

Social Anxiety Pada Mantan Pelaku Tjah Di Provinsi Sumatera Selatan

Social Anxiety in Former Crime Perpetrators in South Sumatera Province

Elza Febiola*

Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: elza.22283@mhs.unesa.ac.id

Qurrota A'yuni Fitriana

Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: qurrotafitriana@unesa.ac.id

Abstrak

Fenomena tjah sebagai bentuk kekerasan interpersonal di Sumatera Selatan tidak hanya berdampak pada korban, tetapi juga menimbulkan konsekuensi psikologis jangka panjang bagi pelakunya setelah menjalani proses hukum dan kembali ke masyarakat. Salah satu dampak yang rentan dialami adalah *social anxiety*, terutama dalam konteks reintegrasi sosial. Penelitian ini bertujuan untuk memahami dinamika *social anxiety* pada mantan pelaku tjah serta faktor-faktor yang memengaruhinya. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi kasus dengan desain *single case*. Partisipan terdiri dari mantan pelaku tjah yang telah menyelesaikan masa hukuman. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan adanya tema utama meliputi ketakutan terhadap penilaian negatif, stigma sosial, kesulitan membangun kembali relasi sosial, serta strategi koping yang digunakan subjek dalam menghadapi *social anxiety*. Temuan ini menunjukkan bahwa pengalaman kriminalitas dan respons sosial pasca-pemidanaan berkontribusi signifikan terhadap munculnya *social anxiety*. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan intervensi psikologis dan program pendampingan bagi mantan pelaku kekerasan dalam proses reintegrasi sosial.

Kata kunci : *Social anxiety*, tjah, mantan pelaku

Abstract

The phenomenon of tjah as a form of interpersonal violence in South Sumatra not only affects victims but also has long-term psychological consequences for perpetrators after completing their legal sentences and returning to society. One psychological impact that is particularly vulnerable is social anxiety, especially during social reintegration. This study aims to explore the dynamics of social anxiety among former tjah perpetrators and the contributing factors. This research employed a qualitative approach with a phenomenological method. Participants were former tjah perpetrators who had completed their sentences. Data were collected through in-depth interviews and analyzed using thematic analysis. The findings revealed key themes including fear of negative evaluation, social stigma, difficulties in rebuilding social relationships, and coping strategies used to manage social anxiety. These findings indicate that criminal experiences and post-incarceration social responses significantly contribute to social anxiety. This study provides insights for developing psychological interventions and support programs for former perpetrators during social reintegration.

Keywords : *Social anxiety*, tjah, former offenders

Article History	*corresponding author
<p>Submitted : 21-01-2026</p> <p>Final Revised : 22-01-2026</p> <p>Accepted : 22-01-2026</p>	<div data-bbox="1002 275 1275 342" data-label="Image"> </div> <p><i>This is an open access article under the CC-BY-SA license</i></p> <p><i>Copyright © 2022 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya</i></p>

Kekerasan interpersonal, khususnya pembunuhan, masih menjadi persoalan sosial yang serius di Indonesia. Berdasarkan data Kepolisian Republik Indonesia, selama periode 2019-2022 tercatat lebih dari tiga ribu korban pembunuhan dengan motif yang beragam, mulai dari konflik interpersonal hingga kejahatan bermotif ekonomi. Sebagian besar kasus tersebut melibatkan penggunaan senjata tajam dan terjadi dalam konteks relasi sosial yang problematik. Kondisi ini menunjukkan bahwa kekerasan interpersonal tidak semata-mata merupakan pelanggaran hukum, tetapi juga berakar pada dinamika sosial dan budaya tertentu yang masih menguat di sejumlah wilayah, termasuk Provinsi Sumatera Selatan (Pusiknas Polri, 2023).

Provinsi Sumatera Selatan merupakan salah satu wilayah dengan angka kekerasan yang relatif tinggi. Data Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa pada tahun 2020 terdapat ratusan kasus kekerasan yang didominasi oleh kekerasan fisik, disusul kekerasan seksual dan psikis. Salah satu daerah yang relevan untuk kajian sosial di wilayah ini adalah Kabupaten Penukal Abab Lematang Ilir (PALI), sebuah wilayah pemekaran dari Kabupaten Muara Enim pada tahun 2013, yang dikenal sebagai daerah penghasil minyak serta masyarakat yang masih menjunjung tradisi lokal (Novriyansah, 2025). Tingginya angka kekerasan di wilayah ini tidak dapat dilepaskan dari konteks sosial budaya setempat yang masih menjunjung nilai maskulinitas, gengsi, serta pembelaan kehormatan. Nilai-nilai tersebut kerap membentuk pola penyelesaian konflik yang agresif dan berorientasi pada pembuktian keberanian, terutama pada laki-laki, sehingga kekerasan dipandang sebagai respons yang dapat diterima dalam situasi tertentu (Isabella, 2021; Rizaty, 2021).

Salah satu bentuk kekerasan interpersonal yang dikenal dalam konteks budaya Sumatera Selatan adalah tujuh, yaitu tindakan penusukan menggunakan senjata tajam dalam situasi konflik interpersonal. Praktik ini memiliki akar historis dan kultural yang kuat, di mana senjata tajam seperti lading cap garpu pada awalnya dimaknai sebagai alat perlindungan diri. Namun, seiring perubahan sosial dan ekonomi, makna tersebut mengalami pergeseran sehingga senjata tradisional semakin sering digunakan sebagai instrumen kekerasan dan tindak kriminal (Dudi Oskandar, 2020). Pergeseran fungsi ini menciptakan konflik nilai, ketika tindakan kekerasan justru bertentangan dengan nilai budaya leluhur yang sejatinya menjunjung kewaspadaan dan perlindungan diri (Isabella, 2021).

Dalam konteks sosial-budaya Sumatera Selatan, tujuh tidak hanya dipahami sebagai tindakan kriminal individual, tetapi juga sebagai praktik kekerasan yang dilekatkan pada nilai kehormatan, maskulinitas, dan pembelaan harga diri. Senjata tajam yang digunakan dalam praktik tujuh, seperti lading cap garpu, memiliki makna simbolik sebagai representasi keberanian dan kesiapan menghadapi ancaman. Kondisi geografis Sumatera Selatan pada masa lalu yang didominasi oleh kawasan hutan turut membentuk kebiasaan masyarakat membawa senjata tajam sebagai alat perlindungan diri. Namun, dalam perkembangan masyarakat modern, fungsi simbolik tersebut mengalami pergeseran, sehingga senjata tradisional semakin sering digunakan dalam konteks konflik interpersonal dan tindak kriminal. Pergeseran makna ini mencerminkan adanya konflik nilai, ketika simbol perlindungan diri justru dimanfaatkan sebagai alat kekerasan yang melanggar norma sosial dan hukum.

Fenomena tujuh tidak hanya berdampak pada korban, tetapi juga menimbulkan konsekuensi psikologis jangka panjang bagi pelakunya, terutama setelah menjalani masa pemidanaan. Mantan pelaku tujuh dihadapkan pada tantangan penyesuaian kembali ke masyarakat yang ditandai oleh stigma, penolakan sosial, serta ketakutan terhadap penilaian negatif. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa mantan narapidana memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan kesehatan mental, termasuk kecemasan dan kesulitan penyesuaian sosial, sebagai akibat dari internalisasi stigma dan berkurangnya dukungan sosial selama masa penahanan (Kanti & Hartati, 2023; Widodo & Salma, 2022). Salah satu kondisi psikologis yang rentan muncul dalam konteks tersebut adalah *social anxiety*. *Social anxiety* merujuk pada kondisi psikologis yang ditandai oleh ketakutan berlebihan terhadap penilaian negatif, pengucilan, dan penolakan dalam situasi sosial, yang sering kali mendorong individu untuk menghindari interaksi sosial (Nisa et al., 2023).

Pada mantan pelaku kekerasan seperti tujuh, kerentanan terhadap *social anxiety* cenderung lebih tinggi karena tindakan agresif yang dilakukan dipersepsikan sebagai pelanggaran norma moral dan sosial, sehingga memicu rasa malu, bersalah, serta ketakutan akan penilaian masyarakat (Putrie & Prasetya, 2023). Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa konteks tindak kekerasan dan durasi penahanan turut memengaruhi munculnya *social anxiety*. Individu yang melakukan kekerasan dalam situasi konflik sosial atau ekonomi, serta menjalani masa penahanan jangka menengah hingga panjang, memiliki risiko lebih tinggi mengalami *social anxiety* akibat isolasi sosial, kehilangan kontrol diri, dan internalisasi stigma (Skardhamar et al., 2021; García-Mieres et al., 2021; Thomas et al., 2023). Namun, sebagian besar penelitian tersebut masih bersifat umum, menggunakan pendekatan kuantitatif, dan belum secara spesifik mengkaji pengalaman subjektif mantan pelaku kekerasan dalam konteks budaya lokal tertentu.

Berdasarkan kajian literatur tersebut, masih terdapat celah penelitian yang signifikan terkait pemahaman mendalam mengenai dinamika *social anxiety* pada mantan pelaku tujuh dalam konteks budaya Sumatera Selatan. Penelitian yang secara khusus mengkaji fenomena ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus masih sangat terbatas. Padahal, pemahaman yang mendalam mengenai pengalaman psikologis mantan pelaku tujuh penting untuk mengembangkan intervensi psikologis dan sosial yang lebih kontekstual serta sensitif terhadap nilai budaya lokal. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam dinamika *social anxiety* pada mantan pelaku tujuh di Provinsi Sumatera Selatan melalui pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus *single case*. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam kajian *social anxiety* serta kontribusi praktis bagi pengembangan strategi pendampingan psikologis bagi mantan pelaku kekerasan dalam proses penyesuaian kembali ke masyarakat.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus *single case*. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti memahami fenomena sosial dan psikologis secara mendalam dalam konteks alamiah, tanpa manipulasi variabel, serta menekankan pemaknaan subjektif individu terhadap pengalaman hidupnya (Winarni, 2021; Hasan, 2023). Desain studi kasus *single case* digunakan untuk mengeksplorasi secara komprehensif dinamika *social anxiety* pada satu individu mantan pelaku tujuh yang dipandang memiliki karakteristik khas dan relevan dengan tujuan penelitian. Pendekatan ini memungkinkan eksplorasi holistik terhadap aspek psikologis, sosial, dan kontekstual yang melingkupi pengalaman subjek dalam situasi nyata, dengan mempertimbangkan latar belakang, pengalaman hidup, serta interaksi subjek dengan lingkungan sosialnya (Yin, 2020; Pratama, 2024).

Pemilihan desain studi kasus *single case* didasarkan pada pertimbangan bahwa fenomena *social anxiety* pada mantan pelaku tujuh merupakan pengalaman yang bersifat kompleks, unik, dan kontekstual, sehingga tidak dapat direduksi melalui generalisasi statistik dan membutuhkan penelaahan mendalam pada satu kasus yang dianggap representatif dan informatif (Guest et al., 2020). Selain itu, desain *single case* memungkinkan peneliti menggali secara intensif proses psikologis, dinamika internal, serta perubahan makna yang dialami subjek dari waktu ke waktu dalam konteks kehidupan nyata, yang sulit ditangkap melalui desain penelitian lain (Guest et al., 2020).

Partisipan

Subjek utama dalam penelitian ini adalah seorang mantan pelaku tujuh yang telah menyelesaikan masa hukuman dan kembali ke lingkungan masyarakat. Pemilihan subjek dilakukan secara *purposive sampling*, yaitu pemilihan partisipan secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan fokus penelitian (Sugiyono, 2022). Kriteria partisipan meliputi: (1) mantan pelaku tujuh dengan riwayat masa hukuman lebih dari satu tahun, (2) telah bebas maksimal satu tahun, (3) keterlibatan dalam tindakan tujuh tidak berkaitan dengan konflik atau perlindungan keluarga, melainkan dipicu oleh faktor situasional dan ekonomi, serta (4) berdomisili di Provinsi Sumatera Selatan, khususnya Kabupaten Penukal Abab Lematang Ilir. Kriteria ini ditetapkan untuk memastikan bahwa pengalaman penyesuaian sosial dan dinamika *social anxiety* masih relevan dan dapat diamati secara mendalam (Orth & Wiedermann, 2020; Hawke et al., 2021).

Selain subjek utama, penelitian ini juga melibatkan tiga *significant others* yang terdiri dari anggota keluarga dan individu terdekat subjek. Keterlibatan *significant others* bertujuan memperoleh perspektif tambahan terkait perubahan perilaku, interaksi sosial, serta proses adaptasi subjek setelah pembebasan (Gottlieb & Bergen, 2020).

Pengumpulan Data

Penelitian ini dilaksanakan di Kabupaten Penukal Abab Lematang Ilir (PALI), Provinsi Sumatera Selatan, selama kurang lebih dua minggu. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur sebagai teknik utama. Wawancara semi-terstruktur memungkinkan peneliti menggunakan pedoman pertanyaan sebagai acuan sekaligus memberikan fleksibilitas untuk mengeksplorasi informasi lanjutan sesuai dengan respons partisipan, sehingga data yang diperoleh bersifat kaya dan kontekstual (Seng Hansen, 2020; Mukhlash Abrar, 2024).

Wawancara dilaksanakan secara tatap muka dalam lingkungan yang aman dan kondusif, dengan terlebih dahulu membangun *rapport* agar partisipan merasa nyaman dalam mengungkapkan pengalaman pribadinya. Topik wawancara meliputi pengalaman interaksi sosial, ketakutan terhadap penilaian negatif, serta proses penyesuaian diri pasca-pemidanaan. Wawancara dilakukan di kediaman partisipan karena dianggap sebagai lokasi yang paling mendukung keterbukaan dan kedalaman data. Seluruh proses wawancara direkam atas persetujuan partisipan dan selanjutnya ditranskripsi secara verbatim untuk keperluan analisis data.

Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis tematik. Analisis tematik dipilih karena memungkinkan peneliti mengidentifikasi, mengorganisasi, dan menafsirkan pola

makna atau tema yang muncul dari data kualitatif secara sistematis (Heriyanto, 2022). Proses analisis dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu: (1) transkripsi verbatim dan pembacaan data secara berulang untuk memahami konteks dan makna pengalaman subjek, (2) open coding untuk mengidentifikasi unit makna yang relevan, (3) pengelompokan kode ke dalam kategori, (4) penemuan dan penamaan tema utama, serta (5) interpretasi tema dengan mengaitkan pengalaman subjek, konteks sosial budaya, dan kerangka teoretis *social anxiety* (Fifi et al., 2023; Kiger & Varpio, 2020). Tahapan analisis mengikuti alur analisis data Miles dan Huberman, meliputi pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan (Guest et al., 2020; Nowell et al., 2020).

Keabsahan data dalam penelitian ini dijaga melalui penerapan triangulasi sumber. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh dari subjek utama dengan informasi dari *significant others*, sehingga memungkinkan pengecekan silang terhadap konsistensi dan keakuratan temuan (Cohen et al., 2020). Penerapan triangulasi membantu memastikan bahwa tema yang dihasilkan tidak hanya merupakan interpretasi tunggal peneliti, tetapi didukung oleh berbagai perspektif yang relevan. Selain itu, proses pembacaan ulang transkrip dan pencocokan temuan dengan catatan lapangan dilakukan untuk meningkatkan kredibilitas dan keandalan hasil penelitian (Stahl & King, 2020; Ule, 2023).

Hasil

Bagian ini menyajikan hasil analisis data wawancara yang dilakukan terhadap partisipan penelitian, baik partisipan utama maupun *significant others*. Data diuraikan secara deskriptif dan naratif berdasarkan tema dan subtema hasil analisis untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai dinamika *social anxiety* pada mantan pelaku tujuh. Penyajian hasil didukung oleh kutipan langsung dari partisipan, dengan identifikasi partisipan utama (KS) dan *significant others* (SO) untuk menunjukkan sumber informasi. Wawancara dilakukan terhadap satu partisipan utama dan tiga *significant others* menggunakan metode semi-terstruktur, dengan pedoman wawancara sebagai acuan utama serta fleksibilitas dalam penggalian data sesuai respons dan pengalaman masing-masing informan.

KS merupakan laki-laki berusia 43 tahun yang berdomisili di PALI. Sebelum menjalani proses hukum, KS bekerja sebagai sopir dan berpendidikan SMA. KS telah menikah dan memiliki seorang anak laki-laki. Setelah bebas dari lembaga pemasyarakatan, KS belum memiliki pekerjaan tetap dan kondisi ekonomi keluarga sebagian besar ditopang oleh istrinya. KS menjalani hukuman dengan vonis awal tiga tahun yang kemudian berkurang menjadi satu tahun delapan bulan melalui Pembebasan Bersyarat. Sebelum ditangkap, KS sempat menjadi buronan selama kurang lebih empat tahun dan berpindah-pindah tempat untuk menghindari aparat penegak hukum. Selama masa pelarian, KS mengaku mengalami *anxiety* dan kewaspadaan berlebihan, termasuk ketakutan saat melihat kendaraan yang dicurigai sebagai aparat kepolisian. KS akhirnya kembali ke PALI setelah memperoleh informasi bahwa rekannya telah menyelesaikan masa hukuman, namun tetap ditangkap oleh aparat kepolisian setempat.

Tabel 1. Tabel Tema

Tema	Sub Tema
Ketakutan terhadap penilaian negatif	Rasa malu dan minder pasca-kejadian tujuh
	Kekhawatiran terhadap penilaian buruk masyarakat

Penghindaran sosial dalam situasi baru	Pikiran negatif dan penilaian diri yang berlebihan
	Ketakutan tidak diterima dalam lingkungan kerja
	Menghindari aktivitas di luar rumah
Penghindaran sosial dalam situasi sosial umum	Menarik diri dari upaya mencari pekerjaan
	Perasaan tidak pantas dan kurang percaya diri
Penghindaran sosial dalam situasi sosial umum	Menghindari tempat berkumpul dan interaksi sosial
	Pembatasan relasi sosial untuk mencegah konflik
	Perpindahan tempat tinggal sebagai strategi penghindaran

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pengalaman *social anxiety* pada mantan pelaku tujuh melalui pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Subjek utama penelitian adalah KS, seorang mantan pelaku tujuh yang telah menyelesaikan masa hukuman, dengan data pendukung diperoleh melalui triangulasi sumber dari tiga *significant others* dalam lingkaran sosial terdekatnya.

Data dianalisis menggunakan analisis tematik yang mengacu pada aspek *social anxiety* menurut La Greca dan Lopez (1998), yaitu ketakutan terhadap penilaian negatif, penghindaran sosial, dan ketidaknyamanan dalam situasi sosial. Hasil analisis menunjukkan bahwa KS mengalami *social anxiety* yang relatif kuat dan konsisten dalam berbagai konteks kehidupan pasca-pemidanaan. Paparan hasil penelitian selanjutnya disajikan berdasarkan tema-tema utama yang merepresentasikan dinamika pengalaman *social anxiety* KS.

1. Tema 1: Ketakutan terhadap penilaian negatif (*Social Fear of Negative Evaluation*)

Temuan menunjukkan bahwa ketakutan terhadap penilaian negatif merupakan aspek paling dominan dalam pengalaman *social anxiety* KS. Rasa malu dan minder muncul sebagai respons terhadap stigma sosial sebagai mantan pelaku tujuh, terutama terkait peran KS sebagai kepala keluarga. KS memaknai interaksi sosial sebagai situasi yang berisiko memunculkan penilaian negatif, khususnya dalam konteks pencarian kerja dan keterlibatan sosial.

“...Ya merasa minder, malu saya sama masyarakat setempat... mau kerja malu... belum tumbuh percaya diri saya sekarang...” (KS:P1:W1:155)

Ketakutan tersebut tidak hanya bersumber dari respons nyata masyarakat, tetapi juga dari penilaian diri yang berlebihan. KS menyadari bahwa kecemasan yang dialaminya kerap dipicu oleh asumsi internal mengenai bagaimana dirinya dipersepsikan orang lain.

“...belum tentu orang menilai saya buruk, cuman pemikiran diri saya sendiri seperti itu...” (KS:P1:W1:180)

“...sekarang ini bagaimana ya, saya ini sedang berperang dengan pikiran sendiri...” (KS:P1:W1:265)

Temuan ini menunjukkan internalisasi stigma sosial, di mana penilaian negatif dari lingkungan telah terinternalisasi menjadi penilaian diri. Kondisi ini selaras dengan konsep *fear of negative evaluation*, di mana individu tidak hanya takut pada evaluasi eksternal, tetapi juga

mengembangkan skema kognitif negatif terhadap dirinya sendiri. Dampak psikologis tersebut diperkuat oleh rasa bersalah terhadap keluarga, yang semakin meningkatkan *social anxiety*.

“...keluarga merasa malu, malu karena tertekan dengan saya sebagai kepala rumah tangga...” (KS:P1:W1:140)

Temuan ini diperkuat oleh *significant others* yang mengonfirmasi adanya pembicaraan dan pelabelan negatif dari lingkungan sosial pasca pembebasan KS.

“...dia di katain orang... dia mau berubah...” (BR:SO1A:W1:70)

“...orang lain membicarakan nya dan menganggap dirinya perampok...” (RM:SO1B:W1:85)

2. Tema 2: Penghindaran sosial dan perasaan tertekan dalam situasi baru (*Social avoidance and distress in new situations*)

Aspek penghindaran sosial tampak jelas dalam respons KS terhadap situasi baru, terutama yang berkaitan dengan aktivitas di luar rumah dan peluang kerja. KS cenderung menarik diri dan membatasi paparan sosial sebagai strategi untuk menghindari rasa malu dan ketidaknyamanan.

“...sekarang saya lebih banyak mengurung diri di rumah...” (KS:P1:W1:195)

Meskipun terdapat kesempatan kerja yang ditawarkan, KS mengaku belum mampu memanfaatkannya karena rasa tidak percaya diri dan ketakutan akan penolakan sosial.

“...ada yang nawarin pekerjaan juga ada, cuman bagaimana ya rasa percaya diri belum ada...” (KS:P1:W1:290)

Perilaku ini menunjukkan bahwa *social anxiety* tidak hanya bersifat afektif, tetapi berdampak langsung pada fungsi sosial dan produktivitas. *Significant others* mengamati perubahan signifikan dalam pola interaksi KS, dari individu yang sebelumnya aktif menjadi lebih pasif dan menghindar.

“...dulu dia aktif ke tetangga... kalau sekarang dia di rumah saja...” (BR:SO1A:W1:75)

“...dulu suka bercanda gurau, sekarang tidak jadi diam saja...” (F:SO1C:W1:80)

Temuan ini mencerminkan karakteristik *distress in new situations*, di mana situasi sosial yang baru atau menuntut adaptasi menjadi sumber *anxiety* dan mendorong perilaku penghindaran sebagai mekanisme coping.

3. Tema 3: Penghindaran sosial dan perasaan tertekan dalam situasi sosial secara umum (*Social avoidances and distress in general*)

Dalam konteks sosial yang lebih luas, KS menunjukkan pola penghindaran yang menetap dan meluas. KS secara sadar menghindari tempat berkumpul yang sebelumnya rutin didatangi karena khawatir memicu konflik emosional dan penilaian negatif.

“...sekarang tidak pernah lagi kumpul bersama teman di warung...” (KS:P1:W1:315)

Bahkan, KS memilih berpindah tempat tinggal sebagai strategi untuk mengurangi tekanan sosial dan menjaga kestabilan emosinya.

“...akhirnya saya mengindar saja... saya ada rezeki pindah rumah menjauh dari mereka...” (KS:P1:W1:345)

Significant others mengonfirmasi bahwa KS kerap membatasi interaksi, meninggalkan situasi sosial lebih awal, dan menghindari kegiatan keluarga.

“...dia ada rasa-rasa mau pulang dulu meninggalkan tempat tersebut...” (BR:SO1A:W1:100)

“...acara keluarga tapi saya tidak melihat dia...” (F:SO1C:W1:90)

Pola ini menunjukkan bahwa *social anxiety* pada KS telah berkembang dari respons situasional menjadi strategi hidup yang memengaruhi relasi sosial secara menyeluruh. Penghindaran tidak lagi terbatas pada situasi tertentu, melainkan menjadi pola adaptasi jangka panjang untuk mengurangi risiko konflik dan evaluasi negatif.

Secara keseluruhan, ketiga tema menunjukkan bahwa *social anxiety* pada KS berkembang secara konsisten dan saling terkait, dimulai dari ketakutan terhadap penilaian negatif, berlanjut pada penghindaran situasi baru, hingga penghindaran sosial secara umum. Temuan ini menegaskan bahwa *social anxiety* pada mantan pelaku tujuh tidak hanya bersifat intrapsikis, tetapi juga berdampak nyata pada fungsi sosial, relasi interpersonal, dan strategi hidup pasca-pemidanaan.

Pembahasan

Pembahasan penelitian ini difokuskan pada pemahaman dinamika *social anxiety* yang dialami KS sebagai mantan pelaku tujuh setelah menjalani masa pemidanaan. Temuan penelitian menunjukkan bahwa *social anxiety* pada KS muncul secara menetap dan memengaruhi berbagai aspek kehidupannya, sejalan dengan konsep *social anxiety* menurut La Greca dan Lopez (1998), yang menekankan interaksi antara proses kognitif, emosional, dan perilaku dalam konteks sosial. Pembahasan selanjutnya diuraikan berdasarkan tema dan subtema sebagai berikut.

1. Ketakutan terhadap Penilaian Negatif (*Fear of Negative Evaluation*)

Aspek yang paling dominan pada KS adalah ketakutan terhadap penilaian negatif. KS memaknai interaksi sosial sebagai situasi yang berpotensi memunculkan stigma, penolakan, dan penilaian buruk akibat statusnya sebagai mantan pelaku tujuh. Ketakutan ini muncul baik dalam situasi sosial baru maupun dalam interaksi sehari-hari dengan lingkungan yang dikenal. Hal ini konsisten dengan temuan Heimberg et al. (2021) dan Pachankis et al. (2020), yang menekankan bahwa internalisasi stigma dan bias kognitif terhadap ancaman sosial memperkuat *social anxiety*, meskipun individu memiliki kesadaran reflektif terhadap pikirannya sendiri. Pengalaman masa pelarian sebagai buronan dan hukuman penjara turut memperkuat kewaspadaan sosial KS. Pola kewaspadaan yang awalnya adaptif untuk bertahan hidup menjadi maladaptif ketika diterapkan dalam kehidupan sosial pasca-pembebasan. Strategi penghindaran dan kecemasan terhadap evaluasi sosial ini diperkuat oleh rasa bersalah, tanggung jawab moral terhadap keluarga, serta kekhawatiran terhadap dampak stigma pada anggota keluarga (Morrison & Heimberg, 2020; Breen & O'Connor, 2021).

2. Penghindaran Sosial dan Perasaan Tertekan dalam Situasi Baru (*Social Avoidance and Distress in New Situations*)

KS menunjukkan kecenderungan kuat untuk menghindari situasi sosial yang baru, terutama lingkungan kerja atau pergaulan yang berpotensi membuka kembali identitas masa lalunya. Situasi baru dipersepsikan sebagai risiko tinggi terhadap penilaian sosial. Penghindaran ini berfungsi sebagai strategi protektif jangka pendek untuk meredakan *anxiety*, namun bersifat maladaptif dalam jangka panjang karena membatasi peluang KS membangun relasi sosial baru (Morrison & Heimberg, 2022). Pengalaman masa lalu, termasuk masa pelarian dan hukuman penjara, membentuk kewaspadaan tinggi terhadap konsekuensi sosial dan hukum, yang kemudian mendorong penghindaran berulang. Stigma

sosial yang melekat memperkuat keyakinan bahwa situasi baru penuh ancaman psikologis (Pratiwi & Lestari, 2020; Sari & Nurhayati, 2022). Penghindaran ini berdampak pada keterbatasan peran sosial dan ekonomi, serta memperlambat proses reintegrasi sosial pasca-pemidanaan (Rahmawati et al., 2021).

3. Penghindaran Sosial dan Perasaan Tertekan secara Umum (*Social Avoidance and Distress in General*)

Selain situasi baru, penghindaran sosial KS meluas ke hampir semua konteks interaksi sosial, termasuk lingkungan yang sudah dikenal. KS membatasi aktivitas sosial, mengurangi frekuensi pertemuan dengan kerabat atau tetangga, bahkan memutuskan untuk berpindah tempat tinggal guna mengurangi tekanan psikologis. Kondisi ini mencerminkan *social anxiety general*, di mana individu merasa tidak nyaman dalam hampir semua bentuk interaksi sosial (La Greca & Lopez, 1998). Penghindaran ini dipengaruhi oleh kombinasi faktor emosional dan kontekstual, seperti rasa bersalah, malu, dan kewaspadaan berlebihan untuk mencegah konflik sosial serta keterlibatan kembali dalam permasalahan hukum. Latar budaya KS juga turut membentuk strategi regulasi diri yang memprioritaskan rasa aman psikologis (Yuliana & Hidayat, 2021). Strategi penghindaran yang bersifat menyeluruh ini memperkuat isolasi sosial dan tekanan emosional, sehingga memperpanjang proses reintegrasi sosial dan meningkatkan risiko *social anxiety* jangka panjang (Livingston & Boyd, 2021; Loades et al., 2020; Santoso et al., 2022).

Secara keseluruhan, *social anxiety* pada KS tidak muncul semata akibat tindakan kriminal, melainkan sebagai hasil interaksi kompleks antara pengalaman hidup, internalisasi stigma, respons lingkungan sosial, dan strategi regulasi diri pasca-pemidanaan. Temuan ini menegaskan pentingnya pendekatan psikologis yang kontekstual dan sensitif terhadap latar sosial-budaya dalam memahami dan menangani *social anxiety* pada mantan pelaku kekerasan, khususnya dalam proses reintegrasi sosial ke masyarakat.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa *social anxiety* pada mantan pelaku tujuh muncul sebagai kondisi psikologis yang relatif menetap dan menyeluruh pasca pemidanaan. *Social anxiety* mencakup aspek kognitif, emosional, dan perilaku, ditandai oleh ketakutan terhadap penilaian negatif, kecenderungan penghindaran sosial, serta perasaan tertekan dalam berbagai situasi sosial. Kondisi ini berkembang secara terinternalisasi dan memengaruhi cara individu memaknai diri dan lingkungan sosialnya. Ketakutan terhadap stigma dan evaluasi sosial mendorong individu untuk menarik diri dari interaksi sosial, membatasi keterlibatan dalam aktivitas sosial, serta menghindari situasi yang dianggap berisiko, yang berdampak pada keterbatasan relasi sosial dan hambatan dalam fungsi sosial, termasuk dalam konteks pekerjaan.

Temuan ini menegaskan bahwa *social anxiety* pada mantan pelaku tujuh tidak merupakan fenomena tunggal, melainkan terbentuk melalui interaksi antara pengalaman hidup, proses adaptasi pasca pemidanaan, dan pemaknaan subjektif terhadap stigma sosial. Oleh karena itu, pemahaman terhadap pengalaman psikologis mantan pelaku tujuh perlu mempertimbangkan dinamika personal dan sosial secara kontekstual agar proses adaptasi dan reintegrasi sosial dapat dipahami secara lebih komprehensif.

Saran

Berdasarkan temuan penelitian, *social anxiety* pada mantan pelaku tujuh muncul sebagai kondisi yang menetap dan berdampak signifikan pada fungsi sosial setelah masa pemidanaan. Oleh karena itu, diperlukan pendampingan psikologis yang berfokus pada pengelolaan *social anxiety*, khususnya untuk membantu individu mengenali dan mengubah pola pikir negatif, mengurangi perilaku penghindaran sosial, serta mengembangkan strategi koping yang lebih adaptif dalam menghadapi situasi sosial.

Bagi lembaga pemasyarakatan, lembaga rehabilitasi, serta praktisi psikologi dan konseling, temuan ini menegaskan pentingnya memasukkan aspek *social anxiety* ke dalam program pendampingan pascakebebasan. Pendekatan ini diperlukan sebagai bagian dari pemulihan psikososial guna mendukung proses penyesuaian dan pengembalian diri mantan narapidana ke masyarakat.

Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk mengkaji *social anxiety* pada mantan pelaku tindak pidana dengan melibatkan subjek dan konteks yang lebih beragam. Selain itu, penelitian lanjutan perlu mengeksplorasi efektivitas intervensi psikologis serta peran dukungan sosial dalam menurunkan tingkat *social anxiety* dan meningkatkan keberfungsian sosial mantan pelaku tindak pidana.

Daftar Pustaka

- AI-MRC Journal. (2025). Fenomenologi reintegrasi sosial mantan narapidana di Indonesia. *Asian Interdisciplinary Research in Criminology*, 4(1), 101–115.
- Astana, I. G. A. M. Y., & Subroto, S. H. (2023). Optimalisasi pembinaan intramural kepada narapidana pada peningkatan reintegrasi sosial (studi kasus di Lapas Kelas IIB Tuban). *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(4), 2513–2518. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i4.1868>
- Cahyoko, B., & Damanik, A. (2023). The impact of social rehabilitation on prisoners in Narcotics Prison Class IIA Pematang Siantar. *ANAYASA: Journal of Legal Studies*, 2(1), 10–16. <https://doi.org/10.61397/ay.s.v2i1.65>
- Clague, C. A., Laugeson, E. A., & MacLeod, C. (2023). Social anxiety and its maintaining factors: Accounting for cognitive and personality influences. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 45, 345–359. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/369973891_Social_Anxiety_and_Its_Maintaining_Factors_Accounting_for_the_Role_of_Neuroticism
- Hayati, S. A., & Tohari, S. (2022). Cognitive behavioral therapy (CBT) dalam menurunkan social anxiety disorder (SAD) dan obsessive compulsive disorder (OCD) pada remaja. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 153–159. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i1.199>
- Hayya, R. N. (2023). Assertive communication skills group intervention for adolescents with social anxiety. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 12(3), 401–408. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v12i3.11264>
- Hwang, Y. J. (2025). “Place-finding” as the key to reintegration after release from prison in older age: A transdisciplinary, holistic and strengths-based reintegration framework using grounded theory. *PLOS ONE*, 20(6), e0325497. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0325497>
- Ilhami, M. W., Nurfajriani, W. V., Mahendra, A., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2024). Penerapan metode studi kasus dalam penelitian kualitatif. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(9), 462–469. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11180129>
- Isabella, I., & Periansyah, P. (2021). Upaya pencegahan paham radikalisme dan terorisme melalui kearifan lokal di Sumatera Selatan. *Jurnal Pemerintahan dan Politik*, 6(1). <https://doi.org/10.36982/jpg.v6i1.1314>
- Konovalova, I., Antolin, J. V., Bolderston, H., & Gregory, N. J. (2021). *Adults with higher social anxiety show avoidant gaze behaviour in a real-world social setting:*

- A mobile eye-tracking study*. PLoS ONE, 16(10), e0259007. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0259007>
- La Greca, A. M., & Lopez, N. (1998). *Social anxiety*. Guilford Press.
- Missasi, V. (2023). Analisis model kecemasan sosial pada mahasiswa. *Jurnal An-Nur*, 12(2), 87–94. Retrieved from <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/Annur/article/view/28912>
- Morin, C. R. W., & Rahardjo, W. (2021). Kecemasan sosial, kecenderungan alexithymia dan adiksi internet pada mahasiswa. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 14(1), 53–66. <https://doi.org/10.35760/psi.2021.v14i1.3439>
- Olson, C. M. (2021). *Familial factors in the development of social anxiety disorder*. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 59(7), 23–34. <https://doi.org/10.3928/02793695-20210219-01>
- Oktaviawati, M., & Sa'adah, N. (2024). Online counseling: Pendekatan teknik cognitive behavioral therapy (CBT) untuk memberikan dukungan bagi individu dengan gangguan kecemasan sosial (social anxiety disorder). *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 10(1), 117–127. <https://doi.org/10.21831/educounseling.v10i1.67503>
- Pasma, A., Van Ginneken, E. F. J. C., Palmen, H., & Nieuwbeerta, P. (2023). Professional support for ex-prisoners: Pathways to successful reintegration. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*. Retrieved from <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/17488958231161432>
- Samara, M., Yulianto, A., & Ratu, V. (2024). Pembinaan tahap akhir bagi narapidana perempuan di Kupang: Kesiapan menghadapi reintegrasi sosial. *Jurnal Kriminologi Indonesia*, 20(1), 77–90.
- Sasmita, D. E., Kriswanto, E. S., & Jhody, I. (2022). Peran Balai Pemasyarakatan Semarang dalam reintegrasi sosial masyarakat klien pemasyarakatan narkoba. *Jurnal Ilmu Hukum, Humaniora dan Politik*, 4(5), 1618–1629. <https://doi.org/10.38035/jihhp.v4i5.2327>
- Septiana, N. N., Khoiriyah, Z., & Shaleh, A. (2024). Metode penelitian studi kasus dalam pendekatan kualitatif. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 10(4), 233–243. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v10i04.5181>
- Wang, Y., Zhang, G., & Liu, H. (2022). *The relationship between perfectionism and social anxiety: A moderated mediation model*. PLoS ONE, 17(6), e0267677. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0267677>