

IMPLEMENTASI PROGRAM PEMBINAAN KEPERIBADIAN MELALUI KEGIATAN TERAPI *MINDFULNESS* ANAK BINAAN DI LPKA KELAS I MEDAN

EDWIN AFDHALLAH, ADE CICI ROHAYATI

Politeknik Pengayoman Indonesia
edwinafdallah@gmail.com , adecici.rohayati08@gmail.com

Abstract: *This study aims to describe and analyze the implementation of a personality development program through mindfulness therapy activities for juvenile inmates at the Special Development Institution for Children (LPKA) Class I Medan. The focus of the research includes how the program is implemented, as well as the supporting and inhibiting factors during its execution. This research employs a qualitative descriptive approach, with data collected through observation, in-depth interviews, and documentation. The implementation framework refers to David C. Korten's theory. Additionally, the study utilizes the concept of mindfulness. The findings show that the mindfulness therapy program has been implemented in a structured manner and addresses the psychological needs of the juvenile inmates. The program materials are adapted to the participants' conditions and delivered by facilitators who are capable of building meaningful emotional connections. The activities encourage participants to become more focused, calm, and aware of their emotions and life experiences. Juvenile inmates demonstrated active participation, openness, and gradual changes in behavior. Key supporting factors include institutional support, facilitator commitment, and a humane approach to activities. Meanwhile, the main challenges are limited facilities, a restricted number of participants per session, and uneven understanding of mindfulness among all participants. Nevertheless, the program has made a positive contribution to the character development of the juvenile inmates and presents a promising alternative approach to psychological rehabilitation within correctional settings.*

Keywords: *mindfulness; personality development; juvenile inmates; LPKA; program implementation.*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan dan menganalisis pelaksanaan program pembinaan kepribadian melalui kegiatan terapi mindfulness terhadap anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas I Medan. Fokus penelitian ini mencakup bagaimana proses implementasi program dijalankan, serta faktor-faktor yang mendukung dan menghambat selama pelaksanaan. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif, teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Teori implementasi program yang digunakan adalah teori David C. Korten. Selain itu, pembahasan juga menggunakan konsep mindfulness. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program terapi mindfulness telah dilaksanakan secara terstruktur dan menyentuh kebutuhan psikologis anak binaan. Dalam pelaksanaannya, program telah menyesuaikan materi dengan kondisi peserta dan dilakukan oleh fasilitator yang mampu membangun relasi positif dengan anak binaan. Kegiatan ini mendorong peserta untuk lebih tenang, fokus, dan mampu mengenali emosi serta pengalaman hidup secara sadar. Anak binaan menunjukkan partisipasi aktif, keterbukaan terhadap proses, dan beberapa mengalami perubahan sikap secara perlahan. Dukungan dari pihak lembaga, komitmen fasilitator, serta pendekatan kegiatan yang humanis menjadi faktor pendorong utama keberhasilan program. Adapun hambatan yang dihadapi adalah keterbatasan fasilitas, jumlah peserta yang terbatas setiap angkatan, serta belum meratanya pemahaman mindfulness pada seluruh anak binaan. Meskipun demikian, secara keseluruhan program ini memberikan kontribusi positif dalam pembinaan kepribadian anak binaan dan dapat dijadikan alternatif pendekatan rehabilitasi psikologis yang layak dikembangkan secara berkelanjutan.

Kata Kunci: *Mindfulness; pembinaan kepribadian; anak binaan; LPKA; implementasi program.*

A.Pendahuluan

Pembinaan kepribadian anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas I Medan merupakan aspek penting dalam upaya rehabilitasi dan pengembangan karakter mereka. Berbagai metode telah diterapkan untuk mendukung proses tersebut, salah satunya adalah melalui terapi mindfulness yang bertujuan untuk membantu anak binaan mengenali emosi serta pengalaman hidup secara sadar dan meningkatkan fokus serta ketenangan dalam menghadapi tantangan. Namun, pelaksanaan program terapi mindfulness ini memiliki berbagai dinamika yang perlu dianalisis lebih lanjut, misalnya bagaimana proses implementasinya, serta faktor-faktor pendukung dan penghambat yang memengaruhi efektivitas program tersebut.

Dalam kajian ini, teori implementasi program dari David C. Korten digunakan sebagai kerangka teori utama untuk memahami dan menganalisis proses pelaksanaan kegiatan pembinaan tersebut secara sistematis. Selain itu, konsep mindfulness digunakan sebagai dasar untuk mendeskripsikan tujuan dan mekanisme kerja terapi yang diterapkan kepada anak binaan. Teori Korten memberikan panduan mengenai elemen-elemen penting dalam pelaksanaan program, seperti kesiapan organisasi, sumber daya, serta interaksi antara pelaksana dan peserta. Konsep mindfulness menekankan kesadaran penuh dan penerimaan terhadap pengalaman saat ini yang sangat relevan dengan tujuan terapi. Semua kerangka teori ini akan menjadi dasar analisis lebih lanjut di bab hasil dan pembahasan.

Penelitian sebelumnya yang membahas penerapan terapi mindfulness di berbagai konteks pendidikan dan rehabilitasi menunjukkan hasil positif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis peserta. Namun, studi yang mengkaji pelaksanaan terapi mindfulness khususnya pada anak binaan di lembaga pemasyarakatan masih sangat terbatas. Penelitian terkait implementasi program sosial menggunakan teori Korten telah dilakukan pada berbagai program pembangunan masyarakat, namun belum banyak yang fokus pada konteks pembinaan kepribadian di lembaga pemasyarakatan anak. Dengan demikian, penelitian ini mengisi celah tersebut dengan menggabungkan pendekatan mindfulness dan teori implementasi program dalam konteks LPKA Kelas I Medan.

Permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini adalah bagaimana pelaksanaan program terapi mindfulness dalam pembinaan kepribadian anak binaan di LPKA Kelas I Medan berjalan, serta apa saja faktor pendorong dan penghambat yang ditemui selama pelaksanaan. Penelitian ini penting karena memberikan gambaran rinci dan analisis mendalam tentang program yang bisa menjadi alternatif pendekatan rehabilitasi psikologis yang efektif dan berkelanjutan. Uniknya, penelitian ini menggabungkan teori implementasi program dan konsep mindfulness untuk menyajikan perspektif komprehensif mengenai pelaksanaan dan efektivitas program di lingkungan khusus anak binaan. Tujuan penelitian adalah untuk menggambarkan dan menganalisis secara mendetail pelaksanaan program pembinaan kepribadian melalui terapi mindfulness, sehingga hasilnya dapat menjadi dasar rekomendasi pengembangan program selanjutnya.

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan dan menganalisis pelaksanaan program pembinaan kepribadian melalui terapi mindfulness terhadap anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas I Medan. Pengumpulan data dilakukan menggunakan teknik observasi langsung terhadap proses pelaksanaan program, wawancara mendalam dengan fasilitator dan anak binaan sebagai partisipan utama, serta dokumentasi yang meliputi catatan kegiatan dan rekaman yang relevan. Analisis data dilakukan secara kualitatif melalui tahap reduksi data, penyajian data, dan verifikasi kesimpulan dengan merujuk pada teori implementasi program David C. Korten serta konsep mindfulness sebagai landasan teoretis yang membimbing interpretasi hasil penelitian.

C.Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan Program Terapi Mindfulness

Pelaksanaan program pembinaan kepribadian melalui terapi mindfulness di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas I Medan menunjukkan bahwa program tersebut telah diterapkan secara sistematis dan memenuhi prinsip-prinsip teori implementasi program David C. Korten. Proses implementasi dimulai dengan persiapan materi yang disesuaikan dengan kebutuhan psikologis dan latar belakang anak binaan, kemudian dilanjutkan dengan pelaksanaan terapi yang berfokus pada pengembangan kesadaran penuh (mindfulness) dalam aktivitas sehari-hari peserta. Fasilitator yang terlibat mampu membangun relasi positif dan empati terhadap anak binaan sehingga mendukung terciptanya lingkungan yang aman dan kondusif bagi perkembangan psikologis mereka. Melalui observasi dan wawancara mendalam ditemukan bahwa anak binaan mengalami peningkatan kemampuan mengenali emosi serta menenangkan diri saat menghadapi situasi sulit. Hal ini sejalan dengan konsep mindfulness yang menekankan perhatian pada saat sekarang tanpa menghakimi. Analisis ini menguatkan fakta bahwa terapi mindfulness dapat berperan sebagai alat pembinaan yang efektif dalam membentuk kepribadian yang lebih matang dan resilien.

Terlebih lagi, pendekatan deskriptif kualitatif memungkinkan pemahaman yang mendalam terhadap proses tersebut, dengan mengungkap dinamika pelaksanaan seperti bagaimana fasilitator mengelola sesi terapi agar sesuai dengan karakteristik masing-masing anak binaan. Contohnya, dalam beberapa kasus ditemukan bahwa anak dengan tingkat kecemasan tinggi cenderung lebih responsif terhadap latihan pernapasan dan meditasi dibandingkan teknik lainnya. Temuan ini menunjukkan fleksibilitas pelaksanaan program yang menyesuaikan teknik terapi dengan kebutuhan individual, sebuah aspek penting yang disorot oleh teori Korten mengenai adaptasi program dalam konteks nyata.

Faktor Pendukung Keberhasilan Program

Keberhasilan pelaksanaan terapi mindfulness dalam pembinaan anak binaan sangat dipengaruhi oleh sejumlah faktor pendukung utama. Pertama, dukungan institusional dari LPKA terbukti memberikan landasan yang kuat bagi operasional program, meskipun keterbatasan fasilitas masih menjadi tantangan. Dukungan ini berupa penyediaan waktu khusus untuk terapi, fasilitas ruang yang memadai, serta pemberian akses kepada fasilitator untuk berinteraksi secara intensif dengan anak binaan. Faktor kedua adalah komitmen dan kompetensi fasilitator yang tidak hanya menguasai teori dan teknik mindfulness tetapi juga mampu membangun hubungan interpersonal yang hangat dan suportif. Pendekatan humanis yang mereka terapkan berhasil menciptakan suasana keterbukaan dan kepercayaan, sehingga anak binaan merasa nyaman mengikuti proses terapi.

Ketiga, keterlibatan aktif anak binaan sebagai bagian dari proses terapi menjadi indikator keberhasilan program. Partisipasi yang terbuka dan kemampuan mereka menunjukkan perubahan sikap perlahan-lahan seperti peningkatan kesabaran dan pengendalian diri merupakan bukti nyata efektivitas implementasi program. Hal ini sejalan dengan teori implementasi Korten yang menekankan pentingnya keterlibatan aktor utama dalam proses program agar hasil yang diharapkan dapat tercapai. Di sisi lain, dukungan sosial dari rekan sebaya juga turut memperkuat motivasi untuk terus berpartisipasi.

Hambatan dalam Pelaksanaan Program

Meskipun banyak aspek berjalan positif, terdapat sejumlah hambatan yang signifikan dalam pelaksanaan program terapi mindfulness ini. Keterbatasan fasilitas menjadi hambatan pertama yang sangat berpengaruh, terutama karena ruang dan perangkat pendukung yang kurang memadai membatasi ruang gerak fasilitator dalam mengaplikasikan metode terapi

secara optimal. Misalnya, ruang terapi yang kecil dan kurang privasi kadang mengganggu konsentrasi peserta dan mengurangi efektivitas latihan.

Selain itu, jumlah peserta yang dibatasi setiap angkatan juga berkontribusi terhadap cakupan program yang terbatas. Kondisi ini menimbulkan pertanyaan terkait replikasi atau perluasan program ke seluruh anak binaan agar manfaatnya dapat dinikmati lebih luas. Hambatan lain yang ditemukan adalah belum meratanya pemahaman tentang mindfulness di kalangan anak binaan, menyebabkan sebagian peserta mengalami kesulitan memahami konsep dan mengikuti proses terapi secara aktif sejak awal. Hal ini menunjukkan perlunya strategi edukasi awal mengenai mindfulness agar semua peserta memiliki dasar pengetahuan yang sama sebelum mengikuti terapi.

Secara kritis, hambatan ini menunjukkan bahwa keberlanjutan dan pengembangan program perlu memperhatikan aspek-aspek praktis di lapangan, termasuk penyediaan fasilitas yang lebih memadai dan model pembelajaran mindfulness yang lebih adaptif dan mudah diterima oleh beragam karakter anak binaan. Hal ini menjadi catatan penting untuk peningkatan kualitas pelaksanaan program di masa mendatang agar dapat memberikan kontribusi yang lebih besar dalam pembinaan kepribadian anak binaan sesuai dengan tujuan rehabilitasi psikologis.

Analisis Teoritis Pelaksanaan Program

Berdasarkan teori implementasi program David C. Korten, keberhasilan suatu program bergantung pada tiga elemen penting yaitu: kesiapan organisasi, sumber daya yang tersedia, dan kualitas interaksi antara pelaksana dan peserta. Dalam konteks pelaksanaan terapi mindfulness di LPKA Kelas I Medan, ketiga elemen ini dapat dianalisis secara mendalam untuk memahami dinamika yang terjadi selama proses pembinaan kepribadian anak binaan. Kesiapan organisasi terlihat dari dukungan kelembagaan yang menyediakan ruang dan waktu khusus bagi pelaksanaan terapi, meskipun keterbatasan fasilitas masih menjadi kendala. Sumber daya berupa fasilitator yang kompeten dan berkomitmen tinggi merupakan aset utama yang memastikan materi serta metode terapi dapat diadaptasi dengan baik sesuai kebutuhan peserta.

Selain itu, teori mindfulness yang berfokus pada kesadaran penuh, penerimaan tanpa penghakiman, dan pengaturan perhatian sangat relevan dan mendasar dalam mendukung perubahan positif pada anak binaan. Dengan mengintegrasikan teori ini ke dalam proses pembinaan, terapi mindfulness tidak hanya memberikan latihan teknik relaksasi, tetapi juga membantu anak mengembangkan kemampuan self-regulation yang esensial dalam proses rehabilitasi psikologis. Kombinasi teori Korten dan konsep mindfulness menghasilkan framework yang holistik untuk menganalisis keberhasilan dan tantangan pelaksanaan program, yang mana sangat jarang dijumpai dalam konteks lembaga pembinaan anak.

Rekomendasi Praktis untuk Peningkatan Program

Untuk meningkatkan efektivitas dan keberlanjutan program terapi mindfulness di LPKA, sejumlah rekomendasi praktis perlu dipertimbangkan. Pertama, peningkatan fasilitas menjadi prioritas utama, seperti penyediaan ruang yang lebih nyaman dan privat agar sesi terapi dapat berlangsung tanpa gangguan dan membantu peserta lebih fokus. Kedua, perlu ada pelatihan lanjutan bagi fasilitator untuk memperdalam pemahaman dan keterampilan dalam menerapkan terapi mindfulness, khususnya dalam menghadapi variasi karakteristik psikologis anak binaan sehingga teknik terapi dapat lebih personal dan efektif.

Ketiga, pengembangan modul edukasi mindfulness yang mudah dipahami dan diterima anak binaan menjadi penting agar semua peserta memiliki dasar pengetahuan yang sama dan memahami tujuan serta manfaat terapi sejak awal. Hal ini akan memperkecil hambatan pada tahap adaptasi awal terapi. Keempat, perluasan jumlah peserta dengan mekanisme rotasi atau

pengaturan batch yang memungkinkan lebih banyak anak binaan mendapatkan akses program ini secara berkala. Terakhir, penguatan kolaborasi antara pihak lembaga, fasilitator, dan mungkin ahli psikologi eksternal dapat memperkaya perspektif dan dukungan selama pelaksanaan program sehingga kualitas pembinaan dapat terus ditingkatkan.

Implementasi rekomendasi ini sejalan dengan prinsip pembinaan yang humanis dan berkelanjutan, serta mendukung integrasi teori dan praktik dalam memperkuat karakter dan kesehatan psikologis anak binaan. Dengan demikian, program terapi mindfulness tidak hanya berdampak pada individu peserta, tetapi juga memberikan kontribusi strategis dalam sistem pembinaan anak yang lebih komprehensif dan adaptif terhadap kebutuhan kontemporer.

Contoh Studi Kasus Pengalaman Anak Binaan

Salah satu contoh konkret yang berhasil menggambarkan dampak positif terapi mindfulness terhadap anak binaan adalah pengalaman seorang peserta bernama Rian (bukan nama sebenarnya), remaja berusia 16 tahun yang mengikuti program sejak batch awal. Pada awal pelaksanaan, Rian menunjukkan sikap mudah marah dan sulit mengendalikan emosinya ketika menghadapi situasi stres di dalam LPKA. Melalui sesi terapi mindfulness yang dipandu fasilitator dengan pendekatan humanis, Rian mulai belajar mengenali respons emosionalnya secara sadar, seperti saat merasa cemas atau frustrasi. Ia secara bertahap mampu mempraktikkan teknik pernapasan dalam untuk menenangkan diri ketika emosinya mulai memuncak.

Berdasarkan hasil wawancara, Rian mengungkapkan bahwa latihan mindfulness membuatnya lebih peka terhadap perasaan sendiri dan belajar untuk tidak langsung bereaksi negatif, melainkan mengambil jeda sejenak untuk memikirkan konsekuensi dari tindakannya. Perubahan ini mendapat dukungan penuh dari fasilitator yang selalu mendorong keterbukaan dan refleksi tanpa tekanan. Dalam beberapa bulan pelaksanaan, staf LPKA juga melaporkan adanya perubahan sikap Rian yang lebih sabar dan kooperatif dalam aktivitas sehari-hari serta berkurangnya insiden konflik dengan sesama anak binaan.

Studi kasus ini memperlihatkan efektifitas terapi mindfulness sebagai sarana pendidikan emosional dan penguatan karakter anak binaan yang sesuai dengan teori mindfulness dan implementasi program Korten. Penerapan praktik kesadaran penuh ini membantu peserta tidak hanya dalam pengendalian diri, tetapi juga dalam membangun pola pikir positif yang sangat bermanfaat dalam proses rehabilitasi psikologis mereka. Pengalaman Rian ini menjadi bukti empiris bahwa terapi mindfulness dapat memberikan perubahan perilaku yang nyata dan mendukung tujuan pembinaan kepribadian di LPKA.

D. Penutup

Penelitian ini berhasil menggambarkan dan menganalisis pelaksanaan program pembinaan kepribadian melalui kegiatan terapi mindfulness terhadap anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas I Medan. Pelaksanaan program berjalan secara terstruktur dengan materi yang disesuaikan berdasarkan kondisi psikologis dan kebutuhan peserta, sehingga mampu menyentuh aspek emosional serta mendukung perkembangan kepribadian anak binaan. Fasilitator yang kompeten dan mampu membangun hubungan positif menjadi faktor penentu keberhasilan program ini.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi mindfulness mendorong anak binaan untuk lebih tenang, fokus, serta mampu mengenali dan mengelola emosi secara sadar. Partisipasi aktif dan keterbukaan peserta terhadap proses terapi menandakan keberhasilan implementasi program tersebut dalam konteks pembinaan kepribadian. Dukungan dari pihak lembaga dan pendekatan humanis yang diterapkan selama pelaksanaan menjadi faktor pendorong utama, meskipun terdapat hambatan seperti keterbatasan fasilitas, kapasitas peserta yang terbatas, serta belum meratanya pemahaman tentang mindfulness di kalangan anak binaan.

Dengan demikian, tujuan penelitian telah tercapai, yaitu menggambarkan secara komprehensif proses pelaksanaan terapi mindfulness dan menganalisis faktor pendukung serta penghambatnya. Penelitian ini memberikan kontribusi positif dalam pembinaan kepribadian anak binaan dan memperlihatkan bahwa terapi mindfulness merupakan alternatif pendekatan rehabilitasi psikologis yang layak dan perlu dikembangkan secara berkelanjutan dalam lembaga pembinaan anak.

Daftar Pustaka

- Akib, D. H., & Tarigan, D. A. (2008). Artikulasi Konsep Implementasi Kebijakan: Perspektif Model dan Kriteria Pengukurannya. **Jurnal Baca**, 1, 1–19.
- Artati, K. B., & Wahyuni, E. (2023). Pendekatan Mindfulness untuk Meningkatkan Psychological Well-Being pada Siswa Sekolah Dasar: Sebuah Systematic Review. **Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia**, 9(2), 342–355. <https://doi.org/10.1007/s12671-015-0387-6>
- Bishop, S. R., Lau, M., Shapiro, S., Carlson, L., Anderson, N. D., Carmody, J., ... Velting, D. (2004). Mindfulness: A proposed operational definition. **Clinical Psychology: Science and Practice**, 11(3), 230.
- Bosch, C., & Michel, A. (2022). Mindfulness in Coaching. In S. Greif, H. Möller, W. Scholl, J. Passmore, & F. Müller (Eds.), **International Handbook of Evidence-Based Coaching: Theory, Research and Practice** (pp. 627–636). Cham: Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-030-81938-5_51
- Creswell, J. W. (2014). **Research Design Kualitatif, Kuantitatif, and Method Approaches** (4th ed.). SAGE Publication.
- Cruce, A., Slade, E., Savage Friedman, F., Savage, M., Miller, E., & Szoko, N. (2024). Piloting a Virtual Yoga and Mindfulness Program for Juvenile Court Involved Youth. **Health Promotion Practice**, Article 15248399241278975.
- Direktur Jenderal Pemasyarakatan. (2021). **Keputusan Direktur Jenderal Pemasyarakatan Kementerian Hukum serta Hak Asasi Manusia Republik Indonesia Nomor: PAS-10.OT.02.02 Tahun 2021 mengenai Standar Sistem Penilaian Pembinaan Narapidana (SPPN)**.
- Korten, D. C., & Sjahrir. (1988). **Pembangunan Berdimensi Kerakyatan**. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- Rizkia, N. D., Wiraguna, S. A., Nazmi, N., Hasibuan, A. K. H., Huda, M., Ahyani, H., & Rasdiana. (2024). **Hukum Perlindungan Anak**. Bandung: Widina Media Utama.
- Ronaldi, & Saraswati, D. (2024). **Restorative Justice dalam Hukum Pidana**. Medan: PT Media Penerbit Indonesia.
- SDP Publik Direktorat Jenderal Pemasyarakatan. (2025). Data Warehouse Registrasi Pemasyarakatan. Retrieved February 18, 2025, from Direktorat Jenderal Pemasyarakatan website: <https://sdppublik.ditjenpas.go.id/dwh>
- sdppublikditjenpas. (2025). Statistik Jumlah Penghuni pada Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas I Medan. Retrieved February 18, 2025, from Direktorat Jenderal Pemasyarakatan website: <https://sdppublik.ditjenpas.go.id/analisa/jumlah-penghuni#>
- Undang-Undang No 11 Tahun 2012 tentang Sistem Peradilan Pidana Anak.
- Undang-Undang No 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak.
- Undang-Undang Nomor 22 Tahun 2022 tentang Sistem Pemasyarakatan.