyembuhan terkait bio-psiko-sosial suatu individu dan perilaku masyarakat, keterampilan dalam pengkoordinasian sumber daya yang ada dipadukan dengan relasi individual, keluar dan kelompok guna mengubah kepribadian, perilaku dan situasi seseorang yang mana nantinya dapat memberikan kontribusi dalam pencapaian, pemenuhan keberfungsian seseorang terkait kerangka nilai pribadi, tujuan, dan sumber yang tersedia dalam masyarakat.

Pendekatan Terapi psikososial yang ada di Sentra Mulya Jaya Jakarta pada praktiknya erat dengan pendekatan CBT yang mana lebih menggunakan metode kelompok dibanding individu. Berdasarkan teori Aaron T. Beck (Nursabila, 2018) CBT menjadi suatu pendekatan konseling yang bertujuan untuk menyelesaikan masalah klien melalui restrukturisasi kognitif dan perilaku menyimpang yang dimiliki oleh klien. Dari pengertian ini CBT dapat dikatan sebagai satu-satunya terapi yang paling penting dalam psikoterapi yang mana psikoterapi merupakan bagian dari Intervensi Psikososial. Profesi yang mengisi pendekatan terapi psikosoial di Sentra Mulya Jaya Jakarta yaitu Psikolog dan Pekerja Sosial yang mana berperan penuh dalam melakukan pendekatan terapi psikososial agar tercapai output yang diharapkan dan menjadi tujuan. Pendekatan terapi psikososial yang dilakukan psikolog melalui pengajaran teknik *mindfulness* dan *butterfly hug*. Sedangkan, pendekatan Terapi Psikososial yang dilakukan oleh Pekerja Sosial diisi melalui metode dinamika kelompok dengan kegiatan Refleksi Diri, Motivasi dan Permainan Interaktif. Kegiatan yang dilakukan oleh psikolog dan pekerja sosial dilakukan 2 kali dalam satu minggu, secara bergantian yaitu pada hari Selasa dan Kamis. Berikut hasil rekap kegiatan Terapi Psikososial selama 8 kali pertemuan:

NO	Hari/Tanggal	Keterangan
1	Selasa, 21 November 2023	Terapi psikososial kali ini dilakukan dengan <i>self reflection</i> menceritakan perjalanan para ABH dari kecil hingga sekarang untuk melihat hal-hal apa yang sudah dilalui ABH
2	Kamis, 23 November 2023	Terapi psikososial kali ini dilakukan dengan kegiatan dinamika kelompok yang mana berfungsi untuk menguatkan interaksi bersama kelompoknya serta ada materi titipan dari psikolog

3	Kamis, 30 November 2023	Terapi psikososial pada hari ini berfokus pada pembelajaran teknik mindfulness dan <i>butterfly hug</i> , melihat dari latar belakang kasus <i>self harm</i> yang sering dilakukan sehingga mindfulness dan <i>Butterfly Hug</i> diajarkan kepada ABH
4	Selasa, 5 Desember 2023	Terapi Psikososial kali ini, berisi kegiatan motivasi untuk berubah secara perilaku, dan mengingatkan ABH untuk tidak melakukan perundungan terhadap sesama ABH
5	Kamis, 7 Desember 2023	Terapi Psikososial kali ini dilakukan melalui kegiatan dinamika kelompok lewat game interaktif agar ABH bisa saling interaksi sehingga tidak terjadi lagi diskriminasi atau merasa dibully serta merasa dijauhi oleh teman-temannya
6	Selasa, 12 Desember 2023	Berisi kegiatan Motivasi dan melakukan refleksi diri dari diri masing-masing ABH, sehingga ABH dapat menyadari kesalahannya serta merasa termotivasi untuk bisa menjadi lebih baik lagi
7	Kamis, 14 Desember 2023	Terapi psikososial pada hari ini lebih ke kegiatan penanganan masalah yang ada diantara para ABH
8	Selasa, 19 Desember 2023	Terapi psikososial pada hari ini merupakan kegiatan dinamika kelompok dengan membuat tujuan atau cita-cita setelah menyelesaikan rehabilitasi sosial di Sentra Mulya Jaya Jakarta

Terdapat 7 ABH yang ada di Sentra Mulya Jaya Jakarta dengan latar belakang kasus yang berbeda-beda. Namun pada penelitian kali ini, hanya akan berfokus pada A dengan latar belakang kasus pencurian motor. A didampingi oleh Pak Joko selaku pekerja sosial dalam memantau perkembangan perubahan perilaku A sebagai ABH sebelum A dikembalikan kepada keluarganya. Berikut pernyataan dari Pak Joko selaku pendamping A:

*"A itu, berapa bulan ya dia disini, 3 bulan lah sepertinya dan berakhir pada 30 November kemarin dia pulang. Dia masuk kesini kan prosedurnya melalui polisi dan pengadilan, setelah itu, setelah diputuskan untuk berada disini. Statusnya titipan, tetapi dia sudah putusan. Ketika awal masuk, ya namanya orang harus adaptasi dulu ya, pada awalnya masih dibawa sifat-sifat pas masih diproses di polisi, masih arogan dan sebagainya, seiring berjalannya waktu ketika ditempatkan di asrama ABH. Kemudian, A ini anaknya penurut, sama saya dia manut, sama pegawai juga manut. Ada perubahan perilaku dari sebelum masuk sini yang pada akhirnya dia lakukan ketika ada disini, seperti menyapa orang, selamat pagi dan salaman, siapapun pegawai disini pasti dia sapa dan dia salaman, sebelumnya tidak seperti itu, jadi lebih sopan anaknya, A rajin apel pagi serta rajin ikut morning meeting. Hingga diakhir masa rehabilitasi, orang dia kalau sama saya juga main badminton sama-sama kok, jadi tidak ada niat dia untuk lari atau kabur dari sini, tidak ada. Waduh kalau temen-temennya yang lain, yang dua orang, suka kabur kaburan kan, kalau A tetap bertahan, dalam benaknya tidak apa-apa bertahan sampai akhir rehabilitasi sehingga bertambah ilmunya, bisa merubah perilaku. Jadi saya dapat simpulkan, A melakukan perubahan perilaku yang bagus selama berapa bulan disini, hingga orang tuanya sendiri yang menjemput di tanggal 30 November kemarin"*

Hasil dari bentuk perubahan perilaku dari terapi psikososial terhadap A pada saat peneliti melakukan observasi yaitu, A berhasil menjadi pemimpin yang baik dan role model yang baik diantara para ABH sehingga para ABH bisa rukun selama A ada di Sentra Mulya Jaya Jakarta. Lalu, pada saat pertama kali bertemu A, peneliti juga bertemu dengan MB, ketika MB menolak bertemu dengan peneliti karena pada saat itu ABH sedang makan, maka A langsung memanggil MB dengan tegas dan menasehati bahwa tidak boleh berperilaku buruk terhadap tamu. Lalu

setelah berkenalan, MB langsung masuk kedalam namun A meminta izin terlebih dahulu kepada peneliti bahwa A ingin melanjutkan makan siang. A juga seringkali merangkul E, ABH yang pendiam dan seringkali menjauh dari teman-temannya, A selalu peduli dan mengajak E bercanda sehingga selama A ada di asrama, E merasa betah.

Bukan hanya itu, A merupakan ABH yang paling semangat dalam mengikuti kegiatan terapi psikososial seperti morning meeting serta terapi kelompok, selama penelitian, peneliti selalu hadir lebih cepat dan duduk dipinggir lapangan untuk melihat kedisiplinan ABH dalam mengikuti kegiatan yang ada, A selalu semangat dan menyemangati teman-temannya sehingga kegiatan psikososial terlaksana dengan tepat waktu. Terhadap peneliti, staff dan peksos perilaku A sangat baik, A tak segan menyapa dan membantu apabila ada yang kesulitan. Menurut penuturan teman-temannya, terutama MB, A telah menjadi role model yang baik bagi para ABH, MB berkali-kali menyebutkan bahwa A sosok yang selalu baik dan sudah dianggap sebagai abangnya, sementara itu bagi P selaku ABH yang menjadi titipan kejaksaan menganggap bahwa A sosok yang paling the best atau yang paling terbaik.

## Pembahasan

Menurut Francis Turner (Hasanah, 2015), terapi psikososial yang dilakukan oleh praktisi dilakukan dengan pendekatan psikologis telah dilakukan dengan cukup baik oleh psikolog melalui pendekatan psikologis ini memberikan manfaat dalam mengetahui dan memahami lebih jauh terkait karakter ABH dan memberikan pengajaran yang berguna terkait teknik *mindfulness* dan *butterfly hug* yang berfungsi dalam mengontrol rasa cemas, sedih dan takut untuk diarahkan ke aktifitas yang lebih positive yaitu melakukan teknik *butterfly hug*.

Sedangkan dukungan moral, afeksi dan spiritual serta pembinaan dalam hubungan sosial terbukti berhasil dilakukan oleh pekerja sosial. Dalam motivasi yang dilakukan oleh pekerja sosial selama terapi psikososial melibatkan aspek moral seperti nasehat untuk tidak melakukan hal-hal amoral, serta afeksi juga diberikan oleh para pekerja sosial selama terapi psikososial lewat kegiatan refleksi diri yang biasanya perasaan buruk yang dirasakan oleh ABH akan divalidasi dan akan direspon dengan baik oleh pekerja sosial agar ABH merasa dipedulikan dan merasakan kasih sayang, sedangkan aspek spiritual juga selalu menjadi aspek yang paling sering dibahas dalam terapi psikososial, seruan untuk bisa lebih dekat dengan Allah SWT sering dikumandangkan oleh pekerja sosial. Sedangkan pembinaan dalam hubungan sosial terbukti ada pada kegiatan game interaktif yang diadakan oleh pekerja sosial pada saat terapi psikososial dengan tujuan meningkatkan interaksi dan hubungan sosial antar ABH maupun ABH dengan pekerja sosial.

Keberhasilan pekerja sosial dalam memberikan dukungan moral, dibuktikan dengan perubahan perilaku yang dilakukan oleh semua ABH bukan hanya dilakukan oleh ketiga subjek kasus dari penelitian ini saja, ketika membantu bu Elfrina membawa sayuran dan membantu bu Elfrina hingga sampai rumah, menyapa staff setiap berpapasan, dan menghormati tamu yang datang dan perbuatan baik lainnya menjadi bukti bahwa dukungan moral yang diberikan kepada ABH bisa dipahami bahkan diimplementasikan oleh ABH kepada orang lain disekitarnya. Sedangkan dukungan afeksi juga berhasil diberikan terhadap para ABH, sehingga sesama ABH seringkali saling memberikan afeksi satu sama lain, seperti A yang sering sekali menunjukkan kasih sayangnya terhadap ABH lain. Dukungan Spiritual seperti motivasi dalam beribadah dan memberikan pemahaman agama secara dasar berhasil di berikan terhadap ABH.

Berdasarkan kedua teori pendekatan terapi psikososial, maka berdasarkan hasil dilapangan bahwa pendekatan ini melibatkan dua program utama, yaitu *Morning Meeting* dan Terapi Kelompok, yang dirancang untuk dijalankan secara terjadwal setiap minggunya. Dari kedua program ini yaitu Morning Meeting dan Terapi Kelompok, pendekatan yang dilakukan dalam menjalankan kedua program ini yaitu menggunakan pendekatan CBT melalui metode kelompok dengan melibatkan banyak teknik dan kegiatan, diantaranya:

1. *Mindfulness*

Analisis terhadap teori *Mindfulness* dalam konteks terapi psikososial menyoroti peranannya sebagai teknik meditasi yang populer dalam mengurangi stres, kecemasan, dan depresi.

2. *Butterfly Hug*

*Butterfly Hug* menjadi sebuah pendekatan terapeutik yang komprehensif dan efektif dalam

mengelola kecemasan. Penggunaannya dalam berbagai konteks terapi menunjukkan fleksibilitas dan kegunaan yang luas dalam membantu individu meraih kesejahteraan dalam psikologis secara lebih baik.

### 3. Refleksi Diri

Teknik refleksi diri menjadi salah satu pendekatan utama dalam terapi psikososial, terutama dalam konteks rehabilitasi ABH dengan kategori anak pelaku tindak pidana. Proses refleksi diri dilakukan melalui berbagai kegiatan, seperti menceritakan perjalanan hidup, menggambar pohon untuk analisis kepribadian, dan refleksi terhadap perilaku baik dan buruk selama seminggu terakhir. Kegiatan ini membantu para ABH untuk memahami diri mereka sendiri, mengevaluasi tindakan mereka, dan mengidentifikasi peluang untuk pertumbuhan dan perubahan positif.

### 4. Motivasi

Pemberian motivasi merupakan komponen penting dalam sesi terapi psikososial, terutama ketika menghadapi masalah-masalah seperti bullying dan merencanakan kehidupan setelah rehabilitasi. Melalui dua pertemuan yang disorot dalam penelitian, pendekatan yang digunakan dalam memberikan motivasi terlihat melalui berbagai kegiatan yang kreatif dan partisipatif.

### 5. Dinamika Kelompok melalui Permainan Interaktif

Penggunaan permainan interaktif dalam metode dinamika kelompok menunjukkan bahwa para ABH menunjukkan antusiasme dan keterlibatan yang tinggi dalam setiap sesi permainan. ABH terlihat senang dan bersemangat, dan tidak terlihat ada kebosanan atau ketidaknyamanan seperti pada pertemuan-pertemuan sebelumnya. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan permainan interaktif efektif dalam menciptakan suasana yang menyenangkan dan membangun hubungan sosial yang positif di antara ABH. Analisis terhadap penggunaan teori permainan interaktif dalam terapi psikososial menunjukkan bahwa pendekatan ini tidak hanya memperkuat hubungan antara ABH, tetapi juga membantu mereka dalam mengembangkan berbagai keterampilan sosial dan kognitif yang penting untuk proses rehabilitasi para ABH.

Menurut teori dari Lewin (Raihan Maulana, 2023) terkait 5 tahap dalam perubahan maka berdasarkan hasil wawancara dengan A menunjukkan bahwa kesadaran (*awareness*), keinginan (*interest*), evaluasi (*evaluation*), mencoba (*trial*), dan penerimaan (*adoption*) merupakan tahapan yang dapat diidentifikasi dalam perubahan perilaku. Dalam hasil penelitian dengan ABH, terdapat indikasi bahwa tahapan-tahapan perubahan perilaku, seperti kesadaran (*awareness*), keinginan (*interest*), evaluasi (*evaluation*), mencoba (*trial*), dan penerimaan (*adoption*), dapat diidentifikasi dalam pandangan A selaku ABH sebagai subjek kasus:

#### 1. Kesadaran (*Awareness*)

A mengungkapkan keinginan yang kuat untuk berubah dengan menyatakan bahwa "mau banget untuk berubah". Pernyataan ini mencerminkan kesadaran A akan pentingnya transformasi diri untuk meningkatkan kualitas hidupnya.

#### 2. Keinginan (*Interest*)

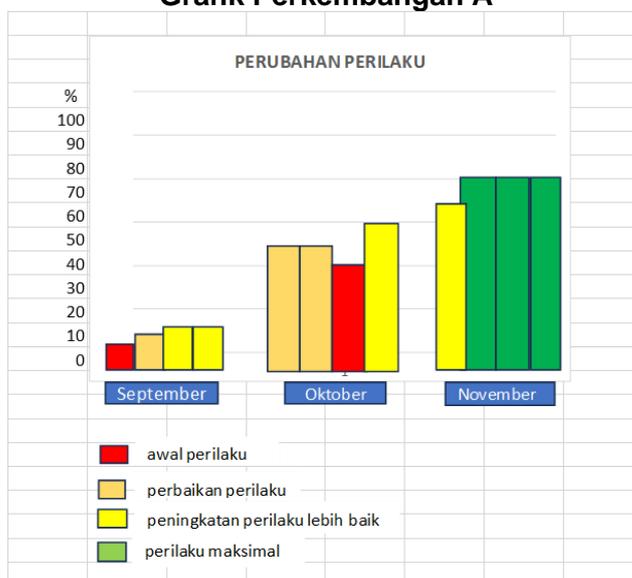
Berdasarkan hasil penelitian, hal ini tercermin dalam keinginan ABH untuk menaati peraturan, menjadi lebih produktif, berubah menjadi perilaku menjadi lebih baik dan lebih rajin dan sebagainya. A kooperatif dan menjalani semua tugas dan kewajibannya mereka selama di Sentra Mulya Jaya Jakarta tanpa protes atau mengeluh. Keinginan ABH untuk melakukan perubahan perilaku juga tercermin dalam respon positif A terhadap Motivasi yang diberikan oleh pekerja sosial dan lingkungan sekitarnya. A merespons dengan baik terhadap dorongan dan bimbingan yang telah diberikan guna memperkuat motivasi ABH untuk mencapai perubahan yang diinginkan.

#### 3. Evaluasi (*Evaluation*)

Dalam penelitian ini, evaluasi terjadi melalui refleksi terhadap perubahan perilaku yang telah terjadi. Berikut hasil evaluasi A: Pada Awal Masuk Sentra (September 2023), A awalnya mengalami kesulitan beradaptasi dan canggung dalam berinteraksi dengan teman sebayanya dan para pegawai di sentra. Namun, melalui pendampingan intensif dan terapi psikososial, A mulai menunjukkan peningkatan perilaku dengan sedikit demi sedikit. Pada

Pertengahan Oktober, A mengalami peningkatan yang signifikan dalam perilaku, terlihat dari kemampuannya dalam berinteraksi dengan orang lain secara ramah dan santun, serta ketaatan dalam beribadah dan disiplin dalam kegiatan sehari-hari. Grafik menunjukkan peningkatan yang konsisten dari minggu ke minggu. Pada Awal November: Meskipun mengalami kendala sementara karena pengaruh negatif dari ABH lain, A kembali bangkit dengan semangat tinggi setelah mendapatkan motivasi dan pendekatan yang tepat dari pekerja sosial. Keyakinan diri A semakin meningkat, dan ia mulai menunjukkan partisipasi aktif dalam kegiatan sentra. Pada Terminasi (Akhir November/awal Desember), A berhasil mencapai tingkat perubahan perilaku yang signifikan, dengan grafik menunjukkan peningkatan yang mencolok hingga mencapai angka tertinggi. A menjadi lebih percaya diri, disiplin, dan bertanggung jawab, menunjukkan bahwa evaluasi dan pembelajaran dari pengalaman yang dihadapi telah membantu dalam mengidentifikasi area yang perlu diperbaiki dan terus mengembangkan diri.

**Grafik Perkembangan A**



#### 4. Mencoba (*Trial*)

Tahap percobaan menuntut individu untuk mengambil langkah konkret dalam mengubah perilaku mereka sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Misalnya, A memilih untuk menjadi sosok pemimpin yang baik dengan mengambil inisiatif dalam berinteraksi dengan sesama ABH dan dengan para pegawai di sentra. Dia menyapa dengan ramah, santun, dan mengikuti kegiatan dengan penuh semangat, mengimplementasikan perubahan tersebut dalam tindakan nyata sehari-hari.

#### 5. Penerimaan (*Adoption*)

Tahap penerimaan menuntut ABH untuk konsisten dalam mempertahankan perilaku yang baru dan lebih baik yang telah mereka adopsi. Dalam penelitian ini, A, MB dan AB menunjukkan kesinambungan dalam perilaku positif setelah melalui proses terapi psikososial. Mereka tidak hanya menunjukkan perubahan sementara, tetapi juga mempertahankan perilaku tersebut dalam jangka waktu yang lebih panjang.

Maka dari itu, berdasarkan penelitian ini, terdapat perubahan perilaku para ABH, setelah mengalami perubahan positif melalui terapi psikososial dengan melanjutkan praktik-praktik yang mereka pelajari dalam kehidupan sehari-hari mereka, seperti berinteraksi dengan baik dengan sesama ABH dan staf, m

ematuhi aturan, dan menunjukkan sikap yang lebih positif. Namun, meskipun mencapai tahap penerimaan, A juga terus melakukan evaluasi terhadap perilaku mereka dan berusaha untuk terus memperbaiki dan mengembangkan diri. A menyadari bahwa perubahan merupakan proses yang berkelanjutan dan siap untuk terus belajar dan tumbuh sebagai individu.

## SIMPULAN

Penelitian ini menghasilkan sebuah hasil yang mana terapi psikososial terbukti memberikan dampak positive dan dinilai dapat menjadi intervensi yang efektif dan tepat terhadap perubahan perilaku ABH yang ada di Sentra Mulya Jaya Jakarta. Rasa ingin melakukan perubahan perilaku ternyata datang dari dorongan diri para ABH sendiri yang mana pekerja sosial dan psikolog juga ikut memberikan peran aktif dalam pemberian motivasi yang ternyata membantu untuk mengubah pola pikir para ABH sedikit demi sedikit tanpa ada keterpaksaan sehingga perlahan ABH dapat memahami dan bisa mendorong dirinya sendiri untuk melakukan perubahan perilaku. Beberapa labelling dari Masyarakat perihal ABH yang tidak akan mampu dalam berubah dan menjadi anak yang lebih baik lagi ternyata salah, selama penelitian dilakukan, peneliti memperoleh hasil yang positive baik dari ABH itu sendiri maupun dari para pekerja sosial yang menjadi pendamping dari para ABH, selain itu sewaktu melakukan observasi mengikuti terapi psikososial selama 1 bulan di Sentra Mulya Jaya Jakarta, peneliti menemukan dan melihat secara langsung perubahan perilaku yang terjadi sesuai dengan yang telah disebutkan sebelumnya oleh pekerja sosial. Contoh dari perubahan perilaku yang terjadi para ABH lebih rajin dalam beribadah, tak segan dalam menolong staff yang ada di Sentra Mulya Jaya Jakarta, disiplin dalam menjalankan berbagai kegiatan yang ada, menurut apabila dinasehati dan lain sebagainya.

Tentunya, hal ini menjadi awal yang baik bagi kehidupan para ABH karena perubahan perilaku kearah yang lebih baik akan membawa mereka ketempat dan situasi yang baik pula. ABH bukan hanya berjanji melakukan perubahan perilaku tapi benar-benar melakukan perubahan perilaku yang bisa disaksikan oleh seluruh staff yang ada di Sentra Mulya Jaya Jakarta, mereka juga menyadari perilaku buruk yang telah mereka perbuat sehingga hal ini bisa menjadi ajang refleksi diri yang bisa membuat ABH sadar akan perbuatan salah nya sehingga melakukan perubahan perilaku yang semoga saja sustainable atau berkelanjutan. ABH masih tergolong anak sehingga masih bisa dan sangat mungkin untuk diarahkan dan dibentuk menjadi pribadi-pribadi yang baik dan berkualitas oleh orang-orang hebat seperti orang tua, pekerja sosial, psikolog yang mana hanya menjadi faktor pendukung saja, faktor utama tetap diri mereka sendiri yang menginginkan perubahan untuk dirinya, maupun hidupnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, Charles, Paschal Sheeran. 2014. *The health belief model*. Cambridge University Press
- Admin KPAI. KPAI. 2023, 01, 20. Catatan Pengawasan Perlindungan Anak Di Masa Transisi Pandemi; Pengasuhan Positif, Anak Indonesia Terbebas Dari Kekerasan. <https://www.kpai.go.id/publikasi/catatan-pengawasan-perlindungan-anak-di-masa-transisi-pandemi-pengasuhan-positif-anak-indonesia-terbebas-dari-kekerasan>
- Arini, Bernadette Dian, Felicia Chandra dkk. 2018. Perancangan Permainan Interaktif Sebagai Pendukung Optimalisasi Golden Age Pada Anak. *Jurnal DKV Adiwarna*. 1-9.
- Artigas, Luciana, Ignacio Jarero (manuscript preparation). 2013. *The Butterfly Hug Protocol*. Springer Publishing Company. 1-11.
- Bhati, Kirti. Calm Sage. 2023, 04, 27. *Psychosocial Theraphy: Its Types, Examples, and Why is it used?*. <https://www.calmsage.com/psychosocial-therapy/>
- Black, David. 2011. A brief definition of mindfulness. *Behavioral Neuroscience*. 1-2.
- Bogor. Dinas Sosial Kabupaten Bogor. 2023. PPKS. <https://dinsos.bogorkab.go.id/ppks-pemerlu-pelayanan-kesejahteraan-sosial/>
- Bravita, Faathir Justiano, Obed Junior, dan Monika Anjaswari. 2023. Kitab Undang-Undang Perlindungan Anak. Anak Hebat Indonesia.
- Choi, Ellen. Norman Farb dkk. 2021. What do people mean when they talk about mindfulness?. *Clinical Psychology Review*. 1-15.
- Creswell, J. David, Bassam Khoury. American Psychological Association. 2019, 10, 30. *Mindfulness meditation: A research proven way to reduce stress*. <https://www.apa.org/topics/mindfulness/meditation>
- Fava, Giovanni Andrea. Chiara Ruini. 2014. *Increasing Psychological Well-being in Clinical and Educational Settings*. Springer Science.
- Fitri, Nia Febbiyani, dan Bunga Adelya. 2017. *Kematangan Emosi Remaja dalam Pengentasan*

- Masalah. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*. 2(2). 30-38.
- Gencer, Huseyin. 2019. *Group Dynamics and Behaviour. Universal Journal of Educational Research*. 7(1). 223-229.
- Gillespie, Alex. 2007. *The Social Basis of Self-Reflection*. Cambridge University Press.
- Ginting, Philia Anindita & Meilanny Budiarti Santoso. 2019. Perubahan Perilaku Anak Berhadapan Dengan Hukum (ABH). *Share: Social Work Journal*. 9(1). 86-101.
- Gould, Wendy Rose. Today all day. 2022, 04, 13. *Butterfly hugs, rainbow breathing and more ways to combat stress in minutes*.  
<https://www.today.com/health/mind-body/butterfly-hug-rainbow-breathing-relieve-stress-anxiety-rcna24055>
- Humas Rehsos Anak. 2020, 09, 22. Kemensos Tingkatkan Kompetensi SDM Rehabilitasi Sosial ABH. <https://kemensos.go.id/kemensos-tingkatkan-kompetensi-sdm-rehabilitasi-sosial-abh>
- Irmayani. 2017. Peranan Orang Tua, Penegak Hukum dan Pekerja Sosial dalam Mengatasi Masalah Psikososial Anak yang Berkonflik dengan Hukum atau Lembaga Permasalahannya. *Jurnal Sosio Informa*. 3(2). 138-152.
- Junaidi, Mohammad. 2022. Supremasi Sistem Hukum Peradilan Pidana Anak dalam Melindungi Hak Anak berhadapan dengan hukum. Universitas Islam Sultan Agung.
- K.S, Kumara. 2021. *Children Conflict with Law and Its Supporting Factors: a Sociological Study in Karnataka State. International Journal of Multidisciplinary Educational Research*. 11(2). 29-32.
- Keller, John M. 1987. *The Systematic Process of Motivational Design. Performance&Instruction*. 1-8.
- Krisdamarjati, Yohanes Advent. Kompas.id. 2023, 08, 29. Meningkatnya Kasus Anak Berkonflik Hukum, Alarm bagi Masyarakat dan Negara. <https://www.kompas.id/baca/riset/2023/08/28/meningkatnya-kasus-anak-berkonflik-hukum-alarm-bagi-masyarakat-dan-negara>
- Kurniawan, Aditya Putra. 2018. *Cognitive Behavioral Therapy for Children: Strengths and Limitations. Department Psychology, Macquarie University, Sdney*. 1-7.
- Kusumastuti, A., & Khoiron, A. M. 2019. Metode Penelitian Kualitatif. Lembaga Pendidikan Sukarno Pressindo (LPSP)
- Mahesa, Putera. 2014. Evaluasi Program Terapi Psikososial Bagi Anak Berhadapan dengan Hukum di Rumah Antara Panti Sosial Marsudi Putra Handayani Jakarta Timur. UIN Syarif Hidayatullah.
- Maulana, Raihan. 2023. Dampak Program Asistensi Rehabilitasi Sosial (ATENSI) Dalam Perubahan Perilaku Anak Berhadapan Hukum (ABH) Di Sentra Mulya Jaya Jakarta. UIN Syarif Hidayatullah.
- Michels. 2010. *Psychosocial Support for Children: Protecting the Rights of Child Victims and Witnesses in Transitional Justice Processes. UNICEF Innocenti Research Centre*. 1-23.
- N. Daniati, Widjaja G. Olalla Gracia M. dkk. *The Health Belief Model's Application in the Development of Health Behaviors. Health Education and Health Promotion*. 9. 522-526.
- Nuraeny, Henny dan Tanti Kirana Utami. 2021. Hukum Pidana dan HAM (Perlindungan Hukum Terhadap Anak dan Perempuan). PT RajaGrafindo Persada
- Nur'aini, Miswanto, Yeni Marito Harahap. 2022. Patologi dan Rehabilitasi Sosial. Eureka Media Aksara
- Nurjanah, Siti. 2020. Konseling Psikososial Bagi Pelaku Pencurian (Anak Berhadapan dengan Hukum Usia 12-18 tahun) di Unit Pelaksana Teknis Dinas (UPTD) Insan Berguna Dinas Sosial Provinsi Lampung. UIN Raden Intan Lampung.
- Nursabila. (2018). Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan *Cognitive Behavior Therapy* Dalam Upaya Menangani Seorang Remaja Dengan Kecenderungan Histrionik Di Yayasan Hotline Surabaya Skripsi. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
- O'Donohue, William T. Jane E. Fisher (terjemahan). 2012. *Cognitive Behavior Therapy: Prinsip-prinsip Utama untuk Praktik*. Pustaka Pelajar.
- Oleh Kominfo. Pemerintah Kabupaten Kepahiang. 2021, 06, 09. Peran Sakti Peksos Dalam Penanganan Anak Berhadapan Hukum (ABH).

<https://kepahiangkab.go.id/new/2021/06/09/peran-sakti-peksos-dalam-penanganan-anak-berhadapan-hukum-abh/>

- Penulis Mantracare. MantraCare. *Psychosocial Treatments: Types, Benefits, and Drawbacks*. <https://mantracare.org/therapy/care/psychosocial-treatments/>
- Penulis Wellable. Wellable. *Theories Of Behavior Change*. <https://www.wellable.co/resources/theories-of-behavior-change/>
- Podder, Priyanka, Sanjukta D, Vaya SL dkk. 2016. *Formulating an Integrated Intervention Programme: Reshaping the Brain-Behaviour Functioning of Children in Conflict with Law in India*. *Journal of Psychology & Clinical Psychiatry*. 6(7). 1-6.
- Pramono, Nanang. 2020. *Bimbingan Pada Anak Berhadapan Hukum Dalam Menghadapi Kecemasan Saat Sidang (Studi Kasus di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta)*. Institut Agama Islam Negeri Surakarta
- Prasko, Jan, Marie Ociskoval, Marija Abeltina dkk. 2023. *The importance of self-experience and self-reflection in training of cognitive behavioral therapy*. *Neuroendocrinology Letters*. 44 (3). 152-163.
- Purniati, Mamik, Sri Supatmi, dan Ni Made Martini Tinduk. 2003. *Correction in America An Introduction, Analisa Situasi Sistem Peradilan Pidana Anak (Juvenile Justice System) di Indonesia*, Jakarta, UNICEF
- Rinaldi, Ridho, Dwi Yuliani. 2020. *Kondisi Psikososial Anak yang Berkonflik dengan Hukum di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Kota Pangkal Pinang*. *PEKSOS: Jurnal Ilmiah Pekerja Sosial*. 19(2). 280-292.
- RZ. Balai Pemasyarakatan Kelas I Jakarta Selatan. *Pendampingan ABH di Polres Jakarta Selatan*. <https://bapasjksel.kemenkumham.go.id/pendampingan-abh-di-polres-jakarta-selatan/>
- Soehartono, I. 2019. *Metode Penelitian Sosial*. PT Remaja Rosakarya
- Souders, Beata. *Positive Psychology*. 2019, 11, 05. *The Vital Importance and Benefits of Motivation*. <https://positivepsychology.com/benefits-motivation/>
- Springer, Craig. Justin R. Misurell. 2010. *Game-Based Cognitive-Behavioral Therapy (GB-CBT): An Innovative Group Treatment Program for Children Who Have Been Sexually Abused*. *Journal of Child & Adolescent Trauma*. 3. 163-180.
- Trinurmi, Sitti. 2021. *Teknik Terapi Kelompok (Group Therapy)*. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*. 8(1). 22-35.
- Wahyuni, Willa. *Hukum Online.com*. 2023, 03, 08. *Mengenal Anak berhadapan dengan hukum*. <https://www.hukumonline.com/berita/a/mengenal-anak-yang-berhadapan-dengan-hukum-1t64081e7f1eea9/>
- Widhagda, Miftah Faridl, Suryo Ediyono. 2022. *Case Study Approach in Community Empowerment Research in Indonesia*. *Indonesian Journal of Social Responsibility Review (IJSRR)*. 1(1). 71-76.
- Yusella, Nandya Zahra. 2013. *Problematika Anak Berhadapan Hukum (ABH) dan Praktik Bimbingan Sosial Kelompok Studi Kasus Panti Sosial Marsudi Putra Handayani (PSMP Handayani) Jakarta Timur*. UIN Syarif Hidayatullah.
- Zulfikri. Aqila Zahirah. Abdul Halim Masnan. 2023. *Penggunaan Permainan Interaktif dalam Proses Pengajaran dan Pembelajaran Kanak-Kanak: Suatu Inovasi*. *Southeast Asia Early Childhood Journal*. 12 (1). 128-134.