



# Psychological Dynamics of Juvenile Inmates in LPKA: An Analysis Through Projective Assessment and TAT

(Dinamika Psikologis Remaja Binaan di LPKA: Analisis Melalui Asesmen Proyektif dan TAT)

Mu'mina Kurniawati S. J. Kahar <sup>1✉</sup> dan Dewi Ahmad <sup>2</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Maluku Utara, Ternate, Indonesia.

<sup>2</sup> Mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Maluku Utara, Ternate, Indonesia.

✉ Email: kaharmumina@gmail.com

Info Artikel :  Artikel Penelitian  Artikel Pengabdian  Riview Artikel

Diterima : 19 Mei 2026, Disetujui : 23 Mei 2026, Publikasi On-Line : 4 Juni 2026

## Abstract

This study aims to describe the psychological dynamics of juvenile inmates in LPKA an analysis through projective assessment and TAT. The research used a qualitative approach with a case study method involving one male adolescent identified as JP at the Special Child Development Institution (LPKA) Class II Ternate. Data collection techniques included observation, interviews, and psychological assessments consisting of Draw A Person (DAP), BAUM, House Tree Person (HTP), and Thematic Apperception Test (TAT). The results showed that the subject experienced complex psychological dynamics characterized by a high need for affiliation, emotional instability, low assertiveness, and maladaptive defense mechanisms. The subject tended to seek social acceptance and emotional closeness but experienced difficulties in self-control, decision making, and coping with social pressure. Emotional conditions that frequently emerged included anxiety, sadness, fear, guilt, and confusion. The subject also perceived the environment as a source of pressure, uncertainty, and conflict, especially related to family relationships and peer influence. Defense mechanisms such as avoidance, withdrawal, fantasy, and escape were commonly used by the subject in dealing with emotional stress. The findings indicate that psychological intervention focusing on emotional regulation, assertiveness skills, coping strategies, and social support is needed to support the psychological development of juvenile inmates.

📖 **Keyword:** Psychological Dynamics; Projective Assessment; TAT; Juvenile Inmates; LPKA.

### I. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang ditandai oleh perubahan biologis, kognitif, emosional, dan sosial secara cepat. Pada fase ini, individu berada dalam proses pembentukan identitas diri sehingga lebih rentan menghadapi konflik psikologis serta tekanan dari lingkungan sosial. Ketidakkampuan dalam mengelola tekanan tersebut dapat memunculkan

berbagai perilaku maladaptif, seperti pelanggaran norma sosial, perilaku agresif, penyalahgunaan zat, dan keterlibatan dalam tindak kriminal (Santrock, 2018). Fenomena tersebut menunjukkan bahwa perkembangan psikologis remaja dipengaruhi oleh interaksi yang kompleks antara faktor internal dan faktor lingkungan.

Lingkungan keluarga merupakan salah satu faktor utama yang memengaruhi perkembangan psikologis remaja. Hubungan emosional yang

kurang harmonis, komunikasi keluarga yang terbatas, pola asuh yang tidak konsisten, serta pengalaman kekerasan dalam keluarga dapat berdampak pada pembentukan kepribadian dan kemampuan regulasi emosi individu (Hurlock, 2017). Remaja yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang kurang suportif cenderung mengalami kesulitan dalam mengembangkan rasa aman, kepercayaan diri, serta kemampuan menyelesaikan masalah secara adaptif. Selain itu, kurangnya dukungan emosional dari keluarga dapat meningkatkan kebutuhan individu terhadap penerimaan sosial dari lingkungan luar, khususnya kelompok teman sebaya.

Kelompok teman sebaya memiliki pengaruh yang besar terhadap perilaku remaja. Pada masa remaja, kebutuhan untuk diterima oleh kelompok sosial menjadi sangat dominan. Individu seringkali menyesuaikan perilakunya agar dapat diterima oleh lingkungan pertemanan, meskipun perilaku tersebut bertentangan dengan nilai pribadi maupun norma sosial. Teori tekanan teman sebaya (*peer pressure*) menjelaskan bahwa remaja rentan mengikuti perilaku kelompok karena adanya kebutuhan afiliasi, rasa takut ditolak, dan keinginan untuk memperoleh pengakuan sosial (Brown & Prinstein, 2011). Apabila individu memiliki kemampuan asertivitas yang rendah, maka tekanan sosial dapat menyebabkan individu lebih mudah terlibat dalam perilaku negatif.

Asertivitas merupakan kemampuan individu untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, kebutuhan, dan pendapat secara jujur tanpa melanggar hak orang lain (Wolpe, 2008). Individu dengan tingkat asertivitas yang rendah umumnya mengalami kesulitan menolak permintaan atau ajakan dari orang lain, merasa takut terhadap penilaian sosial, serta cenderung menghindari konflik. Situasi tersebut membuat individu lebih mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar dan kurang mampu mempertahankan keputusan yang telah dibuat. Selain itu, rendahnya asertivitas berkaitan dengan lemahnya kontrol diri serta keterbatasan dalam menggunakan strategi coping yang adaptif ketika menghadapi tekanan psikologis. Akibatnya, individu menjadi lebih rentan mengalami stres emosional dan menunjukkan perilaku maladaptif dalam menghadapi permasalahan sehari-hari.

Faktor lingkungan sosial dan kemampuan kontrol diri memiliki peran penting dalam menentukan perilaku remaja. Teori kontrol diri menjelaskan bahwa individu dengan kemampuan regulasi diri yang baik mampu mempertimbangkan konsekuensi perilaku

sebelum bertindak, sedangkan individu dengan kontrol diri rendah cenderung bertindak impulsif dan mudah dipengaruhi situasi (Baumeister & Vohs, 2016). Remaja dengan kontrol diri yang rendah umumnya mengalami kesulitan mengelola emosi, mengatasi tekanan, dan mempertahankan keputusan ketika berada dalam situasi yang menekan.

Pemahaman terhadap kondisi psikologis remaja secara mendalam memerlukan asesmen psikologis yang mampu menggali dinamika kepribadian, konflik internal, kebutuhan psikologis, serta kondisi emosional individu. Salah satu metode yang sering digunakan adalah tes proyektif dan Thematic Apperception Test (TAT). Tes proyektif seperti Draw A Person (DAP), BAUM, dan House Tree Person (HTP) digunakan untuk memahami aspek kepribadian individu melalui interpretasi gambar yang dibuat subjek. Sementara itu, Thematic Apperception Test (TAT) digunakan untuk menggali kebutuhan psikologis, konflik intrapsikis, persepsi lingkungan, serta mekanisme pertahanan diri melalui cerita yang dibuat individu berdasarkan gambar tertentu (Murray, 1943).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan tes proyektif dan TAT efektif dalam mengidentifikasi dinamika psikologis individu, khususnya pada remaja dengan masalah perilaku dan sosial. Penelitian Maryam (2011) menunjukkan bahwa remaja dengan riwayat konflik keluarga cenderung memiliki kecemasan tinggi, kebutuhan afiliasi yang besar, dan mekanisme pertahanan diri berupa penghindaran. Penelitian Yusuf dan Rudi (2023) juga menemukan bahwa remaja binaan di lembaga pembinaan khusus anak menunjukkan kecenderungan rendahnya kontrol diri, ketidakstabilan emosi, dan tingginya kebutuhan akan penerimaan sosial. Selain itu, Andi et al. (2024) menjelaskan bahwa pengalaman penolakan sosial dan tekanan teman sebaya dapat meningkatkan perilaku agresif serta kesulitan regulasi emosi pada remaja.

Subjek dalam penelitian ini merupakan seorang remaja binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) yang menunjukkan kecenderungan memendam masalah, kesulitan mengontrol diri, mudah terpengaruh lingkungan sosial, serta rendahnya kemampuan asertivitas. Berdasarkan hasil observasi awal, subjek juga mengalami konflik psikologis yang berkaitan dengan hubungan keluarga, tekanan teman sebaya, serta pengalaman negatif di masa lalu. Kondisi tersebut menyebabkan subjek mengalami kecemasan, kebingungan dalam pengambilan

keputusan, dan kesulitan dalam menyelesaikan masalah secara adaptif.

Hasil asesmen awal menunjukkan bahwa subjek cenderung menghindari konflik, menarik diri dari tekanan emosional, serta menggunakan mekanisme pertahanan diri yang kurang adaptif seperti avoidance, withdrawal, fantasy/daydreaming, dan escape. Selain itu, subjek juga memiliki kebutuhan afiliasi yang tinggi sehingga rentan mengikuti perilaku kelompok demi memperoleh penerimaan sosial. Hal ini menunjukkan adanya dinamika psikologis yang kompleks dan memerlukan pemahaman yang lebih mendalam melalui asesmen psikologis.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dinamika psikologis remaja binaan di LPKA berdasarkan hasil asesmen proyektif dan Thematic Apperception Test (TAT). Kajian ini diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai kebutuhan psikologis, konflik internal, kondisi emosional, mekanisme pertahanan diri, serta berbagai faktor yang memengaruhi perilaku subjek. Kebutuhan afiliasi yang tinggi disertai penggunaan mekanisme pertahanan diri yang kurang adaptif dapat memengaruhi cara individu merespons tekanan, membangun relasi sosial, dan mengambil keputusan dalam situasi tertentu. Situasi tersebut berpotensi mendorong munculnya perilaku yang dipengaruhi oleh tekanan lingkungan maupun ketidakmampuan dalam mengelola emosi secara efektif. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar dalam penyusunan intervensi psikologis yang sesuai bagi remaja binaan guna mendukung perkembangan psikologis yang lebih adaptif.

## II. METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan adalah kualitatif dengan metode studi kasus untuk memahami secara mendalam dinamika psikologis remaja binaan melalui asesmen psikologis. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret hingga April 2026 di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas II Ternate, Maluku Utara. Subjek penelitian adalah seorang remaja laki-laki berinisial JP yang sedang menjalani masa pembinaan di LPKA. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive karena memiliki permasalahan perilaku, kesulitan dalam pengendalian diri, serta indikasi konflik emosional dan sosial yang memerlukan asesmen psikologis lebih lanjut.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas observasi, wawancara, dan tes psikologi proyektif. Tes proyektif yang digunakan

meliputi Draw A Person (DAP), BAUM Test, House Tree Person (HTP), dan Thematic Apperception Test (TAT). Tes DAP digunakan untuk melihat gambaran konsep diri dan kondisi emosional subjek melalui gambar manusia. Tes BAUM digunakan untuk mengeksplorasi struktur kepribadian, kontrol diri, dan kondisi psikologis individu melalui gambar pohon. Tes HTP digunakan untuk memahami dinamika hubungan interpersonal, kebutuhan rasa aman, dan persepsi diri melalui gambar rumah, pohon, dan manusia. Sementara itu, TAT digunakan untuk menggali kebutuhan psikologis, konflik internal, kondisi emosi, persepsi terhadap lingkungan, serta mekanisme pertahanan diri subjek melalui cerita yang dibuat berdasarkan kartu bergambar.

Prosedur penelitian dilaksanakan melalui beberapa tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan asesmen, dan analisis data. Pada tahap persiapan, peneliti melakukan koordinasi dengan pihak LPKA terkait penjadwalan asesmen dan identifikasi subjek penelitian. Selanjutnya, tahap pelaksanaan asesmen dilakukan dalam dua sesi. Sesi pertama meliputi observasi, wawancara, serta pemberian tes DAP, BAUM, dan HTP. Kemudian, sesi kedua difokuskan pada pelaksanaan Thematic Apperception Test (TAT) secara individual dalam suasana yang kondusif agar subjek merasa nyaman selama proses asesmen. Selama pelaksanaan tes, peneliti mencatat respons verbal, ekspresi emosional, waktu reaksi, serta perilaku subjek sebagai bagian dari data penelitian.

Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif dengan mengintegrasikan hasil observasi, wawancara, dan interpretasi tes proyektif. Analisis data difokuskan pada aspek kebutuhan psikologis (needs), persepsi terhadap lingkungan (press), konflik internal, kondisi emosional (inner states), serta mekanisme pertahanan diri yang muncul selama proses asesmen. Aspek persepsi terhadap lingkungan mencakup bagaimana subjek memandang hubungan sosial, tekanan dari lingkungan sekitar, pengalaman interpersonal, serta situasi yang dianggap mendukung maupun menghambat dirinya. Selanjutnya, seluruh hasil interpretasi dianalisis secara terpadu untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai dinamika psikologis subjek, termasuk pola respons emosional dan cara subjek menghadapi berbagai tekanan psikologis yang dialami.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Asesmen Psikologis

Hasil asesmen psikologis menunjukkan bahwa subjek memiliki dinamika psikologis yang kompleks, ditandai dengan kebutuhan afiliasi yang tinggi, rendahnya asertivitas, kecemasan sosial, serta kecenderungan menggunakan mekanisme pertahanan diri yang kurang adaptif. Berdasarkan hasil observasi selama asesmen berlangsung, subjek tampak cenderung pendiam, berhati-hati dalam memberikan respons, serta beberapa kali menunjukkan keraguan ketika diminta menjelaskan cerita atau gambar yang dibuat. Subjek juga terlihat cukup sensitif terhadap penilaian dan cenderung menghindari jawaban yang dianggap salah.

Hasil tes Draw A Person (DAP), BAUM, dan House Tree Person (HTP) menunjukkan adanya kecenderungan kurang percaya diri, kebutuhan akan rasa aman, serta kesulitan dalam mengekspresikan emosi secara terbuka. Pada gambar manusia, subjek menggunakan garis yang tipis dan tidak tegas, yang mengindikasikan keraguan serta kontrol diri yang cukup kuat. Selain itu, ukuran gambar yang relatif kecil menunjukkan adanya perasaan rendah diri dan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial.

Pada tes BAUM, subjek menggambar pohon dengan detail yang sederhana dan minim pengembangan cabang. Hal tersebut menunjukkan keterbatasan dalam eksplorasi diri dan adanya hambatan dalam pengembangan potensi pribadi. Tidak adanya akar yang jelas pada gambar pohon juga mengindikasikan kurangnya rasa aman dan stabilitas emosional. Sementara itu, hasil HTP menunjukkan bahwa subjek memiliki kebutuhan yang besar terhadap kenyamanan keluarga dan hubungan interpersonal yang harmonis, namun di sisi lain mengalami konflik emosional dalam lingkungan keluarga.

### Gambaran Kebutuhan Psikologis Subjek

Hasil interpretasi Thematic Apperception Test (TAT) menunjukkan bahwa kebutuhan psikologis yang paling dominan pada subjek adalah need for affiliation. Kebutuhan ini tampak dari banyaknya tema cerita yang berkaitan dengan hubungan keluarga, kehilangan, penerimaan sosial, perhatian emosional, serta keinginan untuk memperoleh kedekatan dengan orang lain. Subjek menunjukkan dorongan yang kuat untuk diterima, disayangi, dan dianggap penting oleh lingkungan sosialnya. Intensitas kebutuhan afiliasi terlihat dari kecenderungan subjek menghadirkan tokoh yang merasa takut ditinggalkan, membutuhkan dukungan emosional,

dan berusaha mempertahankan hubungan sosial meskipun berada dalam situasi yang menekan.

**Tabel 1.** Dominasi kebutuhan psikologis berdasarkan hasil TAT

Jenis Kebutuhan	Frekuensi Kemunculan
Need for Affiliation	5
Need for Acquisition	4
Need for Exploration	3
Need for Achievement	2
Need for Tranquility	1
Need for Harm Avoidance	1

*Sumber:* Data hasil asesmen TAT, 2026.

Dominannya kebutuhan afiliasi menunjukkan bahwa subjek sangat bergantung pada penerimaan sosial dalam membangun konsep dirinya. Kondisi tersebut membuat subjek cenderung sulit menolak ajakan orang lain, mudah mengikuti tekanan kelompok, dan berupaya menghindari konflik interpersonal agar tetap diterima dalam lingkungan sosialnya. Situasi ini juga berkaitan dengan munculnya rasa takut kehilangan hubungan sosial dan kekhawatiran terhadap penolakan dari orang lain. Temuan tersebut sejalan dengan teori kebutuhan Murray yang menyatakan bahwa individu dengan kebutuhan afiliasi tinggi akan berusaha memperoleh penerimaan dan menghindari penolakan sosial (Murray, 1943).

Kebutuhan psikologis lain yang cukup sering muncul adalah need for acquisition dan need for exploration. Need for acquisition terlihat dari adanya keinginan subjek untuk memperoleh sesuatu yang dianggap dapat memberikan rasa aman, penghargaan, atau kepuasan emosional. Sementara itu, need for exploration tampak melalui munculnya rasa ingin tahu, keinginan mencoba pengalaman baru, dan dorongan untuk memahami situasi di sekitarnya. Meskipun demikian, kedua kebutuhan tersebut sering kali disertai perasaan ragu, takut gagal, dan kurang percaya diri sehingga subjek mengalami hambatan dalam mengambil keputusan secara mandiri.

Subjek juga menunjukkan need for achievement, meskipun intensitasnya lebih rendah dibanding kebutuhan afiliasi. Hal ini terlihat dari beberapa cerita TAT yang menggambarkan tokoh utama memiliki keinginan untuk berhasil atau memperbaiki keadaan hidupnya. Namun, upaya tersebut sering diiringi kebingungan, ketidakpastian, dan kecemasan terhadap kemungkinan kegagalan. Kondisi ini menunjukkan bahwa subjek sebenarnya memiliki motivasi untuk berkembang, tetapi belum

didukung oleh kemampuan regulasi diri dan keyakinan terhadap kemampuan pribadinya.

Interaksi antara kebutuhan afiliasi yang tinggi, kebutuhan untuk berkembang, serta rendahnya rasa percaya diri memengaruhi kondisi emosional dan perilaku subjek secara keseluruhan. Dorongan kuat untuk diterima lingkungan membuat subjek lebih sensitif terhadap tekanan sosial dan cenderung mengutamakan penerimaan kelompok dibanding pertimbangan pribadi. Pada saat yang sama, adanya rasa takut gagal dan ketidakmampuan mengelola tekanan emosional menyebabkan subjek lebih mudah mengalami kecemasan, kebingungan, dan ketergantungan pada orang lain dalam mengambil keputusan. Kombinasi kondisi tersebut berkontribusi terhadap munculnya perilaku maladaptif serta kesulitan dalam menghadapi situasi yang menekan secara efektif.

**Kondisi Emosional dan Konflik Internal**

Berdasarkan hasil Thematic Apperception Test (TAT), kondisi emosional subjek didominasi oleh perasaan sedih, cemas, takut, bingung, dan kehilangan. Emosi tersebut muncul secara berulang pada berbagai kartu TAT, terutama dalam cerita yang berkaitan dengan hubungan keluarga, penolakan sosial, dan situasi yang menekan. Subjek juga menunjukkan kecenderungan mengalami kecemasan moral, yaitu rasa takut terhadap kesalahan, hukuman, serta penilaian negatif dari lingkungan sosial. Dalam proses wawancara, subjek beberapa kali mengungkapkan kekhawatiran akan mengecewakan keluarga dan merasa takut tidak lagi diterima oleh orang-orang terdekatnya.

**Tabel 2.** Gambaran kondisi emosional subjek berdasarkan TAT

Kondisi Emosional	Karakteristik
Cemas	Takut gagal dan takut dihukum
Sedih	Perasaan kehilangan dan kesepian
Bingung	Kesulitan menentukan keputusan
Takut	Sensitif terhadap ancaman sosial
Bersalah	Takut mengecewakan keluarga

*Sumber:* Data hasil asesmen TAT, 2026.

Dominasi emosi negatif tersebut menunjukkan bahwa subjek mengalami tekanan psikologis yang cukup kuat dan berlangsung secara terus-menerus. Perasaan cemas dan takut

membuat subjek cenderung berhati-hati secara berlebihan, sulit mengambil keputusan, serta mudah terpengaruh oleh tekanan lingkungan. Sementara itu, perasaan sedih dan kehilangan memunculkan kecenderungan menarik diri, merasa kesepian, dan membutuhkan dukungan emosional dari orang lain. Kondisi ini berpengaruh terhadap perkembangan psikologis subjek, terutama dalam pembentukan identitas diri, kemampuan regulasi emosi, serta keterampilan sosial yang adaptif.

Konflik psikologis yang paling dominan pada subjek adalah pertentangan antara dorongan pribadi (id), tuntutan moral (superego), dan realitas lingkungan. Beberapa cerita TAT menunjukkan adanya keinginan pribadi yang bertentangan dengan nilai moral maupun aturan sosial sehingga menimbulkan kebingungan dalam menentukan tindakan yang dianggap benar. Pada satu cerita, misalnya, tokoh utama digambarkan ingin mengikuti keinginannya sendiri, tetapi merasa takut terhadap konsekuensi dan penilaian orang lain. Gambaran tersebut menunjukkan adanya konflik batin antara kebutuhan memperoleh kepuasan pribadi dan keinginan untuk tetap diterima secara sosial.

Menurut teori psikoanalisis Freud, konflik antara id, ego, dan superego dapat menimbulkan kecemasan apabila individu belum mampu mengintegrasikan ketiga aspek tersebut secara seimbang (Hall & Lindzey, 1993). Pada penelitian ini, subjek tampak belum memiliki kemampuan coping yang memadai sehingga lebih sering menggunakan mekanisme pertahanan diri untuk mengurangi tekanan emosional. Ketidakmampuan mengelola konflik internal tersebut menyebabkan subjek lebih rentan mengalami kebingungan, impulsivitas, dan ketergantungan terhadap dukungan lingkungan dalam mengambil keputusan.

Kondisi emosional dan konflik internal yang dialami subjek juga berdampak langsung terhadap perilaku sehari-hari. Subjek cenderung menghindari situasi yang memicu tekanan emosional, sulit mengungkapkan pendapat secara terbuka, serta lebih memilih mengikuti keinginan kelompok agar terhindar dari penolakan sosial. Apabila kondisi ini berlangsung dalam jangka panjang tanpa penanganan yang tepat, perkembangan psikologis subjek dapat terhambat, terutama dalam aspek kemandirian, pengendalian diri, dan pembentukan konsep diri yang positif.

Penanganan terhadap kondisi tersebut memerlukan intervensi psikologis yang berfokus pada penguatan regulasi emosi, peningkatan

kemampuan coping, dan pengembangan keterampilan asertif. Pendekatan konseling individual dapat membantu subjek memahami konflik internal yang dialami serta mengembangkan cara berpikir yang lebih adaptif dalam menghadapi tekanan sosial. Selain itu, dukungan keluarga dan lingkungan sosial yang positif juga penting untuk membantu subjek memperoleh rasa aman emosional dan meningkatkan kepercayaan dirinya dalam menjalani proses perkembangan psikologis.

**Mekanisme Pertahanan Diri**

Mekanisme pertahanan diri (defense mechanisms) merupakan strategi psikologis yang digunakan individu secara tidak sadar untuk mengurangi kecemasan, konflik batin, dan tekanan emosional yang dirasakan. Menurut Freud, mekanisme pertahanan diri berfungsi melindungi ego dari pengalaman yang menimbulkan ketidaknyamanan psikologis. Namun, penggunaan mekanisme yang kurang adaptif secara berulang dapat menghambat kemampuan individu dalam menghadapi masalah secara realistis dan mengembangkan coping yang sehat (Hall & Lindzey, 1993).

Hasil interpretasi Thematic Apperception Test (TAT) menunjukkan bahwa subjek cenderung menggunakan beberapa mekanisme pertahanan diri yang kurang adaptif, yaitu avoidance, withdrawal, fantasy/daydreaming, escape, dan regression. Mekanisme tersebut muncul sebagai respons terhadap tekanan emosional, konflik internal, serta ketidakmampuan subjek dalam mengelola kecemasan secara efektif.

**Tabel 3.** Mekanisme pertahanan diri yang muncul pada subjek

Mekanisme Pertahanan Diri	Bentuk Perilaku
Avoidance	Menghindari konflik
Withdrawal	Menarik diri dari lingkungan
Fantasy	Berkhayal untuk mengurangi tekanan
Escape	Menghindari tanggung jawab
Regression	Kembali pada perilaku kekanak-kanakan

*Sumber: Data hasil asesmen TAT, 2026.*

Analisis terhadap masing-masing mekanisme pertahanan diri menunjukkan dinamika psikologis yang cukup kompleks pada subjek, yaitu sebagai berikut:

**Avoidance**

Mekanisme avoidance ditunjukkan melalui kecenderungan subjek menghindari konflik, tekanan interpersonal, dan situasi yang menimbulkan kecemasan. Dalam beberapa cerita TAT, tokoh utama digambarkan memilih menjauh atau diam ketika menghadapi masalah dibandingkan mencari penyelesaian secara langsung. Pola tersebut menunjukkan bahwa subjek mengalami kesulitan menghadapi situasi yang menuntut keberanian mengambil keputusan. Penggunaan avoidance secara terus-menerus dapat menghambat perkembangan kemampuan problem solving dan meningkatkan ketergantungan terhadap lingkungan sosial.

**Withdrawal**

Mekanisme withdrawal tampak melalui kecenderungan menarik diri dan menyimpan masalah secara pribadi. Subjek menunjukkan kesulitan mengungkapkan perasaan maupun pengalaman emosional kepada orang lain, terutama ketika menghadapi tekanan psikologis. Kondisi tersebut menyebabkan subjek lebih sering memendam kecemasan dan merasa kesepian. Secara emosional, perilaku menarik diri dapat memperburuk perasaan tidak aman dan mengurangi kesempatan memperoleh dukungan sosial yang adaptif.

**Fantasy/Daydreaming**

Penggunaan fantasy atau daydreaming terlihat dari kecenderungan subjek membayangkan situasi yang lebih nyaman sebagai bentuk pelarian dari realitas yang menekan. Pada beberapa respons TAT, tokoh utama digambarkan berharap pada kondisi ideal atau membayangkan kehidupan yang lebih baik tanpa disertai upaya nyata untuk menyelesaikan masalah. Mekanisme ini berfungsi sementara dalam meredakan kecemasan, tetapi apabila digunakan secara dominan dapat menghambat kemampuan individu menghadapi realitas secara objektif.

**Escape**

Mekanisme escape muncul melalui kecenderungan menghindari tanggung jawab dan menjauhi situasi yang dianggap membebani secara emosional. Subjek tampak lebih memilih menjauh dari permasalahan dibandingkan menghadapi konsekuensi yang ada. Pola ini menunjukkan rendahnya toleransi terhadap tekanan dan keterbatasan kemampuan coping dalam menghadapi situasi sulit.

**Regression**

Mekanisme regression ditunjukkan melalui munculnya perilaku yang lebih kekanak-

kanakan ketika subjek berada dalam kondisi tertekan. Respons emosional yang muncul cenderung impulsif, bergantung pada orang lain, dan kurang menunjukkan kematangan dalam penyelesaian masalah. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa subjek belum sepenuhnya memiliki kemampuan regulasi emosi yang stabil.

Penggunaan berbagai mekanisme pertahanan diri tersebut menunjukkan bahwa subjek belum mampu menghadapi konflik dan tekanan psikologis secara adaptif. Individu lebih sering menggunakan strategi penghindaran dibandingkan penyelesaian masalah secara langsung. Kondisi ini berdampak pada proses perkembangan psikologis subjek, terutama dalam aspek pengendalian emosi, kemandirian, kemampuan mengambil keputusan, dan pembentukan hubungan interpersonal yang sehat.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Maryam (2011) yang menjelaskan bahwa remaja dengan tekanan emosional tinggi cenderung menggunakan coping avoidance untuk mengurangi kecemasan. Selain itu, Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan bahwa strategi coping yang berorientasi pada penghindaran umumnya hanya memberikan pengurangan stres sementara dan kurang efektif dalam menyelesaikan sumber masalah utama. Oleh karena itu, subjek memerlukan intervensi psikologis yang berfokus pada pengembangan coping adaptif, peningkatan regulasi emosi, serta pelatihan keterampilan problem solving agar mampu menghadapi tekanan secara lebih konstruktif.

### **Persepsi Lingkungan dan Pengaruh Sosial**

Hasil asesmen menunjukkan bahwa subjek memandang lingkungan sebagai sumber tekanan, konflik, dan ketidakpastian. Lingkungan keluarga dipersepsikan kurang memberikan rasa aman secara emosional, sedangkan lingkungan sosial dianggap memiliki tekanan yang kuat terhadap perilaku individu. Subjek juga menunjukkan kecenderungan mudah mengikuti pengaruh kelompok karena takut ditolak atau tidak diterima.

Rendahnya kemampuan asertivitas menjadi salah satu faktor yang memperkuat kerentanan subjek terhadap tekanan sosial. Subjek mengalami kesulitan mempertahankan pendapat pribadi dan cenderung mengikuti keputusan kelompok demi memperoleh penerimaan sosial. Kondisi tersebut sesuai dengan teori peer pressure yang menjelaskan bahwa remaja dengan kebutuhan afiliasi tinggi dan kontrol diri rendah lebih rentan

terlibat dalam perilaku negatif kelompok (Brown & Prinstein, 2011).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa subjek memiliki kebutuhan afiliasi yang tinggi, kecenderungan kecemasan emosional, rendahnya asertivitas, serta penggunaan mekanisme pertahanan diri yang kurang adaptif. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Maryam (2011) yang menjelaskan bahwa remaja dengan pengalaman konflik keluarga cenderung menunjukkan kebutuhan besar terhadap penerimaan sosial dan mengalami kecemasan emosional yang tinggi. Dalam penelitian tersebut ditemukan bahwa hubungan keluarga yang kurang harmonis menyebabkan remaja mengalami kesulitan dalam mengembangkan rasa aman dan kepercayaan diri sehingga lebih mudah mengalami tekanan psikologis.

Penelitian Yusuf dan Rudi (2023) juga menunjukkan bahwa remaja binaan di lembaga pembinaan khusus anak memiliki kecenderungan rendahnya kontrol diri, ketidakstabilan emosi, serta tingginya ketergantungan terhadap kelompok sosial. Kondisi tersebut menyebabkan remaja lebih mudah terpengaruh perilaku negatif dari lingkungan sekitar. Temuan ini sesuai dengan kondisi subjek yang menunjukkan rendahnya kemampuan asertivitas dan kesulitan menolak ajakan teman demi memperoleh penerimaan sosial.

Selain itu, penelitian Andi dkk. (2024) menjelaskan bahwa tekanan teman sebaya memiliki hubungan signifikan dengan munculnya perilaku agresif dan maladaptif pada remaja. Remaja yang memiliki kebutuhan afiliasi tinggi cenderung lebih mudah mengikuti perilaku kelompok karena takut mengalami penolakan sosial. Pada penelitian ini, subjek memperlihatkan adanya kecenderungan mengikuti tekanan lingkungan dan mengalami kesulitan mempertahankan pendirian pribadi ketika berada dalam situasi sosial tertentu.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa subjek menggunakan mekanisme pertahanan diri seperti avoidance, withdrawal, fantasy, dan escape dalam menghadapi tekanan emosional. Temuan tersebut didukung oleh penelitian Rahmawati dan Hidayat (2020) yang menjelaskan bahwa remaja dengan tekanan psikologis tinggi cenderung menggunakan coping avoidance sebagai bentuk perlindungan diri terhadap situasi yang dianggap mengancam. Namun, penggunaan mekanisme pertahanan diri yang kurang adaptif dalam jangka panjang dapat meningkatkan risiko gangguan emosional dan kesulitan penyesuaian sosial.

Dari aspek kondisi emosional, subjek menunjukkan dominasi perasaan sedih, takut, bingung, dan cemas. Hasil ini sejalan dengan penelitian Pratiwi et al. (2022) yang menemukan bahwa remaja dengan pengalaman keluarga disfungsi memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi dibandingkan remaja dengan dukungan keluarga yang baik. Kecemasan tersebut biasanya muncul dalam bentuk rasa takut gagal, takut ditolak, serta ketidakmampuan mengambil keputusan secara mandiri.

Berdasarkan keseluruhan hasil penelitian dan dukungan penelitian terdahulu, dapat dipahami bahwa dinamika psikologis remaja binaan dipengaruhi oleh interaksi antara faktor keluarga, lingkungan sosial, kemampuan regulasi emosi, serta kontrol diri individu. Lingkungan keluarga yang kurang suportif dan tekanan teman sebaya menjadi faktor dominan yang memengaruhi munculnya perilaku maladaptif pada subjek. Oleh karena itu, intervensi psikologis yang berfokus pada peningkatan regulasi emosi, keterampilan asertif, kemampuan coping, dan dukungan sosial sangat diperlukan dalam proses pembinaan remaja.

#### IV. PENUTUP

Berdasarkan hasil asesmen psikologis menggunakan tes proyektif dan Thematic Apperception Test (TAT), dapat disimpulkan bahwa subjek menunjukkan dinamika psikologis yang kompleks. Kondisi tersebut ditandai oleh kebutuhan afiliasi yang tinggi, rendahnya asertivitas, kecemasan emosional, serta kecenderungan menggunakan mekanisme pertahanan diri yang kurang adaptif. Subjek memiliki kebutuhan yang besar terhadap penerimaan sosial dan kedekatan emosional, tetapi mengalami kesulitan dalam mengelola tekanan lingkungan, mengambil keputusan, dan mempertahankan pendirian pribadi. Konflik keluarga, pengaruh teman sebaya, serta pengalaman negatif masa lalu turut memengaruhi kondisi emosional dan perilaku subjek. Selain itu, persepsi negatif terhadap lingkungan menyebabkan munculnya perasaan takut, cemas, bingung, dan ketidakpastian dalam menghadapi berbagai situasi sosial.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dinamika psikologis remaja binaan dipengaruhi oleh interaksi antara kebutuhan emosional, pengalaman sosial, dan kemampuan coping yang dimiliki individu. Kondisi tersebut berimplikasi pada munculnya perilaku maladaptif, kesulitan regulasi emosi, serta rendahnya kemampuan

pengambilan keputusan secara mandiri. Temuan ini menegaskan pentingnya pemahaman mendalam terhadap aspek psikologis remaja binaan sebagai dasar dalam penyusunan program pembinaan dan intervensi psikologis yang lebih tepat sasaran.

Berdasarkan temuan penelitian, remaja binaan memerlukan pendampingan psikologis yang berfokus pada peningkatan regulasi emosi, keterampilan asertif, kemampuan coping adaptif, serta penguatan kontrol diri. Intervensi tersebut penting untuk membantu remaja mengembangkan kemampuan menghadapi tekanan secara lebih sehat dan konstruktif. Dukungan keluarga serta lingkungan sosial yang positif juga diperlukan untuk menciptakan rasa aman emosional dan meningkatkan kepercayaan diri subjek dalam proses perkembangan psikologisnya. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan lebih banyak subjek dan menggunakan metode asesmen yang lebih beragam agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai dinamika psikologis remaja binaan di LPKA.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Andi, R., Fadli, M., & Nurhayati, S. (2024). Pengaruh tekanan teman sebaya terhadap perilaku maladaptif remaja. *Jurnal Psikologi Perkembangan*. 13 (1): 34-46.
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2016). Self-regulation and self-control. In K. D. Vohs & R. F. Baumeister (Eds.), *Handbook of Self-Regulation: Research, Theory, and Applications*. New York: Guilford Press. 1 (1): 1-20.
- Brown, B. B., & Prinstein, M. J. (2011). *Encyclopedia of Adolescence*. California: Academic Press. 2 (1): 230-245.
- Corey, G. (2015). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Boston: Cengage Learning. 9 (1): 112-145.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2017). *Theories of Personality*. New York: McGraw-Hill Education. 8 (2): 75-110.
- Hall, C. S., & Lindzey, G. (1993). *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. 1 (1): 55-89.
- Hurlock, E. B. (2017). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga. 5 (2): 145-178.
- Richard S. Lazarus, & Susan Folkman. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.

- Machover, K. (1995). *Personality Projection in the Drawing of the Human Figure*. Illinois: Charles C Thomas Publisher. 1 (1): 20-47.
- Maryam, S. (2011). Hubungan konflik keluarga dengan kecemasan pada remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*. 8 (2): 88-96.
- Murray, H. A. (1943). *Thematic Apperception Test Manual*. Cambridge: Harvard University Press. 1 (1): 1-152.
- Pratiwi, D., Lestari, R., & Hidayah, N. (2022). Hubungan keluarga disfungsi dengan kecemasan pada remaja. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*. 10 (2): 88-97.
- Rahmawati, I., & Hidayat, A. (2020). Mekanisme coping pada remaja dengan tekanan psikologis tinggi. *Jurnal Ilmu Psikologi*. 7 (1): 55-67.
- Santrock, J. W. (2018). *Adolescence*. New York: McGraw-Hill Education. 17 (1): 201-250.
- Wolpe, J. (2008). *Behavior Therapy and Assertive Training*. New York: Springer Publishing Company. 3 (1): 64-95.
- Yusuf, A., & Rudi, M. (2023). Dinamika psikologis remaja binaan di lembaga pembinaan khusus anak. *Jurnal Psikologi Sosial*. 12 (1): 45-57.



Copyright© 2026. Mu'mina Kurniawati S. J. Kahar, Dewi Ahmad.

