

**UPAYA PETUGAS LEMBAGA PEMASYARAKATAN DALAM
MENGATASI STRES PADA NARAPIDANA PEREMPUAN DI RUTAN
KELAS IIB PONOROGO**

SKRIPSI



**JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO**

2022

ABSTRAK

Janah, Azizatul, 2022. Upaya Petugas Lembaga Pemasyarakatan dalam Mengatasi Stres pada Narapidana Perempuan di RUTAN Kelas IIB Ponorogo. Pembimbing, Muhamad Nurdin, M.Ag.

Kata kunci: Tertekan, Adaptasi, Pendampingan, Kegiatan Narapidana.

Keadaan mental narapidana saat pertama masuk rutan sangatlah berpengaruh pada kondisi kesehatannya dalam menjalani masa pemidanaannya. Situasi lingkungan yang penuh dengan peraturan ketat, pembatasan bersosialisasi dan lingkungan yang jauh dari kata bebas harus dirasakan karena kewajibannya dalam menjalani masa tahanan, yang mana hal tersebut dapat memicu terjadinya stres. Stres adalah suatu reaksi seseorang baik dalam bentuk fisik maupun mental karena adanya suatu perubahan di lingkungan sekitarnya yang dapat mengakibatkan dirinya merasa terancam karena perubahan tersebut. Maka, dalam skripsi ini membahas tiga persoalan diantaranya, membahas tentang bagaimana kondisi psikologis narapidana perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorogo, bentuk usaha apa yang dilakukan petugas dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorogo, dan bagaimana hasil dari usaha petugas dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorogo.

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian lapangan, data yang diperoleh dari penelitian ini yaitu data primer dan data sekunder yang teknik pengumpulannya melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Teknik pengolahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah penyuntingan, klasifikasi, verifikasi dan penentuan kesimpulan sementara. Teknik analisis pada penelitian ini dengan menggunakan 3 langkah diantaranya reduksi data, penyajian data dalam bentuk naratif deskriptif dan penentuan kesimpulan akhir, dan untuk pengecekan keabsahannya menggunakan triangulasi sumber.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi narapidana perempuan yaitu merasa tertekan dan takut ketika baru masuk di lingkungan rutan karena terjadi perubahan yang drastis sehingga mereka harus beradaptasi dengan lingkungan dan orang-orang baru yang ada di rutan. Usaha yang dilakukan petugas dalam mengatasinya yaitu melakukan pendampingan, pembinaan, memfasilitasi wartel, jadwal video call dan

kunjungan, memperbanyak kegiatan keagamaan, memberikan pekerjaan sesuai dengan minat bakatnya, memberikan kegiatan yang bermanfaat sesuai dengan kebutuhan dan perlu untuk dilakukan untuk mengatasi stres tersebut. Dari berbagai usaha itu pun juga membuahkan hasil yang positif di dalam diri narapidana yang dapat membawanya untuk menjadi pribadi yang lebih baik.



LEMBAR PERSETUJUAN (Nota Dinas)

Skripsi atas nama Saudari:

Nama : Azizatul Janah
NIM : 303180009
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Upaya Petugas Lembaga Pemasyarakatan dalam Mengatasi
Stres pada Narapidana Perempuan di RUTAN Kelas
IIB
Ponorogo

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji dalam ujian munaqosah.

Ponorogo, 9 Februari 2022

Mengetahui,

Kajur



Menyetujui,

Pembimbing

Muhamad Nordin, M.Ag
NIP. 197604132005011001

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Azizatul Janah

NIM : 303180009

Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Dengan ini, saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau fikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Ponorogo, 9 Februari 2022

Yang Membuat Pernyataan



Azizatul Janah

NIM. 303180009

LEMBAR PERSETUJUAN (Nota Dinas)

Skripsi atas nama Saudari:


Nama : Azizatul Janah
NIM : 303180009
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Upaya Petugas Lembaga Pemasyarakatan dalam Mengatasi
Stres pada Narapidana Perempuan di RUTAN Kelas
IIB
Ponorogo

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji dalam ujian munaqosah.

Ponorogo, 9 Februari 2022

Mengetahui,

Kajur


Muhamad Nurdin, M.Ag
NIP. 197604132005011001

Menyetujui,

Pembimbing


Muhamad Nurdin, M.Ag
NIP. 197604132005011001



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
PENGESAHAN

Nama : Azizatul Janah
NIM : 303180009
Prodi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Upaya Petugas Lembaga Pemasyarakatan dalam Mengatasi Stres pada Narapidana Perempuan di RUTAN Kelas IIB Ponorogo

Skripsi ini telah dipertahankan pada sidang Munaqosah Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo pada:

Hari : Selasa

Tanggal : 22 Februari 2022

Dan telah diterima sebagai dari bagian persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana dalam Bimbingan Penyuluhan Islam (S.Sos) pada:

Hari : Selasa

Tanggal : 1 Maret 2022

Tim Penguji:

1. Ketua Sidang : Dr. Ahmad Munir, M.Ag.
2. Penguji : Kayyis Fithri Ajhuri, M.A. ()
3. Sekertaris : Muhamad Nurdin, M.Ag. ()

Ponorogo, 1 Maret 2022

Mengesahkan

Decan.


Dr. Ahmad Munir, M.Ag

NIP. 196806161998031002

SURAT PERSETJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Azizatul Janah

NIM : 303180009

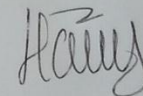
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Judul : Upaya Petugas Lembaga Pemasyarakatan dalam Mengatasi Stres pada Narapidana Perempuan di RUTAN Kelas IIB Ponorogo

Menyatakan bahwa naskah skripsi telah diperiksa dan disahkan oleh dosen pembimbing. Selanjutnya saya bersedia naskah tersebut dipublikasikan oleh perpustakaan IAIN Ponorogo yang dapat diakses di etheses.iainponorogo.ac.id adapun isi dari keseluruhan tulisan tersebut, sepenuhnya menjadi tanggung jawab dari penulis.

Demikian pernyataan ini untuk dipergunakan semestinya.

Ponorogo, 09 Maret 2022



Azizatul Janah
303180009

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kenyataan yang ada membuktikan bahwa semakin maju masyarakat, maka semakin banyak pula permasalahan hidup yang akan dialaminya. Karena, semakin banyaknya kebutuhan dan keinginan yang harus dipenuhi memicu adanya persaingan dan pertentangan yang berakibat pada semakin sulitnya tingkat pemenuhan kebutuhan sehari-hari. Sebagian orang juga melakukan tindakan kejahatan, yang tidak menutup kemungkinan tindakan tersebut dilakukan oleh seorang perempuan. Disisi lain, permasalahan tindak kejahatan yang dilakukan seorang perempuan ini adalah suatu permasalahan yang sangat kompleks karena dinilai melakukan pelanggaran hukum, agama dan sosial yang merugikan masyarakat sekitarnya, bahkan dapat memicu timbul permasalahan sosial yaitu dijadikannya bahan celaan dalam kehidupan bermasyarakat.

Sebagai negara hukum dan memiliki tata aturan yang sangat kuat, maka seluruh tatanan kehidupan bermasyarakat dan bernegara juga harus berdasarkan hukum yang ada dan sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang diberlakukan di negara Indonesia dan memberikan hukuman kepada yang bersalah sesuai dengan undang-undang yang berlaku. Selain memberikan hukuman kepada mereka yang melakukan kesalahan, Negara juga memberikan kewajiban dan tanggung jawab kepada lembaga pemasyarakatan untuk membina mereka yang telah melanggar hukum ataupun yang telah melakukan tindak kejahatan.¹

Mengingat bahwasannya negara Indonesia terkenal dengan sebutan negara hukum, maka juga berkewajiban menerapkan undang-undang yang

¹ Bambang Waluyo, *Pidana dan Pemindaan* (Jakarta: Sinar Grafika, 2000), 3.

ada bagi mereka yang bersalah, maka berdasarkan UU RI Nomor 12 Tahun 1995 menyatakan bahwa didirikannya Lembaga Pemasyarakatan adalah tempat yang digunakan untuk melakukan pembinaan bagi mereka (narapidana) yang berguna menyadarkan akan kesalahannya, agar memperbaiki diri dan tidak mengulangi kesalahan yang berpotensi menyimpang aturan sehingga dapat mengulangi tindak pidana dan dapat diterima kembali oleh lingkungan masyarakat dan dapat hidup secara wajar sebagai warga negara yang baik dan bertanggung jawab.²

Seorang warga negara yang menjalani masa pidana di Lembaga Pemasyarakatan yang sudah dinyatakan bersalah dinamakan narapidana. Narapidana adalah salah satu anggota dari masyarakat umum yang memiliki hak dan kewajiban seperti halnya warga negara lainnya, karena adanya perilaku dalam kehidupan sehari-harinya telah melakukan suatu kesalahan yang melanggar tata aturan hukum yang berlaku, maka untuk sementara waktu dibina di dalam Lembaga Pemasyarakatan dan sementara akan kehilangan kemerdekaannya dalam waktu yang telah ditentukan sesuai dengan pasalnya. Narapidana adalah seorang individu yang telah terbukti bersalah melakukan tindak kejahatan yang menyalahi aturan yang berlaku sehingga dijatuhi hukuman atau pidana oleh pengadilan dan pihak pengadilan pun mengirimkan narapidana tersebut ke Lembaga Pemasyarakatan atau Rumah Tahanan untuk menjalani hukuman sampai selesai masa pidananya sesuai dengan yang telah ditentukan. UU RI Nomor 12 Tahun 1995 Pasal 1 ayat 6 menyebutkan bahwa, Terpidana adalah seseorang yang bersalah dan sudah ditetapkan untuk dipidana berdasarkan hasil putusan pengadilan yang telah diperoleh keputusan kekuatan hukum tetap. Sedangkan Narapidana adalah terpidana yang telah menjalani pidana dan telah mengalami hilangnya kemerdekaannya dalam waktu yang telah ditetapkan dan ditempatkan di Lembaga Pemasyarakatan.³

² Undang-undang RI No. 12 Tahun 1995 tentang Lembaga Pemasyarakatan.

³ Undang-undang RI No. 12 Tahun 1995 pasal 1 ayat 6 tentang Narapidana.

Didalam agama Islam juga tidak ada kalimat yang menerangkan bahwa hukuman pada laki-laki dan perempuan itu berbeda, karena hukuman telah ditentukan kadarnya oleh syari'at yang dijatuhkan kepada setiap orang yang melanggar *nasab* (keturunan), jiwa, harta, akal, kehormatan. Diantaranya *had saraqah* (pencurian), *had zina*, *had qadzaf* (menuduh zina), *had minum khamar*, dan lain sebagainya. Wanita/perempuan yang melakukan hukum *had* sama dengan laki-laki. Hal ini menjelsakan bahwa dalam penerapan hukum tidak ada sedikitpun perbedaan diantara keduanya.⁴

Sesuai dengan ajaran Islam, kewajiban paling penting dari berbagai macam kewajiban yang bersifat mendasar adalah bagaimana mengarahkan, membimbing atau menuntun seseorang (khususnya seseorang yang bermasalah) untuk selalu berbuat baik dan mencegah agar perbuatan yang buruk tidak kembali lagi. Dari semua penjelasan itu juga diterangkan di dalam QS. Ali Imran/3: 104, Allah berfirman:

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ ۗ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ۗ

*“Dan hendaklah ada diantara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh pada yang ma’ruf dan mencegah yang mungkar merekalah orang-orang yang beruntung”.*⁵

Keadaan mental narapidana ketika pertama kali masuk penjara adalah suatu hal yang sangat berpengaruh pada kondisi psikologis narapidana dalam menjalani masa tahanan di Rumah Tahanan. Kegiatan yang biasanya dapat dilakukan secara bebas tanpa adanya kekangan dan aturan ketika seorang individu berada diluar Rumah Tahanan dapat berubah drastis setelah berada didalam RUTAN (Rumah Tahanan Negara). Berawal

⁴ Mohamed Osman El-Khos ht, *Fiqh Wanita dari Klasik sampai Moderen* (Solo: Tinta Medina, 2015) Cet III, 289.

⁵ Kementrian Agama RI. AL-Qur’an dan Terjemahanya hal 50.

dari berbagai kegiatan yang terjadwal, hingga berbagai peraturan yang ketat bahkan adanya pembatasan waktu untuk menemui orang yang dicintai adalah peraturan yang harus diikuti selama berada di dalam Rutan. Individu dituntut untuk beradaptasi terhadap kehidupan yang ada di dalam Rutan. Yang pada dasarnya penyesuaian ini diperlukan untuk jangka waktu yang tidak sebentar.

Situasi lingkungan yang penuh dengan peraturan terpaksa harus dirasakan karena adanya perbedaan kondisi lingkungan, baik ditinjau dalam lingkungan fisik maupun lingkungan sosial. Lingkungan fisik adalah semua bentuk benda yang ada di lingkungan narapidana, seperti pagar penjara, pintu blok, dan ruang sel. Sedangkan lingkungan sosial meliputi sipir, petugas pelayanan, petugas penjaga blok, tim kesehatan, juru masak, teman satu blok, dan para petugas yang ada di lingkungan Rutan. Selama berada di lingkungan Rumah Tahanan Negara (RUTAN) yang menerapkan sistem pemasyarakatan, narapidana merasa terisolasi dari masyarakat karena ruang gerak narapidana yang sangat dibatasi. Keadaan inilah yang dapat menjadi salah satu pemicu munculnya stres pada narapidana. Karena stres yang dirasakan inilah dapat menimbulkan suatu keinginan untuk melakukan reaksi terhadap stres yang dialaminya saat itu. Reaksi tersebut dapat dinilai sebagai suatu aktivitas untuk melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan, keadaan yang baru dan apabila dilakukan dengan baik maka akan menimbulkan suatu gangguan psikis (kejiwaan/stres) maupun fisik.⁶ Jadi dapat disimpulkan bahwa stres adalah suatu reaksi seseorang baik dalam bentuk fisik ataupun mental karena adanya suatu perubahan di lingkungan sekitarnya yang dirasa mengganggu dan dapat mengakibatkan dirinya merasa terancam dengan adanya perubahan itu.

Dari hasil penelitian terdahulu, menjelaskan bahwa dari pemenjaraan tersebut dapat berdampak pada psikologis, yang berupa mengalami tingkat kecemasan yang terlalu tinggi yang dapat berupa penarikan diri dari

⁶ Paisol Burlian, *Patologi Sosial* (Jakarta: PT. Bumi Askara, 2016) Cet I, 63.

lingkungan sekitar, depresi kronis, susah tidur bahkan juga timbul perasaan berbeda dari orang lain. Berdasarkan bentuk kecemasan yang disebabkan dari berbagai jenis gangguan kecemasan yang dialami oleh narapidana maka dapat disimpulkan bahwa narapidana perempuan lebih dominan mengalami gangguan kecemasan dibandingkan dengan narapidana laki-laki, karena kecenderungan inilah narapidana perempuan lebih banyak mengalami depresi, stres yang lebih besar dibandingkan narapidana laki-laki.

Adapun dampak yang dialami narapidana perempuan tidak hanya pada psikologis saja akan tetapi narapidana di Rumah Tahanan Negara juga mengalami beban sosial yang menjadi dampak dari pembedaannya, bahkan juga menerima dampak lain seperti pandangan buruk dari masyarakat setempat, walaupun pandangan buruk sama-sama didapatkan oleh narapidana perempuan dan laki-laki, akan tetapi yang membedakan diantara keduanya adalah anggapan masyarakat yang jauh lebih terfokus kepada pandangan buruk terhadap narapidana perempuan karena dianggap tidak bisa memberikan perilaku yang mencerminkan sosok seorang ibu/calon ibu yang baik, dan juga karena narapidana perempuan lebih memberikan respon yang membawa perasaan yang dapat memicu stres, berbeda dengan narapidana laki-laki yang lebih memberikan respon cuek dan masa bodoh sehingga tidak banyak narapidana laki-laki yang mengalami stres karena stigma negatif dari masyarakat setempat.

Dari permasalahan inilah dapat disebutkan narapidana perempuan lebih banyak menerima stigma negatif yang lebih buruk dibandingkan narapidana laki-laki. Karena penyimpangan tersebut perempuan dianggap masyarakat telah melanggar norma ganda, diantaranya norma hukum dan konvensional tentang bagaimana seharusnya perempuan berperilaku dan bersikap. Pandangan negatif itu akan tetapan bertahan walaupun seorang narapidana perempuan khususnya yang telah keluar dari Rumah Tahanan Negara. Sehingga tidak sedikit narapidana perempuan yang menderita stres karena adanya berbagai tekanan yang ada di lingkungan rumah tahanan dan juga adanya perpisahan dengan orang tersayang. Hal ini cukup menjadi

tantangan yang lebih berat bagi narapidana untuk dapat berusaha lebih keras menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya.

Rumah Tahanan Kelas IIB Ponorogo adalah suatu wadah yang difasilitasi oleh pemerintah untuk menampung, mendampingi dan membina anggota masyarakat yang telah melakukan penyimpangan, yang melanggar hukum yang berlaku dan telah divonis oleh pengadilan negeri sebagai orang yang bersalah maka disebut dengan narapidana. Pendampingan ini diharapkan dapat membawa perubahan bagi mereka yang pernah melakukan kesalahan dan tidak mengulangi tindak pidana yang pernah dilakukannya yang tidak lain sangat merugikannya. Ketika seseorang menjadi narapidana lembaga pemasyarakatan tidak hanya berhak menghukum sebagai balasan atas kesalahannya saja akan tetapi juga berkewajiban untuk memperbaiki tingkah laku narapidana, membina dan mengarahkan agar tidak melakukan tindak pidana lagi.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan, banyak narapidana yang mengalami gangguan emosi negatif berupa depresi, tekanan, kesedihan, penyesalan, trauma yang menjadikan sebagai pemicu/stressor dan ketika hal itu tidak bisa diatasi dengan baik maka akan menjadi stres pada narapidana perempuan. Di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ponorogo terdapat 288 orang narapidana, diantaranya 263 narapidana laki-laki dan 25 narapidana perempuan dengan rentang usia 20 tahun sampai dengan 60 tahun. Sangat bermacam-macam kasus tindak pidana yang ada di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ponorogo ini, dimulai dari pidana umum (PIDUM) seperti pencurian, pembunuhan, penipuan, penggelapan dll, tindak pidana korupsi (TIPIKOR) dan narkoba.

Menanggung sebuah balasan atas perlakuan yang menyimpang yang pernah dilakukannya sehingga ditetapkan menjadi narapidana membuat hidupnya berubah secara drastis, yang berawal dari kegiatan yang terjadwal, bertemu dengan orang baru dengan berbagai karakter, tidur di dalam sel dengan kondisi seadanya, berpisah dengan keluarga dan orang-orang yang di sayang, bahkan belum lagi mendapatkan penilaian buruk dari masyarakat

yang membuat *mental down*, dari berbagai keadaan tersebut membuat narapidana perempuan menjadi tertekan dan mengalami stres.

Dari penjelasan diatas, maka penulis tertarik untuk meneliti tentang “UPAYA PETUGAS LEMBAGA PEMASYARAKATAN DALAM MENGATASI STRES PADA NARAPIDANA PEREMPUAN DI RUTAN KELAS IIB PONOROGO”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang diambil dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana kondisi psikologis narapidana perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorogo?
2. Bagaimanakah bentuk usaha yang dilakukan petugas dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorogo?
3. Bagaimana hasil usaha petugas Rutan Kelas IIB Ponorogo dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan?

C. Tujuan Penelitian

Adapun dari penelitian ilmiah ini penulis memiliki beberapa tujuan, diantaranya:

1. Untuk mendiskripsikan kondisi psikologis narapidana perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorogo.
2. Untuk menunjukkan dan menganalisis bentuk usaha yang dilakukan oleh petugas dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorogo.
3. Untuk memaparkan hasil yang diperoleh dari usaha petugas Rutan Kelas IIB Ponorogo dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan.

D. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara Teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan untuk menambah ilmu pengetahuan, serta dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi penelitian selanjutnya yang jenis penelitiannya berkaitan dengan jenis penelitian upaya petugas dalam mengatasi stres pada narapidana, dan juga memperkaya hasil penelitian di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah terutama di Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam.
 - b. Dalam penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan kajian bagi penelitian lainnya termasuk di berbagai perguruan tinggi, lembaga pemasyarakatan, dan masyarakat luas untuk memahami dan peduli terhadap permasalahan psikologis khususnya dalam strategi mengatasi stres.
2. Secara Praktis
 - a. Manfaat bagi petugas, yaitu dapat dijadikan bahan masukan bagi petugas Rutan Kelas IIB dalam merumuskan penyusunan konsep strategi dalam mengatasi stres yang dialami oleh warga binaan.
 - b. Manfaat bagi narapidana, yaitu sebagai pedoman untuk memperoleh informasi terkait berbagai cara dalam mengatasi stres dan dapat memanfaatkan pengetahuan secara maksimal dalam kehidupan sehari-hari.

E. Telaah Pustaka

Didalam penelitian ini, terdapat beberapa penelitian terdahulu yang memiliki kesamaan dan perbedaan dengan topik pembahasan yang sedang diteliti penulis saat ini. Maka ditelaah pustaka ini akan memaparkan beberapa penelitian terdahulu yang dapat digunakan sebagai bahan rujukan bagi peneliti:

Penelitian pertama, ditulis oleh Iwan Prizal yang berjudul *Peran Lembaga Pemasyarakatan Dalam Memperbaiki Perilaku Narapidana*

(Studi Terhadap Pembinaan Keagamaan di LAPAS Klas IIA Kota Bengkulu. Dalam penelitian ini membahas tentang bagaimana peran lembaga pemasyarakatan dalam memperbaiki perilaku narapidana (Studi Terhadap Pembinaan Keagamaan di LAPAS Klas IIA Kota Bengkulu) dan apa saja yang menjadi faktor pendukung dan penghambat lembaga dalam proses memperbaiki berbagai perilaku narapidana (Studi Terhadap Pembinaan Keagamaan di LAPAS Klas IIA Kota Bengkulu). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peran lembaga pemasyarakatan dalam memperbaiki perilaku narapidana juga mengetahui berbagai faktor pendukung dan penghambat yang dihadapi lembaga pemasyarakatan dalam melakukan proses memperbaiki perilaku narapidana.

Didalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kualitatif yang dimana dalam penentuan informannya dengan menggunakan teknik *purposive sampling* (menggunakan penilaian sendiri dalam menentukan populasi yang ikut berpartisipasi dalam penelitiannya). Hasil yang diperoleh dari penelitian ini menunjukkan bahwa peran lembaga pemasyarakatan dalam memperbaiki berbagai macam perilaku narapidana sekaligus menjadi faktor mendukung dalam proses memperbaiki perilaku narapidana adalah pemberian pembinaan oleh petugas yang berlatar belakang pendidikan keagamanya yang bagus sangat menunjang dalam memberikan pembinaan dan dapat menyampaikan materi dengan cara yang menarik dari segi isi pun sangat sesuai dengan yang dibutuhkan narapidana. Dari berbagai faktor pendukung yang ada juga terselip faktor penghambat dalam memberikan pembinaan oleh lembaga pemasyarakatan yaitu adanya keterlambatan petugas dalam memberikan pembinaan keagamaan dari jadwal yang sudah ditentukan dan tingkat pemampuan pemahaman narapidana yang cukup sulit menerima materi keagamaan yang telah disampaikan.

Penelitian kedua, penelitian yang ditulis oleh Verra Yoviola Yoshepa yang berjudul *Urgensi Bimbingan Rohani Islam Bagi Narapidana Remaja di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Bengkulu.* Penelitian ini membahas tentang faktor apa saja yang menjadi penyebab tindak pidana

remaja di lembaga pemasyarakatan klas IIA Bengkulu dan bagaimana bentuk pelaksanaan serta urgensi bimbingan rohani islam bagi narapidana remaja di lembaga pemasyarakatan klas IIA Bengkulu. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor penyebab tindak pidana remaja di lembaga pemasyarakatan klas IIA Bengkulu dan juga untuk mengetahui berbagai bentuk pelaksanaan dan urgensi bimbingan rohani islam bagi remaja di lembaga pemasyarakatan klas IIA Bengkulu. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif yang penentuan informannya dengan menggunakan *purposive sampling*.

Hasil dari penelitian ini menjelaskan bahwa penyebab dari tindak pidana remaja di lembaga pemasyarakatan klas IIA Bengkulu adalah pelecehan seksual (perlindungan anak), pencurian mobil, dan perkelahian. Bentuk-bentuk bimbingan kerohanian yang dilakukan petugas untuk memperbaiki perilaku remaja di lembaga pemasyarakatan klas IIA Bengkulu adalah salat, belajar mengaji, dan mengadakan kuliah umum seputar keagamaan seperti cerama keagamaan yang ada di lingkungan lembaga pemasyarakatan klas IIA Bengkulu. Sedangkan urgensi bimbingan rohani islam yang dilakukan di lembaga pemasyarakatan klas IIA Bengkulu sangat penting dilakukan untuk narapidana remaja, karena dari kegiatan inilah narapidana dapat memahami ilmu agama paham akan hal yang dilarang dan dianjurkan, dapat memperbaiki perilaku mereka sesuai dengan ilmu yang diketahuinya sehingga mereka juga bisa memiliki akhlak yang baik dengan mempelajari ilmu agama Islam.

Penelitian ketiga, penelitian yang ditulis oleh Isnii Agista yang berjudul *Penanganan Kasus Stres dalam Menghadapi Aktivitas Kuliah Melalui Pendekatan Konseling Behavioristik dengan Teknik Pengolahan Diri pada Mahasiswa Jurusan Seni Rupa FBS UNNES*. Permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini adalah tentang gambaran stres yang sedang dialami oleh mahasiswa yang menghadapi aktivitas kuliah sebelum dan sesudah mendapatkan konseling behavioristik dengan menggunakan teknik

pengolahan diri. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui berbagai gambaran stres yang dialami mahasiswa sebelum dan sesudah mendapatkan konseling behavioristik dengan teknik pengolahan diri dan juga mengetahui keefektifan konseling behavioristik dengan teknik pengolahan diri untuk mengatasi stres yang dialami oleh mahasiswa dalam menghadapi aktivitas perkuliahan. Dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kualitatif.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa stres yang dialami mahasiswa dalam menghadapi aktivitas perkuliahan ini dapat ditangani dengan konseling behavioristik dengan teknik pengolahan diri. Akan tetapi hal tersebut masih membutuhkan komitmen yang kuat dari masing-masing subjek untuk dapat benar-benar dapat mengelola diri dengan baik sehingga akan mendapatkan hasil yang optimal.

Penelitian keempat, yang ditulis oleh Anita Rohman yang berjudul *Dinamika Coping Stres pada Narapidana Pengguna Narkoba Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Malang*. Permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini adalah mengetahui dinamika *coping* stres narapidana pengguna narkoba di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Malang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui proses *coping* stres yang dilakukan oleh narapidana pengguna narkoba, faktor yang mempengaruhi *coping* stres, sumber stres jenis *coping* stres apa yang digunakan narapidana pengguna narkoba. Pada penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kualitatif.

Dari penelitian ini menunjukkan hasil bahwa *coping* stres yang dilakukan oleh masing-masing narapidana pengguna narkoba berbeda-beda. Sumber stres yang dimunculkan narapidana pun juga berbeda-beda, baik secara internal maupun eksternal meskipun ada juga beberapa sumber stres yang sama misalnya seperti jangka waktu hukuman yang lama dan adanya kerinduan dengan keluarga yang dicintai. Faktor-faktor *coping* yang dilakukan para subjek juga cenderung memiliki kesamaan seperti halnya pandangan positif, keterampilan dalam memecahkan masalah, kondisi fisik,

dukungan sosial dan materi. Jenis *coping* yang digunakan ketiga subjek kebanyakan menggunakan *emotion focused coping*. Secara fungsional kecenderungan tersebut terlihat dari ketiga subjek yang berusaha mencari dukungan sosial dan pendekatan spiritual, serta melakukan berbagai aktivitas relaksasi yang dilakukan oleh objek kedua serta secara disfusi, *emotion focused coping* ditunjukkan dengan memandang stres dengan serius dan bersikap agresif yang dilakukan oleh subjek ketiga.

Penelitian kelima, penelitian yang ditulis oleh Sella Ulandari dengan judul *Kondisi Psikologi pada Narapidana Wanita di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Krui*. Pada penelitian ini membahas tentang kondisi psikologis pada narapidana wanita di Rumah Tahanan Negara kelas IIB Krui dan faktor penyebabnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggali kondisi psikologis pada narapidana wanita di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Krui dan untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi kondisi psikologis pada narapidana wanita di Rumah Tahanan Wanita Kelas IIB Krui. Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi psikologis pada narapidana wanita di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB yaitu: 1) Kognitif dapat diterapkan oleh narapidana yang memiliki kemampuan mengingat yang baik dan memiliki persepsi yang berbeda yang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan dan pengetahuan. 2) Afektif yaitu suatu perasaan sedih, takut, rasa bersalah, marah, khawatir, kecewa, stres dan putus asa. 3) Psikomotorik terlihat dari bentuk perilaku pertikaian antar narapidana wanita dan sulit tidur. Faktor penyebab kondisi psikologis narapidana wanita ini adalah kurangnya stimulasi, kehilangan kendali dan jauh dari keluarga tercinta.

Persamaan dari beberapa penelitian terdahulu yang telah dijelaskan diatas dengan penelitian penulis saat ini adalah sama-sama melakukan penelitian dengan pembahasan di lingkup stres dan dalam penelitiannya menggunakan metodologi penelitian kualitatif. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu pada penelitian ini

terfokus pada kondisi & bentuk stres yang dialami narapidana perempuan, bentuk usaha yang dilakukan oleh petugas Rutan dalam menangani stres yang dialami narapidana perempuan sekaligus mengungkapkan hasil dari usaha petugas Rutan dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sejauh ini belum ada yang meneliti dan tidak ada kesamaan judul dengan yang lainnya.

F. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

a. Pendekatan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dari objek penelitian yang diangkat, maka dalam penelitian ini menggunakan metodologi penelitian dengan pendekatan kualitatif. Karena dalam penelitian ini tidak menggunakan analisis statistik dan kuantitatif dalam pengumpulan datanya, maka dalam penelitian ini lebih mengutamakan pengamatan langsung dan komunikasi tanya jawab secara langsung.

Pada pendekatan kualitatif ini lebih menekankan analisisnya pada proses penyimpulan data deduktif dan induktif serta menekankan pada analisis terhadap dinamika hubungan antar fenomena yang diamati, dengan menggunakan logika ilmiah.⁷ Jadi dapat diambil kesimpulan pendekatan kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan dari perilaku yang diamati.

b. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) yang dipaparkan dalam bentuk deskriptif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian.⁸

⁷ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), 5.

⁸ Lexy Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006), 6.

Penelitian kualitatif adalah penelitian yang digunakan untuk mengungkapkan gejala secara menyeluruh dan sesuai dengan konteks apa adanya melalui pengumpulan data dari latar alami sebagai sumber lapangan dengan instrumen kunci peneliti itu sendiri. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan latar alami dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada. Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.⁹ Penelitian ini merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk menyimpulkan informasi mengenai status suatu gejala yang ada, yaitu keadaan gejala menurut apa adanya pada saat penelitian diadakan.

2. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian di Rumah Tahanan (Rutan) Kelas IIB Ponorogo. Yang beralamat di Jln. Soekarno Hatta No. 53 (0352) 481629 Kode Pos 63411 Kelurahan Banyudono, Kecamatan Ponorogo, Kabupaten Ponorogo, Jawa Timur.

3. Data dan Sumber Data

Berdasarkan hasil observasi awal yang telah dilakukan di RUTAN Kelas IIB Ponorogo yang bertepatan di Jln. Soekarno Hatta No. 53 (0352) 481629 Kode Pos 63411 Kelurahan Banyudono, Kecamatan Ponorogo, Kabupaten Ponorogo, Jawa Timur. Dengan jumlah narapidana perempuan yang berjumlah 25 orang, peneliti melakukan wawancara dengan beberapa narapidana perempuan yang menghasilkan data bahwa faktor yang menyebabkan terjadinya stres yang dialami oleh narapidana perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorogo ini karena merasa tertekan dengan berbagai peraturan yang ada, karena kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru, ditambah lagi dengan

⁹ Sugiono, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2009), 2.

berpisah dengan keluarga yang membuat dirinya semakin stres untuk menerima keadaan, keadaan komunitas yang baru, keterbatasan bersosialisasi dan kemampuan setiap individu yang tidak seimbang dalam menerima perubahan yang ada.

Gejala stres yang dialami narapidana perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorogo diantaranya; terlihat cemas, takut, tertekan, sedih, merasa bersalah merasa putus asa, sakit, tegang, malu, banyak melamun dan suka menyendiri.

Sumber data yang diperoleh dari penelitian ini diantaranya:

a. Sumber data primer

Yaitu data yang diperoleh secara langsung dari sumber utama tentang data-data penelitian.¹⁰ Data primer yang paling signifikan dalam penelitian ini didapat dari hasil wawancara dengan kepala Tata Usaha, 3 petugas bagian pelayanan, kepala bagian pelayanan, dan 1 petugas kesehatan.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data tambahan yang dapat memperkuat data pokok yang penulis peroleh dari sumber data sekunder. Sumber data sekunder sendiri adalah sumber data yang diperoleh dari pihak lain, yang diperoleh secara tidak langsung dari subjek penelitian.¹¹ Sumber data penelitian yang dimaksud dalam penelitian ini berasal dari wawancara dengan napi begitu juga arsip yang dimiliki oleh lembaga serta dokumen-dokumen yang berkaitan dengan penelitian yang sedang dilakukan dan juga hasil wawancara dengan 5 narapidana perempuan untuk memperkuat pernyataan petugas.

4. Teknik Pengumpulan Data

¹⁰ Soerjono Soekarto. *Pengantar Penelitian Hukum* (Jakarta: Raja Grafindo, 2003), 12.

¹¹ Azwar Saifudin, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2007), 91.

Untuk mendapatkan data-data yang diperlukan, dalam penelitian ini penulis menggunakan data empiris yang berasal dari hasil observasi di tempat penelitian. Dalam penggunaan referensi penulis memahami berbagai macam karya tulis, buku, karya ilmiah maupun dokumen yang berkaitan dengan tema penelitian untuk selanjutnya dijadikan sebagai acuan dan alat utama dalam melaksanakan praktek penelitian lapangan. Adapun data empiris yang penulis gunakan, memperolehnya dengan menggunakan beberapa metode, diantaranya:

a. Wawancara

Wawancara adalah suatu percakapan yang dilakukan secara lisan dengan maksud tertentu. Percakapan dilakukan oleh 2 orang pihak, yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan yang diwawancarai yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu.¹²

Penulis melaksanakan wawancara dengan cara berdialog atau bertanya secara langsung sesuai dengan pedoman wawancara (pertanyaan yang telah disiapkan sesuai dengan data yang diperlukan) yang melibatkan petugas Rutan, narapidana perempuan yang mengalami stres, kepala bagian Tata Usaha serta kepala bagian pelayanan Rutan. Penulis mewawancarai petugas Rutan, narapidana perempuan yang mengalami stres, kepala bagian pelayanan serta kepala kepala Tata Usaha dengan tujuan untuk memperoleh data primer. Wawancara ini penulis lakukan secara mendalam dan terstruktur, bertujuan untuk mendapatkan berbagai keterangan secara mendalam yang berhubungan dengan fokus permasalahan.

b. Observasi

Observasi adalah bentuk penelitian yang dilaksanakan dengan cara melakukan pengamatan dan pencatatan dengan cara sistematis sesuai dengan fenomena yang diteliti.¹³ Metode observasi

¹² Moleong Lexy J, *Metodologi Penelitian Kualitatif (edisi revisi)* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013), 186.

¹³ Hadi, Sutrisno, *Metodologi Research I* (Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM, 1995), 136.

ini dilakukan pengamatan secara langsung lebih dekat dengan objek penelitian sehingga dapat dipahami dan diketahui secara langsung dengan mencatat data secara sistematis terhadap gejala yang sedang diselidiki.

Jenis observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi nonpartisipan yang dimana dalam kegiatan ini penulis tidak terlibat dan hanya sebagai pengamat independen.¹⁴ Dengan menggunakan metode ini, penulis dapat mengamati keadaan di lingkungan Rutan secara langsung, narapidana yang mengalami stres dan tindakan yang dilakukan petugas dalam mengatasi stres yang dialami oleh narapidana perempuan tersebut. Observasi ini dimaksudkan untuk mengetahui peran petugas Lembaga Pemasyarakatan dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorogo.

c. Dokumentasi

Dokumen yang dimaksudkan dalam hal ini adalah suatu kumpulan catatan peristiwa yang telah berlalu, baik berupa gambar, tulisan atau karya-karya lainnya. Dokumen ini sangat diperlukan untuk menguatkan beberapa data-data yang diperoleh melalui wawancara dan observasi.¹⁵

Dokumen yang diperoleh dalam penelitian ini adalah profil dari Rutan Kelas IIB Ponorogo baik berupa dokumen, foto kegiatan wawancara, catatan penyebab stres yang dialami narapidana perempuan, dan berbagai tata aturan yang diterapkan di lingkungan Rumah Tahanan.

5. Teknik Pengolahan Data

¹⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)* (Bandung: Alfabeta, 2013), 204.

¹⁵ Ibid, 329.

Setelah teknik pengumpulan data dilakukan, selanjutnya adalah melakukan pengolahan data, data yang telah terkumpul perlu diolah dahulu, pentingnya pengolahan data ini bertujuan untuk menyederhanakan seluruh data yang terkumpul, menyajikannya dalam susunan yang baik dan rapi, kemudian baru dianalisis.

Metode pengolahan data menjelaskan prosedur pengolahan dan analisis data sesuai dengan pendekatan yang dilakukan. Karena penelitian ini menggunakan metode kualitatif, maka metode pengolahan data dilakukan dengan menguraikan data dalam bentuk kalimat teratur, runtun, logis, tidak tumpang tindih, dan efektif sehingga memudahkan pemahaman dan interpretasi data. Diantaranya melalui tahap: pemeriksaan data (*editing*), klasifikasi (*classifying*), verifikasi (*verifying*), dan pembuatan kesimpulan (*concluding*).

Tahapan pengolahan data ada 3, yaitu:¹⁶

a. Penyuntingan (*editing*)

Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini adalah memeriksa seluruh daftar pertanyaan yang akan diberikan kepada responden. Dalam tahapan ini ada beberapa yang perlu diperhatikan diantaranya kesesuaian jawaban responden dengan pertanyaan yang diajukan, kelengkapan pegisian jawaban dari daftar pertanyaan dan konsistensi jawaban responden. Dalam proses penyuntingan hasil wawancara ini dilarang merubah, menafsirkan atau mengganti jawaban yang diberikan responden hal ini bertujuan agar kebenaran jawaban dapat terjaga sesuai dengan apa yang diungkapkan responden.

b. Klasifikasi (*Classifying*)

Classifying adalah suatu pengelompokan data yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi ataupun

¹⁶ Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 1993).n104-105.

seluruh data yang diperoleh untuk dibaca dan ditelaah secara mendalam kemudian digolongkan atau dikelompokkan sesuai dengan data yang diperlukan.¹⁷ Hal ini dilakukan agar data yang diperoleh mudah dipahami dan dibaca serta dapat memberikan suatu informasi yang objektif sesuai dengan data yang diperlukan oleh peneliti. Kemudian dari data-data yang telah dikelompokkan yang diperoleh dari hasil wawancara dipilih kembali bagian-bagian data yang memiliki persamaan dan kesesuaian dengan data teori yang diperoleh dari referensi.

c. Verifikasi (*Verifying*)

Verifying adalah tahap pemeriksaan data yang diperoleh dari lapangan agar validitas data yang diperoleh dapat diakui dan dapat digunakan dalam penelitian.¹⁸ Langkah selanjutnya yaitu dengan mengkonfirmasi ulang dengan memantapkan hasil data yang sudah diperoleh dari sumber kepada subyek penelitian dengan cara mengutarakan data dan menanyakan kembali kepada subjek apakah data tersebut sudah sesuai dengan kebenarannya.

d. Kesimpulan (*Concluding*)

Tahap terakhir yang perlu dilakukan dalam teknik pengolahan data ini yaitu penarikan kesimpulan sementara yang diperoleh dari proses sebelumnya yaitu *editing*, *classifying* dan *verifying*.

6. Teknik Analisis Data

Analisis data menurut Bogdan dan Biklen, adalah suatu penyelidikan dan pengaturan data secara sistematis mulai dari data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan data-data lain,

¹⁷ Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 1993). 104-105.

¹⁸ Kusuma Ahwal dan Saudjana Nana, *Proposal Penelitian di Perguruan Tinggi* (Bandung: Sinar Baru Argasindo, 2002), 84.

sehingga mudah dipahami dan temuannya dapat dipahami oleh orang lain.¹⁹

Penelitian yang digunakan penulis disini yaitu penelitian kualitatif yang proses analisisnya menggunakan analisis deskriptif. Hal ini dilakukan karena data yang diperoleh tidak disajikan dalam bentuk angka melainkan dalam bentuk laporan dan uraian deskriptif yang dilakukan dengan cara menarik kesimpulan yang bersifat umum dari berbagai kasus yang bersifat khusus.

Analisis data dalam penelitian ini mengikuti model analisis Miles dan Huberman pada tahun 1984, yang terdiri dalam beberapa tahap yaitu:²⁰

- a. *Data Reduction* (Reduksi data) yaitu merangkum data yang telah diperoleh, memilih hal-hal pokok dan penting yang sesuai dengan rumusan masalah, menentukan tema dan polanya lalu membuang data yang tidak sesuai dengan pembahasan. Tahap awal ini, penelitian akan berusaha mendapatkan data sebanyak-banyaknya berdasarkan tujuan penelitian yang telah ditetapkan yaitu meliputi variabel upaya petugas dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan.
- b. *Data Display* adalah penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, yang digunakan dalam penelitian kualitatif dengan menyajikan dalam bentuk teks yang bersifat naratif. Melakukan proses penyajian data akan memudahkan dalam memahami apa yang terjadi dilokasi penelitian, memudahkan dalam merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah difahami, sehingga penulis dapat menyajikan data yang berkaitan dengan upaya petugas dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan.

¹⁹ Ahmadi Rulam, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2016), 230.

²⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)* (Bandung: Alfabeta, 2013), 337-345.

c. *Conclusion drawing* dan *verification* adalah penarikan kesimpulan akhir yang sudah diperkuat dengan bukti-bukti yang jelas dan konsisten yang telah melalui proses verifikasi dengan cara mengkonfirmasi ulang kepada subjek penelitian terkait data yang telah diperoleh. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya, tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang jelas dan konsisten saat penulis kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kuat, sehingga penulis dapat lebih jelas dalam menjawab rumusan penelitian dengan judul “Upaya Petugas Lembaga Pemasyarakatan Dalam Mengatasi Stres Pada Narapidana Perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorogo”.

7. Pengecekan Keabsahan Data

Dalam penelitian kualitatif ini, temuan data yang didapat dinyatakan valid apabila tidak ada perbedaan antara apa yang dilaporkan penulis dengan apa yang sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti.²¹ Teknik pemeriksaan keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik triangulasi sumber. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembandingan terhadap data yang diperoleh. Teknik triangulasi paling banyak digunakan ialah pemeriksaan melalui sumber lainnya. Teknik triangulasi ini dibedakan menjadi empat macam triangulasi diantaranya teknik pemeriksaan yang memanfaatkan penggunaan sumber, metode, penyidik, dan teori.²²

²¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)* (Bandung: Alfabeta, 2013). 363.

²² Moleong Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif (edisi revisi)* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013). 330.

Teknik pemeriksaan keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber. Triangulasi sumber yaitu membandingkan dan melakukan pengecekan ulang derajat kepercayaan suatu informasi diperoleh melalui jalan membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara, membandingkan apa yang dikatakan orang di depan umum dengan apa yang dikatakannya secara pribadi, membandingkan apa yang dikatakan orang tentang situasi dilingkungan yang diteliti dengan apa yang dikatakannya sepanjang waktu, membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang seperti rakyat biasa, orang berpendidikan menengah atau tinggi, orang berada, dan orang pemerintah, membandingkan hasil dan wawancara dengan isi suatu dokumen yang berkaitan.²³

G. Sistematika Pembahasan

Untuk lebih mudah dalam penulisan penelitian ini, maka perlu adanya sistematika pembahasan yang terdiri dari 5 bab, diantaranya:

BAB I Pada bab awal membahas tentang gambaran awal yang menjadi latar belakang dari penelitian ini, setelah mengetahui latar belakangnya maka lanjut pada merumuskan masalah penelitian, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, telaah pustaka yang menjelaskan penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian penulis yang dijadikan sebagai landasan awal yang berguna untuk membedakan dengan penelitian sebelumnya, menentukan metode penelitian (pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, teknik pengolahan data, teknik analisis data dan pengecekan kebasahan data), dan sistematika pembahasan.

BAB II Setelah mengetahui pokok permasalahan yang telah dijelaskan di bab I maka pada bab II ini membahas tentang kajian teori

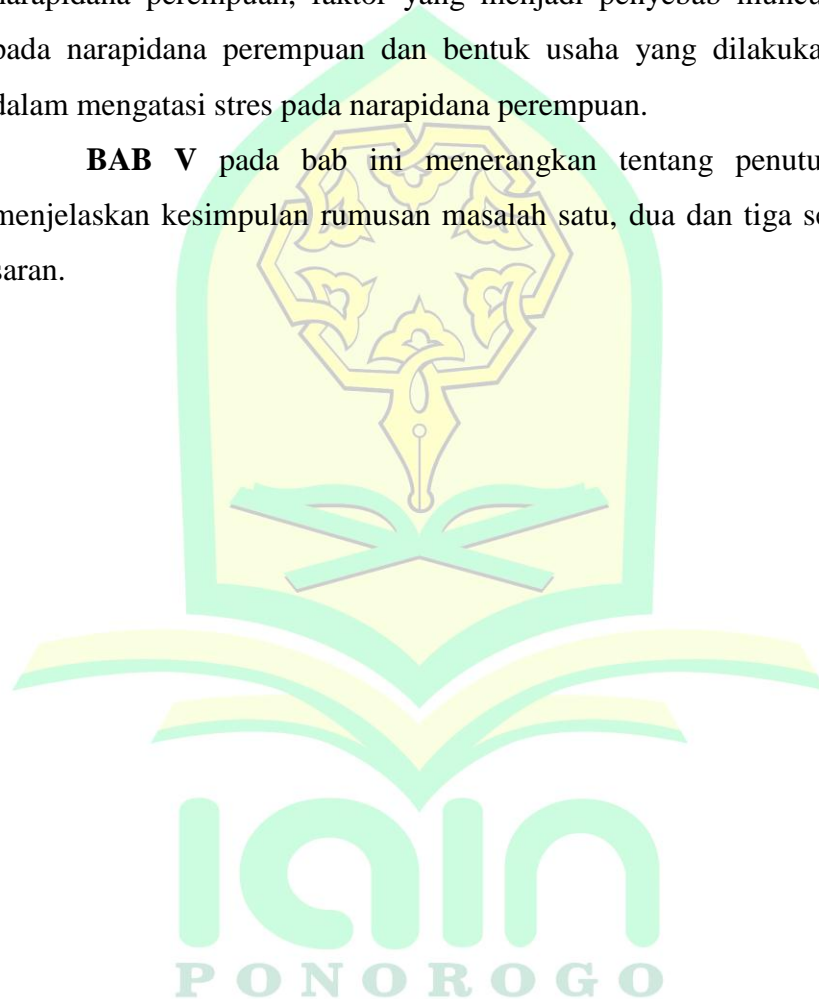
²³ Moleong Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif (edisi revisi)* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013. 330-331.

untuk rumusan masalah satu, dua dan tiga (telaah teoritik terhadap pokok variabel penelitian).

BAB III Pada bab tiga ini memaparkan data-data untuk rumusan masalah satu, dua dan tiga yang telah diperoleh melalui wawancara, observasi dan dokumentasi.

BAB IV membahas tentang analisis hasil penelitian yaitu kondisi narapidana perempuan, faktor yang menjadi penyebab munculnya stres pada narapidana perempuan dan bentuk usaha yang dilakukan petugas dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan.

BAB V pada bab ini menerangkan tentang penutupan yang menjelaskan kesimpulan rumusan masalah satu, dua dan tiga serta saran-saran.



BAB II

KAJIAN TEORI

A. Rumah Tahanan Negara

1. Pengertian Rumah Tahanan Negara

Rumah Tahanan Negara yang disingkat dengan Rutan adalah suatu tempat orang-orang yang ditahan secara sah oleh pihak yang berwenang, baik untuk kepentingan penyidik, penuntutan sampai pemeriksaan di pengadilan. Dalam sistem pemasyarakatan, rumah tahanan negara (rutan) disebut tempat untuk orang-orang yang sedang menunggu proses persidangan pidana.²⁴

2. Petugas Lembaga Pemasyarakatan

Kewajiban untuk mengeluarkan narapidana dari lembaga untuk kembali kepada masyarakat tidak kalah pentingnya dari pada tugas untuk memasukan narapidana kedalam lembaga. Berhasilnya tugas untuk mengeluarkan dan mengembalikan narapidana menjadi anggota masyarakat yang baik dan taat terhadap hukum, digantungkan kepada petugas negara yang disertai tugas untuk menjalankan sistem pemasyarakatan. Dalam Undang-Undang No.12 Tahun 1995 peraturan tentang pemasyarakatan, adapun petugas pemasyarakatan yang memiliki mental baik dan sehat dilanjutkan dalam 5 aspek:

- 1) Berfikir realistis
- 2) Mempunyai kesadaran diri
- 3) Mampu membina hubungan sosial dengan orang lain
- 4) Mempunyai visi dan misi yang jelas
- 5) Mampu mengendalikan emosi

²⁴ Peraturan Pemerintah Nomor 27 Tahun 1983 tentang *Pelaksanaan Kitab Undang-Undang Hukum Acara Pidana*.

Berdasarkan surat edaran Dirjen Pemasyarakatan berikut ini adalah sepuluh kewajiban petugas pemasyarakatan:

- 1) Menjunjung tinggi hak-hak warga binaan pemasyarakatan
- 2) Bersikap belas kasih dan tidak sekali-kali menyakiti warga binaan pemasyarakatan
- 3) Berlaku adil terhadap warga binaan pemasyarakatan
- 4) Menjaga rahasia pribadi warga binaan pemasyarakatan
- 5) Memperhatikan keluhan warga binaan pemasyarakatan
- 6) Menjaga rasa keadilan masyarakat
- 7) Menjaga kehormatan diri dan menjadi teladan dalam sikap dan perilaku
- 8) Waspada dan peka terhadap kemungkinan adanya ancaman dan gangguan keamanan
- 9) Bersikap sopan tetapi tegas dan memberikan pelayanan kepada masyarakat
- 10) Menjaga keseimbangan antara kepentingan pembinaan dan keamanan petugas lembaga pemasyarakatan harus memiliki pengetahuan yang mendalam tentang seluk-beluk sistem pemasyarakatan dan terus menerus meningkatkan kemampuan, dalam menghadapi perangai narapidana. Petugas-petugas melakukan peran sesuai dengan kewenangannya yang ditunjuk oleh peraturan berusaha menciptakan bentuk kerjasama yang baik untuk membantu menyelenggarakan proses pemasyarakatan sedemikian rupa dalam pelaksanaan sistem pemasyarakatan.

3. Sistem Pemasyarakatan

Sistem pemasyarkatan yang berlaku saat ini yaitu secara konseptual dan historis. Sangat berbeda dengan apa yang berlaku dalam sistem kepenjaraan. Pembinaan narapidana dalam sistem kepenjaraan terkesan sebagai lembaga pembalasan atas kejahatan yang dilakukan oleh sipelaku, sedangkan dalam sistem pemasyarakatan azas yang

dianut menempatkan narapidana sebagai objek yang dipandang sebagai pribadi dan warga negara, serta dihadapi bukan dengan latar belakang pembalasan melainkan dengan pembinaan terarah yang kedepannya dapat menyadarkan pelaku kejahatan.²⁵

Hal ini menunjukkan bahwa sistem pemasyarakatan sebagai pelembagaan respon masyarakat terhadap perlakuan pelanggaran hukum pada hakekatnya merupakan pola pembinaan yang berorientasi pada masyarakat, peran serta masyarakat harus dipandang sebagai suatu aspek integral dari kegiatan pembinaan.

4. Tujuan Pembinaan

Dalam Undang-Undang No. 12 Tahun 1995 peraturan tentang pemasyarakatan, tujuan pembinaan dibagi dua yaitu secara umum dan secara khusus, diantaranya:

a. Tujuan umum pembinaan

- 1) Memantapkan iman (ketahanan mental)
- 2) Membina mereka agar segera mampu berintegrasi secara wajar dalam kehidupan kelompok selama dalam lembaga pemasyarakatan dan dalam kehidupan yang lebih luas (masyarakat) setelah mereka selesai menjalani pidana.

b. Tujuan khusus pembinaan

- 1) Berhasil memantapkan kembali harga diri dan kepercayaan dirinya serta bersikap optimis akan masa depannya.
- 2) Berhasil memperoleh pengetahuan minimal keterampilan untuk bekal hidup mandiri dan berpartisipasi dalam kegiatan pembangunan nasional.
- 3) Berhasil menjadi manusia yang patuh pada hukum dengan tidak lagi melakukan perbuatan yang melanggar hukum.
- 4) Berhasil memiliki jiwa dan semangat pengadilan terhadap bangsa dan negara.

²⁵ Departemen Kehakiman RI, *Himpunan Peraturan Perundang-undangan Tentang Kemasyarakatan* (Jakarta:Depkeh RI, 1999), 152.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pembinaan narapidana berusaha kearah memasyarakatkan kembali seseorang yang pernah mengalami konflik sosial, agar mereka bisa diterima kembali di masyarakat dan pembinaan narapidana berusaha ke arah memperbaiki perilaku narapidana yang awalnya mempunyai perilaku yang buruk/menyimpang norma hukum setelah mengikuti pembinaan di lembaga pemasyarakatan diharapkan narapidana dapat menyadari dan memperbaiki perilaku menyimpang tersebut.

5. Fungsi Lembaga Pemasyarakatan

- 1) Melakukan pembinaan kepada narapidana atau peserta didik.
- 2) Memberikan bimbingan, mempersiapkan sarana dan mengolah hasil kerja.
- 3) Melakukan bimbingan kerohanian, perawatan dan kesehatan narapidana.
- 4) Melakukan pemeliharaan keamanan dan tata tertib di lembaga pemasyarakatan.
- 5) Melakukan urusan tata usaha dan rumah tangga.²⁶

B. Kondisi

a. Pengertian Kondisi Lingkungan Sosial

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kondisi adalah suatu keadaan atau situasi. Sedangkan kondisi sosial masyarakat diartikan sebagai suatu situasi atau keadaan masyarakat pada Negara tertentu dan pada saat tertentu.²⁷ Muhroji berpendapat bahwa lingkungan adalah sesuatu yang berperan menyiapkan fasilitas-fasilitas atau bahkan menghambat seseorang untuk berkembang.²⁸ Dari

²⁶ Panjaitan dan Simorangkir, *Lembaga Pemasyarakatan Dalam Perspektif Sistem Peradilan Pidana* (Jakarta: Pustaka Sinar Harapan, 1995), 67.

²⁷ Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2000.

²⁸ Muhroji dkk, *ISBD (Ilmu Sosial Budaya Dasar)* (Surakarta: Badan Penerbit-FKIP, 2008), 72.

pendapat ini diperkuat dengan pernyataan Saragih yang mengungkapkan lingkungan sosial adalah semua orang yang dapat mempengaruhi setiap individu baik secara langsung maupun tidak langsung.²⁹

Jadi dapat disimpulkan kondisi lingkungan sosial adalah suatu keadaan yang berhubungan erat dengan situasi yang ada di dalam masyarakat tertentu yang sangat berkaitan dan dapat mempengaruhi kondisi setiap individu baik secara langsung maupun tidak langsung, bahkan dapat mempengaruhi hal baik maupun hal buruk.

Menurut Dalyono menyatakan bahwa kondisi sosial adalah individu lain atau semua orang yang mempengaruhi kita. Hal ini menunjukkan bahwa masyarakat sekitar pun juga dapat mempengaruhi kondisi kehidupan sosial yang berada di lingkungan tersebut. Kondisi sosial masyarakat memiliki penanda diantaranya; pendidikan, umur, pekerjaan, jenis kelamin, keluarga/kelompok rumah tangga, umur dan anggota yang ada didalam suatu organisasi atau kelompok.³⁰

Jadi dapat disimpulkan bahwa kondisi sosial adalah suatu keadaan yang saling pengaruh-mempengaruhi yang memiliki penanda tertentu untuk mendapatkan keadaan yang normal.

b. Pengertian Kondisi Psikologis

Kondisi merupakan suatu keadaan situasi atau keadaan, sedangkan psikologi menurut beberapa ahli diantaranya:³¹

1) Plato dan Aristoteles

Menyatakan bahwa kondisi psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang hakikat jiwa beserta prosesnya hingga akhir.

²⁹ Saragih dkk, Hubungan Lingkungan Sosial dengan Efektivitas Belajar Mahasiswa Sekolah Tinggi Kesehatan Santo Borromeus. *Jurnal Pendidikan tentang Lingkungan Sosial*. Tahun 2013 hal 2. Diakses pada 23 November 2017.

³⁰ Basrowi dan Juariyah (2010)

³¹ Adnan Achiruddin Saleh, *Pengantar Psikologi* (Makasar: Aksara Timur, 2018), 5.

2) Wilhelm Wundt

Menyatakan psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari berbagai pengalaman yang timbul dari dalam diri manusia seperti halnya pikiran, merasa (*feeling*), kehendak dan perasaan panca indera.

3) Woodworth dan Marquis

Berpendapat bahwa psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari aktivitas setiap individu yang berawal dari alam kandungan hingga meninggal dunia yang pasti berhubungan dengan alam sekitar (lingkungan).

4) Ibnu Sina

Menyatakan bahwa psikologi adalah ilmu jiwa, yang mana jiwa merupakan hakikat manusia sebenarnya. Jiwa juga diartikan sebagai kesempurnaan awal bagi tubuh alamiah yang bersifat mekanistik, yang dimaksudkan Ibnu Sina disini mekanistik adalah pemikiran alamiah dimana pemikiran ini yang dapat diungkapkan dan dilihat melalui perilaku, yang mana perilaku ini adalah bentuk tindakan yang dipengaruhi oleh jiwa.

5) Bimo Walgito

Menyatakan psikologi adalah suatu ilmu pengetahuan yang membahas tentang jiwa yang dapat dilihat dari perilaku kesehariannya atau berbagai aktivitas yang merupakan suatu bentuk tindakan yang dipengaruhi oleh jiwa dan pikirannya.

Dari berbagai pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa kondisi psikologi adalah suatu keadaan proses mental yang disampaikan dalam bentuk tingkah laku individu yang tidak dapat dilepaskan dari pengaruh lingkungan sekitarnya.

C. Stres

1. Pengertian Stres

Stres adalah tekanan internal maupun eksternal serta kondisi bermasalah lainnya dalam kehidupan. Stres merupakan suatu keadaan tertekan baik itu secara fisik maupun psikologis.³²

Stres merupakan suatu pengalaman emosional negatif yang disertai dengan perubahan biokimia, fisiologi, kognitif dan perilaku yang dapat diramalkan dan diarahkan baik terhadap usaha untuk mengubah kejadian stres ataupun mengakomodasikan efek dari stres tersebut.³³ Misalnya ketika ada teman, saudara, atau keluarga kita sedang dirundung masalah (seperti persoalan keluarga, ekonomi, pekerjaan dll) biasanya ia akan terlihat murung, tidak bersemangat, lemas, dan putus asa maka bisa dipastikan ia sedang mengalami stres. Hari-hari terberat adalah ketika kita mendapatkan tekanan hidup (masalah mental) yang berujung stres. Ketika terserang stres, semangat hidup seseorang akan melemah.

Orang yang sedang terserang stres tidak bisa berpikir panjang dan berusaha mencari solusi pengobatannya. Akibatnya ia akan cenderung bertindak gila, seperti bunuh diri atau berbuat asusila.

Stres tidak terbatas ruang dan waktu, dan juga tidak terbatas usia dan jenis kelamin. Laki-laki, wanita, bayi, anak-anak, remaja, orang dewasa hingga lanjut usia sekalipun dapat terserang stres. Ketika seseorang mendapat tekanan yang menyebabkan ketegangan saraf-sarafnya, maka saat itu juga ia mengalami stres.

Stres dapat berpengaruh buruk terhadap otak gangguan ini menyebabkan ketidakseimbangan kimiawi di dalam tubuh dan menimbulkan berbagai macam penyakit berbahaya. Selain itu stres

³² Ardi Ardani, Tris tiadi, Tri Rahayu, Iin; aholicatun, Yulia, *Psikologi Klinis* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2007), 37.

³³ Shalley E. Taylor, *Health Psychologi 2 nd Edition* (University Of California, Los Angeles :McGraw-Hill,Inc,1991), 247.

juga akan berpengaruh terhadap memori, fokus, dan konsentrasi serta biasanya membuat seseorang tidak bisa tenang.³⁴

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa stres adalah suatu keadaan ketegangan baik secara fisik maupun psikologis individu yang disebabkan oleh pengaruh lingkungan yang disertai dengan adanya kecemasan dan rasa takut dalam proses pencapaian tujuan.

2. Gejala-Gejala Stres

Gejala-gejala stres menurut pendapat Hartono, yaitu:³⁵

- 1) Keluhan somatik, meliputi gangguan cerna, nyeri dada atau jantung berdebar, insomnia, gangguan yang tidak menentu seperti halnya sakit kepala, tidak nafsu makan, letih, lesu, nyeri otot, dan tidak bergairah.
- 2) Keluhan psikis, seperti merasa masa depan suram, sedih dan merasa bersalah, merasa putus asa, mudah marah, suka menyendiri dan selalu tegang.
- 3) Gangguan psikomotor, seperti semangat kerja menurun, konsentrasi berkurang dan mudah lupa.

Menurut Morgan ada beberapa gejala stres yang dapat dilihat, diantaranya:³⁶

1) Gejala fisik

Gejala stres secara fisik dapat berupa jantung berdebar, mulut kering, lutut gemetar, nafas cepat/terengah-engah, suara menjadi serak, nyeri kepala seperti diikat, perut melilit, berkeringat banyak, kecapekan yang berlebihan, tangan lembab, panas dan otot tegang, merasa gelisah.

³⁴ Rizem Aizid, *Melawan Stres & Depresi* (Yogyakarta: Saufa, 2015), 20.

³⁵ Ardi Ardani, Tris tiadi; Tri Rahayu, Iin; aholichatun, Yulia, *Psikologi Klinis* (yogyakarta: Graha Ilmu, 2007), 30.

³⁶ Ardi Ardani, Tris tiadi; Tri Rahayu, Iin; aholichatun, Yulia, *Psikologi Klinis* (yogyakarta: Graha Ilmu, 2007), 32.

2) Gejala psikoneurosa

Gejala stres psikoneurosa ini terjadi seperti gelisah, depresi, sedih, cemas, fobia, curiga, salah paham, bingung, agresif, marah, labil, jengkel, cermat secara berlebihan dan panikan.

Seseorang yang mengalami stres pasti menunjukkan reaksi atau tindakan tertentu. Secara umum gejala stres dapat berbentuk seperti:³⁷

1) Reaksi psikologi terhadap stres

a) Kecemasan

Respon yang paling umum terjadi saat seseorang yang mengalami stres adalah kecemasan. Kita dapat mengartikan kecemasan adalah suatu kondisi emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan ketegangan, takut, khawatir, dan prihatin yang dialami oleh semua manusia yang memiliki derajat atau tingkat yang berbeda-beda.

b) Kemarahan dan agresi

Respon umum yang terjadi pada saat stres adalah kemarahan yang mungkin dapat menyebabkan agresi. Agresi adalah suatu perilaku yang dapat menyebabkan kerusakan fisik ataupun mental individu.

c) Apati dan depresi

Jika kondisi stres terus menerus terjadi dan individu tidak bisa mengatasinya, maka apati (ketidakberdayaan) akan meningkat menjadi depresi. Peristiwa yang tidak dikendalikan ini akan menyebabkan apati dan depresi sebagai bentuk dari stres.

d) Gangguan kognitif

Seseorang yang mengalami stres kadang akan menunjukkan gangguan kognitif yang cukup berat jika

³⁷ Atkinson dkk, *Pengantar Psikologi* Cetakan ketiga. (Jakarta: Erlangga, 2009), 349-359.

dihadapkan dengan stressor yang cukup serius. Maka seseorang akan sulit berkonsentrasi dan mengatur pikirannya secara logis. Sehingga dapat berakibat memburuknya kondisi seseorang dalam melakukan pekerjaannya.

e) Reaksi fisiologis terhadap stres

Stres yang terjadi pada seseorang dapat menyebabkan terjadinya penyakit yang dapat mempengaruhi kondisi fisiknya. Seperti contoh orang yang memiliki gangguan kejiwaan akan cenderung tidak terawat dari segi penampilannya.

Gejala-gejala stres yang sesuai dengan pendapat Dewi menyatakan kondisi stres memiliki gejala sebagai berikut:³⁸

1) Tekanan (*pressure*)

Tekanan yang dimaksud di sini adalah suatu tekanan yang berasal dari diri individu, misalnya kompetisi atau ambisi di lingkungan, bahkan bisa dari kombinasi keduanya. Apabila tuntutan ini terlalu keras dalam menuntut kemampuan diri, maka dapat muncul perilaku *self-defeating*, dimana individu kalah dengan tuntutan diri sendiri yang berlebihan atau bisa disebut melampaui batas kemampuannya.

2) Frustrasi (*frustration*)

Frustrasi disini ditandai dengan adanya ketidakmampuan seseorang, rendahnya kepercayaan diri, perasaan bersalah dan rendahnya komitmen.

3) Konflik

Konflik disini biasanya muncul ketika seseorang berada dalam kondisi dibawah tekanan untuk merespon dua atau lebih dorongan yang saling bertentangan secara bersamaan.

³⁸ Dewi dan Wawan, *Teori & Pengukuran Pengetahuan Sikap dan Perilaku Manusia* (Yogyakarta: Nuha Medika, 2010), 118-119.

4) Cemas

Cemas adalah suatu perasaan samar-samar yang memiliki perasaan yang tidak mudah untuk merasakan akan bahaya yang akan datang. Tanda-tanda cemas adalah ketegangan otot, keringat dingin, jantung berdebar.

Gejala-gejala stres dapat dilihat dari beberapa aspek diantaranya:³⁹

- 1) Gejala fisiologis, ditandai dengan meningkatnya tekanan darah, detak jantung, detak nadi, dan sistem pernafasan.
- 2) Gejala kognitif, terlihat dari terganggunya proses kognitif individu, seperti pikiran menjadi kacau, menurunnya daya konsentrasi, pikiran berulang, dan pikiran tidak wajar.
- 3) Gejala emosi, menyangkut emosi yang mungkin dialami individu, seperti takut, cemas, malu, dan marah.
- 4) Gejala tingkah laku, gejala tingkah laku dapat dibedakan menjadi *fight*, yaitu melawan situasi yang menekan, dan *flight* yaitu menghindari situasi yang menekan.

Berdasarkan berbagai penjelasan menurut beberapa tokoh diatas, dapat disimpulkan bahwa gejala stres adalah suatu gejala fisik dan psikis. Dimana gejala tersebut berguna untuk mengungkapkan suatu kondisi stres melalui tingkah laku narapidana pada penelitian ini.

3. Jenis-Jenis Stres

a. Stres baik

Stres baik tidak hanya dipicu sepenuhnya oleh pengalaman negatif. Bahkan, pengalaman positif juga dapat membawa stress, seperti pengumuman kelulusan, pernikahan. Namun, tipe stres seperti ini dalam dosis kecil sebenarnya baik untuk sistem imun

³⁹ Shalley E. Taylor, *Health Psychologi 2nd Edition* (University Of California, Los Angeles: McGraw-Hill, Inc, 1991), 253.

kita. Selain itu, tipe stres ini juga dapat membuat banyak orang lebih mudah untuk menciptakan tujuan dan menikmati proses mencapainya dengan penuh energi.

b. Distres internal

Distres internal adalah tipe stres yang buruk. Distres merupakan tipe stres negatif hasil dari pengalaman buruk, ancaman, atau perubahan situasi yang tidak terduga dan tidak nyaman. Pada dasarnya tubuh kita menginginkan rasa aman apabila rasa tersebut terusik, tubuh pun mengalami distress.

c. Distres akut

Distres akut terjadi ketika seseorang mengalami distress akut yang dipicu oleh peristiwa buruk yang berlalu dengan cepat. Sementara stres kronik terjadi ketika seseorang harus menahan stres dalam waktu yang lama.

d. Hipostres

Hipostres merupakan “ketidakadaan” stres, tetapi bisa juga diartikan kebosanan yang ekstrem. Seseorang yang mengalami hipostres mungkin merasa tidak tertantang, tidak memiliki motivasi untuk melakukan apapun. Hipostres dapat memicu perasaan depresi dan kesia-siaan.

e. Eustres

Eustres merupakan stres yang sangat berguna lantaran dapat membuat tubuh dan pikiran menjadi siap untuk menghadapi banyak tantangan, bahkan bisa tanpa disadari. Tipe stres ini dapat membantu memberi kekuatan dan menentukan keputusan, contohnya menemukan solusi untuk masalah.⁴⁰

⁴⁰ Ardi Ardani, Tristiadi; Tri Rahayu, Iin Sholichatun, Yulia, *Psikologi Klinis* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2007), 37.

4. Faktor yang Mempengaruhi Stres

Terjadinya stres tergantung pada stresor dan tanggapan seseorang terhadap stresor tersebut. Stresor tersebut dijelaskan oleh Siswanto, sebagai berikut:⁴¹

a. Lingkungan fisik

Lingkungan fisik bisa menjadi sumber stresor, seperti suhu yang terlalu panas atau dingin, perubahan cuaca, cahaya yang terlalu terang/gelap, suara yang terlalu bising dan polusi merupakan sumber-sumber potensial yang bisa menjadi stresor. Penduduk yang tinggal di kampung-kampung yang kumuh yang biasanya harus membagi ruang geraknya dengan banyak orang lain, cenderung lebih mudah meledak dibanding dengan penduduk yang tinggal di area yang kurang padat.

b. Stresor yang berasal dari diri individu sendiri

Stresor bisa berasal dari individu sendiri. Konflik yang berhubungan dengan peran dan tuntutan tanggung jawab yang dirasakan berat bisa membuat seseorang menjadi tegang.

c. Stresor yang berasal dari kelompok

Stresor yang berasal dari kelompok, seperti hubungan dengan teman, hubungan dengan atasan, dan hubungan dengan bawahan.

d. Stresor yang bersumber dari keorganisasian

Stresor yang bersumber dari keorganisasian, seperti kebijakan yang diambil perusahaan, struktur organisasi yang tidak sesuai, dan partisipasi para anggota yang rendah.

e. Tanggapan individu

Tanggapan individu turut mempengaruhi apakah sumber stres/stressor itu menjadi stres atau tidak. Stresor yang sama bisa

⁴¹ Ibid, 51-53.

berakibat berbeda pada individu yang berbeda karena adanya perbedaan tanggapan antara individu (*individual difference*).

f. Usia

Usia berhubungan dengan toleransi seseorang terhadap stres dan jenis stresor yang paling mengganggu. Usia dewasa biasanya lebih mampu mengontrol stres dibanding dengan usia anak-anak dan usia lanjut. Dengan kata lain, orang dewasa biasanya mempunyai toleransi terhadap stresor yang lebih baik.

g. Jenis kelamin

Wanita biasanya mempunyai daya tahan yang lebih baik terhadap stresor dibanding dengan pria. Secara biologis tubuh wanita lebih lentur dibanding pria, sehingga toleransinya terhadap stres lebih baik. Terlebih bila wanita tersebut masih pada usia-usia produktif dimana hormon-hormon masih bekerja normal.

h. Tingkat pendidikan

Tingkat pendidikan juga memengaruhi seseorang mudah terkena stres atau tidak. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, toleransi dan pengontrolan terhadap stresor biasanya lebih baik.

i. Tingkat kesehatan

Tingkat kesehatan seseorang juga memengaruhi mudah tidaknya terkena stres. Orang yang sakit lebih mudah menderita akibat stres dibanding dengan orang yang sehat.

j. Faktor kepribadian

Faktor kepribadian menentukan mudah tidaknya seseorang terkena stres. Orang tipe A cenderung akan lebih mudah terkena penyakit jantung dari pada kepribadian tipe B. Harga diri yang rendah juga cenderung membuat efek stres lebih besar dibanding orang yang mempunyai harga diri tinggi.

Dewi menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi stres, yaitu:⁴²

a. Faktor sosial

- 1) Jumlah peristiwa yang menjadi stresor, kemunculannya secara bersamaan.
- 2) Situasi tertentu, misalnya dengan siapa individu hidup, seberapa lama individu mengalami stres tersebut.

b. Faktor individual

- 1) Karakteristik kepribadian individu, misalnya pemaarah, ambisius, agresif.
- 2) Kemampuan dalam menyelesaikan masalah dan beradaptasi dengan stres, antara lain inteligensi, fleksibilitas berpikir, banyak akal.
- 3) Harga diri (*self esteem*).
- 4) Bagaimana individu menerima atau mempersepsikan peristiwa yang potensial memunculkan stres.
- 5) Toleransi terhadap stres, tergantung pada kondisi kesehatan, tingkat kecemasan.

Faktor yang mempengaruhi stres diantaranya:⁴³

- a. Variabel dari dalam diri individu, meliputi umur, tahap kehidupan, jenis kelamin, tempramen, faktor genetik, intelegensi, pendidikan, suku, kebudayaan, status ekonomi.
- b. Karakteristik kepribadian, meliputi: introvert-ekstrovert, stabilitas emosi secara umum, *focus of control*, kekebalan, ketahanan.
- c. Variabel sosial-kognitif, meliputi: dukungan sosial yang dirasakan, jaringan sosial, dan kontrol pribadi yang dirasakan.

⁴² Dewi dan Wawan. *Teori & Pengukuran Pengetahuan Sikap dan Perilaku Manusia*. (Yogyakarta: Nuha Medika, 2010) 117.

⁴³ Smet Bart, *Psikologi Kesehatan* (Jakarta: PT. Gramedia Widiasarna Indonesia, 1994), 123.

- d. Hubungan dengan lingkungan sosial, adalah dukungan sosial yang diterima dan integrasi dalam hubungan interpersonal.
- e. Strategi *coping*, merupakan rangkaian respon yang melibatkan unsur-unsur pemikiran untuk mengatasi permasalahan sehari-hari dan sumber stres yang menyangkut tuntutan dan ancaman yang berasal dari lingkungan sekitar.

Faktor penyebab stres menurut Luthan terdiri atas empat hal utama yaitu:

- a. *Extra organizational stressor*, yang terdiri atas perubahan sosial atau teknologi, keluarga, relokasi, keadaan ekonomi dan keuangan, ras dan kelas, serta keadaan komunitas atau tempat tinggal.
- b. *Organizational stressor*, yang terdiri atas kebijakan organisasi, struktur organisasi, keadaan fisik dalam organisasi, dan proses yang terjadi di dalam organisasi.
- c. *Group stressor*, yang terdiri atas dukungan sosial, kurangnya kebersamaan dalam grup, konflik antar individu, interpersonal dan intergrup.
- d. *Individual stressor*, yang terdiri atas kepribadian tipe A, terjadinya konflik dan ketidakjelasan peran, serta disposisi individu, seperti kontrol personal, rasa tak berdaya, efikasi diri, dan daya tahan psikologis.

Penyebab stres secara umum, mulai dari masalah ekonomi, cinta, keluarga, pekerjaan, tetangga, popularitas, dan masalah sosial lainnya jika dikelompokkan penyebab stres bisa dikelompokkan menjadi beberapa:⁴⁴

- a. Stres kepribadian (*Personality stres*)

⁴⁴ Rizem Aizid, *Melawan Stres & Depresi* (Yogyakarta: Saufa, 2015), 23.

Stres kepribadian (*Personality stres*) yaitu stres yang dipicu oleh problem pribadi. Pemicu stres ini berhubungan dengan cara pandang masalah dan kepercayaan atas dirinya. Orang yang selalu menyikapi suatu masalah secara positif, maka resiko terkena stres jenis ini akan sangat kecil. Sebaliknya orang yang menanggapinya secara negatif memiliki potensi lebih tinggi terserang jenis stres tersebut.

b. Stres psikososial (*psychosocial stres*)

Stres psikososial (*psychosocial stres*) yaitu stres yang dipicu oleh hubungan relasi dengan orang lain atau akibat situasi sosial lainnya. Misalnya stres adaptasi lingkungan baru, masalah cinta atau keluarga, diolok-olok, dan lain-lain.

c. Stres bioekologi (*bioecological stres*)

Stres bioekologi (*bioecological stres*) yaitu Stres jenis ini dipicu oleh dua hal, yakni, pertama keadaan ekologi (lingkungan), seperti polusi udara atau cuaca yang buruk. Kedua, dipicu kondisi biologis, seperti akibat datang bulan, demam, asma, jerawat, tambah tua dan sebagainya akibat penyakit serta kondisi tubuh lainnya.

d. Stres pekerjaan (*job stres*)

Stres pekerjaan (*job stres*) yaitu stres yang dipicu oleh pekerjaan. Misalnya persaingan jabatan, tekanan pekerjaan, deadline, terlalu banyak kerjaan, ancaman dipecat, target tinggi, usaha gagal, persaingan bisnis dan lain- lain.

Morgan menyatakan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi stres, antara lain:⁴⁵

- a. Pekerjaan atau kegiatan yang membutuhkan jadwal waktu yang ketat.
 - 1) Lingkungan, seperti terlalu ramai dan terlalu panas.

⁴⁵ Morgan GE, Mikhail MS, Murray MJ, *Chronic pain management In Clinical Ansthesiology*, 5 th ed. (McGraw-Hill: Lange Medical Books: 2014), 80-81.

- 2) Pemalu, kurang percaya diri.
 - 3) Kondisi fisik yang tidak sehat.
 - 4) Masalah keuangan, seperti utang dan pengeluaran di luar kemampuan.
 - 5) Kurang pergaulan atau kurang dukungan kawan.
 - 6) Terlalu bercita-cita atau berambisi terlalu tinggi.
 - 7) Membuat keputusan masalah yang bisa mengubah jalan hidupnya atau dipaksa untuk mengubah nilai-nilai atau prinsip hidup pribadi.
 - 8) Perasaan negatif, seperti frustrasi, rasa bersalah atau tidak mengerti cara pemecahan masalah.
- b. Kejadian hidup sehari-hari baik yang gembira ataupun sedih.
- 1) Masalah pribadi.
 - 2) Menikah/punya anak.
 - 3) Kehilangan orang yang dicintai.
 - 4) Mulai di lingkungan baru.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi stres dapat dibagi menjadi dua yaitu penyebab dari dalam diri individu sendiri dan dari luar diri individu. Faktor dari dalam diri seperti usia, jenis kelamin, tingkat kesehatan, temperamen, kepribadian, tanggapan/efikasi diri dan daya tahan tubuh. Sedangkan faktor dari luar diri adalah dukungan sosial, perubahan lingkungan, konflik antar individu, ekonomi, keorganisasian, dan tingkat pendidikan.

5. Akibat dari Stres

Stres yang terjadi akan menimbulkan berbagai komplikasi gangguan, baik fisik, sosial maupun psikologis. Louis Kaplan berpendapat bahwa stres dapat menyebabkan gangguan proses berpikir,

konstentrasi berkurang, dan pengambilan keputusan terhambat.⁴⁶ Selain itu, dijelaskan oleh Cardwell bahwa akibat stres berupa efek subyektif (kelelahan, harga diri menurun), efek perilaku (nafsu makan berkurang, tidak tenang), efek fisiologis (tensi darah naik, sulit bernafas), efek kognitif (sulit konsentrasi).⁴⁷

Kemampuan berpikir individu pada kondisi stres mengalami perubahan, terutama dalam konsentrasi, kemampuan memahami situasi, pengambilan keputusan dan menemukan solusi. Hal ini muncul karena emosi yang lebih dominan dan menutup peran pikiran dalam menghadapi permasalahan. Kontrol emosi yang lemah ini juga dapat menjadi pintu bagi perasaan kurang percaya diri, yang kemudian bermuara pada lemahnya upaya untuk segera mengatasi situasi. Individu yang sudah memiliki indikasi seperti ini seringkali kemudian melakukan upaya menyakiti diri sendiri dan orang lain, bahkan bunuh diri.

Secara fisik, individu merasakan lelah dan seringkali muncul pula sakit kepala, peningkatan tekanan darah dan gejala gangguan jantung. Indikator yang nampak dari perilaku antara lain gugup, berkeringat, tidak tenang, dan napas tidak teratur. Pada individu tertentu sering ditemukan gangguan pola makan dan pola tidur, sehingga berat badan menurun dan kelelahan luar biasa.⁴⁸

Akibat tersebut akan mengarahkan individu kepada kontak sosial yang lemah, sehingga perhatian dan kepedulian kepada lingkungan sosial menjadi hilang. Perilaku yang kemudian muncul adalah mengurung diri di rumah, tidak bersedia menerima tamu, tidak bersedia menghadiri undangan, dan sebagainya.

⁴⁶ Kaplan, LS. 1996. *Helping gifted students with stress management*. Accessed at 27 Juni 2008 in <http://www.hoagiesgifted.com/eric/e488.html>

⁴⁷ Cardwell M, *The Complete A-Z Psychology Handbook* (London: Hodder & Stoughton, 1996), 87.

⁴⁸ Susatyo Yuwono, "Mengelola Stres dalam Prespektif Islam dan Psikologi", *Jurnal Psycho Idea*, 4, (Juli, 2010), 19.

6. Cara Mengatasi Stres

a. Cara Mengatasi Stres dalam Prespektif Psikologi Islam

Melihat akibat dari stres yang bisa dikatakan sebagai gangguan, maka dibutuhkan suatu kemampuan untuk mengatasi stres. Karena pada dasarnya stres tidak mungkin selamanya dihindari, karena cobaan dan ujian dari Allah SWT tidak dapat diatur oleh manusia. Langkah yang baik untuk menyiapkan perilaku dan sikap untuk mengatasi stres dan akibat dari stres.

Anjuran Allah SWT sudah jelas diterangkan dalam QS Ali ‘Imron (3) ayat 139, Allah berfirman:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ •

“janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”.

Secara rinci, beberapa cara mengatasi stres yang telah diajarkan oleh Islam adalah sebagai berikut:⁴⁹

1) Niat Ikhlas

Upaya yang dilakukan oleh individu senantiasa diliputi oleh bermacam-macam motivasi. Motivasi inilah yang menentukan bagaimana upaya yang dilakukan dan bagaimana bila tujuan tidak tercapai. Islam sudah mengajarkan agar senantiasa berniat ikhlas dalam berusaha, dengan tujuan agar nilai usaha tinggi di mata Allah SWT dan dia mendapat ketenangan apabila usaha tidak berhasil sesuai harapan. Ketenangan ini bersumber dari motif hanya karena Allah, bukan karena yang lain, sehingga kegagalan juga akan selalu

⁴⁹ Athar, S. 2008. Health Concerns For Believers Contemporary Issues. Accessed at 29 Juni 2008. <http://www.teachislam.com/dmdocuments/33/BOOK/Health%20Concerns%20For%20BELIEVER%20Contemporary%20Issues.pdf>.

dikembalikan kepada Allah SWT.⁵⁰ Sebagaimana dalam surat At Taubah (9) ayat 91, Allah berfirman:

لَيْسَ عَلَى الضُّعْفَاءِ وَلَا عَلَى الْمَرْضَى وَلَا عَلَى الَّذِينَ لَا يَجِدُونَ مَا يُنْفِقُونَ
خَرَجَ إِذَا نَصَحُوا لِلَّهِ وَرَسُولِهِ ۗ مَا عَلَى الْمُحْسِنِينَ مِنْ سَبِيلٍ ۗ وَاللَّهُ عَفُورٌ رَحِيمٌ ۙ

“Tiada dosa (lantaran tidak pergi berjihad) atas orang-orang yang lemah, orang-orang yang sakit dan atas orang-orang yang tidak memperoleh apa yang akan mereka nafkahkan, apabila mereka berlaku ikhlas kepada Allah dan Rasul-Nya. tidak ada jalan sedikitpun untuk menyalahkan orang-orang yang berbuat baik. dan Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang”

2) Sabar dan Shalat

Sabar dalam Islam adalah mampu berpegang teguh dan mengikuti ajaran agama untuk menghadapi atau menentang dorongan hawa nafsu. Orang yang sabar akan mampu mengambil keputusan dalam menghadapi stressor yang ada. Sebagaimana dalam ayat 153 surat Al Baqarah di depan yang menekankan kepada kesabaran dan percaya mampu menghadapi cobaan dan ujian yang diberikan. Dalam QS Al-Baqoroh (2) ayat 153 Allah berfirman:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ۗ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

“Hai orang-orang yang beriman. Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.”

Melalui salat inilah seseorang akan merasa dekat dengan Allah dan merasakan pula akan kehadiran-Nya. Segala beban pikiran, masalah, fisik yang lelah, dan emosi yang tinggi

⁵⁰ Hawari, D. *Al Quran Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. (Jakarta: Dharma Bhakti, 1997), 36.

tinggalkan ketika salat secara khushyuk. Dengan demikian, dengan shalatlah yang menjadi obat ketenangan dan kekuatan yang muncul dari stressor yang dihadapi. Selain itu, shalat yang dilakukan secara rutin dan khushyuk akan mendekatkan kita dengan pencipta. Maka dengan hal inilah yang akan menjembatani hubungan kita dengan-Nya sehingga Allah SWT tidak akan membiarkan hambanya sendiri. Segala permasalahan yang ada akan selalu dibantu oleh-Nya untuk menyelesaikan permasalahan tersebut. Keyakinan dengan hal inilah yang dapat menenangkan hati dan mengurangi kecemasan yang sedang dialami oleh individu.

3) Bersyukur dan Berserah Diri (*Tawakkal*)

Bersyukur dan berserah diri adalah salah satu kunci untuk menghadapi stressor dengan cara bersyukur dan menerima segala yang diberi Allah SWT. Allah SWT sudah mengajarkannya di dalam Firmannya dalam QS Al-Fatihah ayat 2, Allah berfirman:

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ۝

“Segala puji bagi Allah, Tuhan seluruh alam”.

Dan dalam QS Al-Baqoroh ayat 156, Allah berfirman:

إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ۝

“(yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka berkata ‘Inna lillahi wa inna ilaihi raji’un’ (sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nya kami kembali”.

Dari kedua firman Allah SWT diatas bermakna (yaitu) orang-orang yang apabila mereka ditimpa musibah mereka mengatakan “*Inna lillahi wa inna ilaihi raaji’un*”. Ucapan tersebut sangat familier dan apabila kita pahami maknanya dan

kita ucapkan setiap kita mendapati sebuah cobaan maka niscaya akan muncul kekuatan psikologis yang mampu menghadapi musibah itu. *“Segala puji bagi Allah Rabb semesta alam”*, dan *“Kami ini kepunyaan Allah, dan kepadanya juga kami kembali”*.

Cara berfikir yang dapat menekan pada stressor yang bersifat mengancam dan merugikan, perlu dirubah menjadi berfikir positif yang menekankan kepada pengertian stressor sebagai sesuatu yang tidak perlu dicemaskan. Bahkan setiap individu perlu melihat akan adanya cara untuk mengatasi stressor dan memiliki harapan-harapan positif yang dapat memicu ketenangan di dalam jiwanya.⁵¹

4) Do'a dan Dzikir

Sebagai hamba yang beriman, do'a dan dzikir adalah sebagai sumber kekuatan bagi kita dalam berusaha. Akan adanya harapan yang besar untuk mendapatkan suatu perlindungan dari hal yang bernama kecemasan, kekhawatiran terhadap suatu ancaman, maka harapan besar untuk memohon perlindungan itulah hanya kepada Allah SWT, melalui berdzikir dan berdo'a. melalui dzikir inilah perasaan akan menjadi lebih tenang dan khusyuk, yang mana akan meningkatkan daya ingatnya, meningkatkan kemampuan berfikir secara jernih, meningkatkan konsentrasi dan meredakan emosi supaya bisa terkendali. Tindakan kemarahan dan kesedihan, ataupun kegembiraan yang berlebihan untuk bisa dikendalikan dengan baik. Seperti yang telah diterangkan di dalam QS Ar Ra'd ayat 28, Allah berfirman:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۗ

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka yang menjadi tentram dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tentram”.

⁵¹ Athar S, *Bagaimana Jika Stress Menyerang* (Solo: Ramadhani, 1991), 42.

Dimana ketenangan hati (emosi) ini akan diarahkan individu pada kekuatan untuk menyelesaikan masalah.

Islam telah menetapkan bahwa seseorang yang menghadapi tekanan dan kesusahan (stres) harus bersabar, tenang, senantiasa rasional, dan yakin dengan ketentuan Allah Swt.

Agama Islam memiliki cara ampuh untuk mengatasi stres, hal ini seperti yang dicontohkan oleh Rasulullah Saw, dan yang diterangkan di dalam Al-Quran. Adapun cara mengatasi stres berdasarkan Al-Quran dan sunnah Rasulullah adalah sebagai berikut:⁵²

1) Berwudhu

Ketika mengalami stres, detak jantung meningkat dan tidak stabil. Untuk itu penderita stres disarankan berwudhu. Rasakan kesejukan air wudhu membasahi kepala dan mendinginkan pikiran anda. Berdoalah sehabis wudhu. Wudhu telah terbukti dapat menenangkan pikiran dan menentramkan hati, hingga saat ini wudhu telah digunakan sebagai terapi relaksasi bagi para penderita stres dan depresi.

2) Shalat

Shalat merupakan penawar stres yang direkomendasikan oleh Allah Swt, apabila masuk waktu shalat fardhu maka shalatlah. Apabila diluar waktu shalat, maka lakukan shalat sunnah 2 atau 4 rakaat, baik tasbih, Dhuha, Tahajjud dan shalat sunnah lainnya. Shalatlah dengan khusyuk dan tenang. Menjaga sholat fardhu dan memperbanyak shalat sunnah terbukti dapat mengatasi stres.

3) Berdzikir dan Berdo'a

Meminta kepada Allah Swt agar persoalan yang dihadapi cepat teratasi. Berdoalah dengan penuh harap, bila

⁵² Rizem Aizid, *Melawan Stres & Depresi* (Yogyakarta: Saufa,2015), 27.

perlu teteskan air mata. Hanya kepada Allah Swt, tempat meminta pertolongan, dan Allah Swt sebaik-baik penolong. Cara ini adalah salah satu cara mengatasi stres yang dianjurkan Al-Quran. Orang yang tengah dilanda stres, ketika ia berdzikir dan berdoa dengan khusyuk kepada Allah Swt, maka gangguan psikologisnya akan sembuh.

4) Membaca al-Quran

Al-Quran merupakan obat mujarab penyakit yang menyerang hati manusia, termasuk stres. Untuk itu dianjurkan bagi orang yang stres untuk membaca Al-Quran dengan tenang karena setiap ayat Al-Quran adalah cara praktis menghindari, mencegah dan mengatasi stres.

5) Sabar

Jika stres menghadapi masalah yang sukar diputuskan “salah atau benarnya” sesuatu, maka bersabarlah. Sebab, sabar adalah salah satu obat penyakit hati (stres). Dalam ayat Al-Qur’an disebutkan *faa shabrun jamil*, maka bersabarlah itu lebih indah.

6) Bershadaqah

Kehidupan yang serba materialistis dan individualis banyak melahirkan gangguan mental. Berawal dari kecemasan kepemilikan harta benda, status hingga penampilan akhirnya berujung depresi dan gangguan jiwa lainnya. Terapi terbaik adalah sengan tidak menjadikan harta sebagai Tuhan dan kebebasan individu sebagai raja serta melatih diri bershadaqah. Apabila masalah harta yang menjadi penyebab seseorang stres maka bershadaqah adalah cara mengatasinya.

Cara mengatasi stres menunjukkan bahwa Islam sudah menyiapkan penawar terhadap munculnya stres melalui berbagai macam bentuk ibadah. Di antaranya salat, dzikir, do’a, dan ibadah lainnya. Ibadah ini diterapkan guna membentuk kesiapan manusia

dalam menghadapi stressor yang mungkin sewaktu-waktu dapat muncul. Dengan demikian, apabila umat muslim mampu mengamalkan ibadah tersebut secara rutin dan khushyuk, maka akan mendapatkan manfaat dalam mengatasi stres yang dialaminya.

b. Cara Mengatasi Stres Secara Umum

Secara umum cara untuk mengatasi stres adalah sebagai berikut:⁵³

- 1) *Problem focus*, adalah cara mengatasi stres dengan memfokuskan diri pada masalah atau sumber stres. Cara ini dapat dilakukan jika masalah yang dialami bersifat *controllable*. Contohnya, anda mengalami kesulitan dalam mengikuti suatu mata kuliah tertentu. Anda juga khawatir apabila mata kuliah ini akan menurunkan indeks prestasi. Maka hal yang dapat anda lakukan (berdasarkan *problem focus*) adalah tidak mengikuti dan membatalkan mata kuliah tersebut.
- 2) Cara yang kedua adalah *emotion focus*, dimana mengatasi stres dengan cara memfokuskan diri dengan emosi yang dialami. Cara ini biasanya dilakukan ketika menghadapi masalah yang bersifat *uncontrollable* (tidak dapat dikontrol). Contohnya ketika merasa stres akibat kehilangan saudara karena bencana tsunami, hal yang dapat dilakukan misalnya berdoa agar diberikan kekuatan oleh Tuhan dalam menghadapi masalah ini.⁵⁴

D. Narapidana

1. Pengertian Narapidana

Secara bahasa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) narapidana adalah orang yang sedang menjalani hukuman karena telah melakukan suatu tindak pidana.⁵⁵ Sedangkan menurut "kamus induk istilah ilmiah" menyatakan narapidana adalah orang hukuman atau

⁵³ Ardi Ardani, Tristiadi; Tri Rahayu, In aholichatun, Yulia, *Psikologi Klinis* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2007), 45.

⁵⁴ Ibid. 45.

⁵⁵ Kamus Besar Bahasa Indonesia. *Narapidana*. <https://kbbi.web.id>. Diakses pada 22 Desember 2017.

orang buian.⁵⁶ Dalam Kitab Hukum Undang-Undang Acara Pidana (KUHP) pada pasal 1 angka 32, menyatakan bahwa terpidana adalah seseorang yang dipidana berdasarkan putusan pengadilan yang telah memperoleh kekuatan hukum tetap.

Narapidana adalah orang hukuman (dipenjara) yang dihukum karena melakukan kejahatan (membunuh, memperkosa, mencuri, dan lain sebagainya).⁵⁷ Atau sebutan bagi seseorang atau sekelompok orang yang melakukan tindak pidana serta dinyatakan bersalah oleh pengadilan.⁵⁸

Narapidana adalah orang yang pada suatu waktu tertentu melakukan pidana, karena dicabut kemerdekaannya berdasarkan keputusan hakim, hal ini sesuai dengan pengertian yang terdapat dalam undang-undang RI Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan, Bab 1 ayat (6) dan (7), yakni:⁵⁹

- a. Terpidana adalah seseorang yang dipidana berdasarkan keputusan pengadilan yang telah memperoleh kekuatan hukum tetap.
- b. Dijelaskan pada ayat (7), narapidana adalah terpidana yang menjalani pidana hilang kemerdekaan di Lembaga Pemasyarakatan.

Sebelum istilah narapidana digunakan, yang biasanya dipakai adalah orang hukuman atau orang penjara. Dalam pasal 4 ayat (1) *Gestichtenreglement* (Reglemen Penjara) Stbl. 1917 No. 708 disebutkan bahwa orang terpenjara adalah:⁶⁰

⁵⁶ Dahlan, M.Y. al-Barry, *Kamus Induk Istilah Ilmiah Seri Intelektual* (Surabaya: Target Press, 2003), 53.

⁵⁷ Peter Salim dan Yenny Salim, *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer* (Jakarta: Bulan Bintang, 1991), 933.

⁵⁸ Ahmad S. Soemardi & Ramli Atmasmita, *Sistem Pemasyarakatan di Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, tanpa tahun), 18.

⁵⁹ Undang-undang Republik Indonesia No. 12 Tahun 1995 Tentang Pemasyarakatan

⁶⁰ Wahdaningsi, 2015. *Implementasi Hak Narapidana Untuk Mendapatkan Pendidikan dan Pengajaran di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Kabupaten Sinjai*. Hasil Penelitian Mahasiswa Universitas Hasanuddin. Makasar.

- a. Orang hukuman yang sedang menjalani hukuman penjara (*Gevegenis Straff*) atau status dimana orang yang bersangkutan berada dalam keadaan tertangkap.
- b. Orang yang ditahan sementara.
- c. Orang yang berada di sel.
- d. Orang-orang yang tidak menjalani hukuman orang-orang hilang kemerdekaan (*Vrijheidsstraf*) yang dimasukkan ke dalam penjara secara sah.

Seorang narapidana meskipun telah kehilangan kemerdekaannya di dalam Lembaga Pemasyarakatan tetap memiliki hak-hak sebagai warga negara dan hak-hak tersebut dijamin oleh negara. Pasal 12 ayat (2) pembinaan narapidana wanita di Lembaga Pemasyarakatan dilaksanakan di lembaga pemasyarakatan wanita. Pasal 14 ayat (1) dan (2) tentang hak narapidana. Pada ayat (1) narapidana berhak:⁶¹

- a. Melakukan ibadah sesuai agama dan kepercayaannya
- b. Mendapatkan perawatan, baik perawatan rohani maupun jasmani
- c. Mendapatkan pendidikan dan pengajaran
- d. Mendapatkan pelayanan kesehatan dan makanan yang layak
- e. Menyampaikan keluhan
- f. Mendapatkan bahan bacaan dan mengikuti siaran media masa yang tidak dilarang
- g. Mendapatkan upah atau premi atas pekerjaan yang dilakukan
- h. Menerima kunjungan keluarga, penasehat hukum, atau orang tertentu lainnya
- i. Mendapatkan pengurangan masa pidana (remisi)
- j. Mendapatkan kesempatan berasimilasi termasuk cuti mengunjungi keluarga

⁶¹ Undang-undang Republik Indonesia..., Pasal 14 Ayat 1

- k. Mendapatkan pembebasan bersyarat
- l. Mendapatkan cuti menjelang bebas
- m. Mendapatkan hak-hak lain sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Pada ayat (2) ketentuan mengenai syarat-syarat dan tata cara pelaksanaan hak-hak narapidana sebagaimana dimaksud dalam ayat (1) diatur lebih lanjut dengan peraturan pemerintah.

Pasal 14 Undang-undang No. 12 tahun 1995 tentang pemasyarakatan bahwa narapidana berhak mendapatkan pelayanan kesehatan dan makanan yang layak.⁶²

Selanjutnya lebih dirinci lagi dalam peraturan pemerintah No. 32 Tahun 1999 tentang syarat dan tata cara pelaksanaan hak warga binaan pemasyarakatan, pasal 14 dan pasal 20 ayat (1) bagian keempat mengenai pelayanan kesehatan dan makanan. Bahwa dalam pasal 20 ayat (1), narapidana dan anak didik pemasyarakatan yang sakit, hamil, atau menyusui berhak mendapatkan makanan tambahan dan petunjuk dokter.⁶³ Lembaga pemasyarakatan tersebut dapat dikatakan mempunyai 4 fungsi utama yaitu:

- a. Melindungi
- b. Menghukum
- c. Memperbaiki
- d. Merehabilitasi para narapidana

⁶² Undang-undang Republik Indonesia No. 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan.

⁶³ Pasal 20 ayat (1) Peraturan Pemerintah No.32 Tahun 1999 tentang Syarat dan Tata Cara Pelaksanaan Hak Warga Binaan Pemasyarakatan.

BAB III

PAPARAN DATA

A. Sejarah Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ponorogo

Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ponorogo terletak di jalan Soekarno Hatta No. 53 Ponorogo yang terletak di pusat kota Ponorogo, yang mana di sebelah Barat berbatasan dengan pemukiman warga, sebelah Timur berbatasan dengan Bank BNI, sebelah Utara berbatasan dengan jalan Siberut, dan sebelah Selatan berbatasan dengan pemukiman warga sekitar. RUTAN Kelas IIB Ponorogo ini merupakan salah satu Unit Pelaksanaan Teknis yang berdiri di bawah naungan Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia, yang bertepatan di wilayah Jawa Timur yang memiliki tugas pokok dan fungsi pemsyarakatan terhadap narapidana, anak didik serta memberikan pelayanan tahanan sebagai wujud pelaksanaan UU No. 12 Tahun 1995 tentang Pemsyarakatan Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ponorogo.

Berdirinya RUTAN Kelas IIB Ponorogo ini berawal dari peninggalan masa kolonial Belanda yang didirikan pada tahun 1945. Pada tahun 1964 lahirlah sistem pemsyarakatan yang dapat merubah nama, yang berawal dari penjara menjadi Lembaga Pemsyarakatan Ponorogo dan pada awal tahun 1985 dirubah kembali menjadi Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ponorogo hingga saat ini.

Sejak tahun 1919 Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ponorogo dibangun diatas tanah seluas 7.145 m² dengan luas bangunan 6.439 m² yang memiliki nomor sertifikat B 4872875 yang disahkan pada tanggal 23 Januari 1989 No. Hak Pakai P.7 dan dengan Nomor IMB: 503/09/IMB/11/405.27/2016 tanggal 16 Februari 2016. Kondisi bangunan juga telah mengalami beberapa kali rehab diantaranya dengan penambahan gedung kantor dari satu lantai menjadi dua lantai pada tahun

1994-1995 dan terakhir telah mengalami rehab pembangunan gedung kantor, aula, gedung pakaryan, dan blok hunian pada tahun 2004-2005. Berbagai gedung yang dibangun Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ponorogo terdiri dari ruang kerja petugas, kamar blok hunian para WBP, kamar mandi, ruang pelayanan terpadu, ruang kunjungan, begkel kerja, masjid, aula pertemuan, dapur dan pos jaga petugas keamanan.⁶⁴

B. Visi dan Misi Rutan Kelas IIB Ponorogo

1. Visi RUTAN Kelas IIB Ponorogo

“Memulihkan Kesatuan Hubungan Hidup, Kehidupan Dan Penghidupan Warga Binaan Pemasarakatan Sebagai Individu, Anggota Masyarakat Dan Makhluk Tuhan Yang Maha Esa”.

2. Misi RUTAN Kelas IIB Ponorogo

“Melaksanakan Perawatan Tahanan, Pembinaan Warga Binaan Pemasarakatan Dalam Kerangka Penengakan Hukum, Pencegahan Dan Pengulangan Kejahatan Serta Pemajuan Dan Perlindungan Hak Asasi Manusia”.

C. Prinsip Pokok Sistem Pemasarakatan

- 1) Ayomi dan berikan bekal hidup agar mereka dapat menjalankan perannya sebagai warga masyarakat yang baik dan berguna.
- 2) Penjatuhan pidana bukan tindakan balas dendam Negara.
- 3) Berikan bimbingan bukan penyiksaan supaya mereka bertobat.
- 4) Negara tidak berhak membuat mereka menjadi lebih buruk atau jahat dari pada sebelum dijatuhi pidana.
- 5) Selama kehilangan kemerdekaan bergerak, para narapidana dan anak didik harus dikenalkan dan tidak boleh diasingkan dari masyarakat.
- 6) Pekerjaan yang diberikan kepada narapidana dan anak didik tidak boleh diberikan pekerjaan untuk memenuhi kebutuhan dinas atau

⁶⁴ Hasil Wawancara dengan Bapak Sucipto pada Hari Senin 11 Oktober 2021

kepentingan negara sewaktu-waktu saja. Pekerjaan yang diberikan harus satu dengan pekerjaan di masyarakat dan menunjang usaha peningkatan produksi.

- 7) Bimbingan dan didikan yang diberikan kepada narapidana dan anak didik harus berdasarkan Pancasila.
- 8) Narapidana dan anak didik sebagai orang-orang yang tersesat adalah manusia, dan mereka harus diperlakukan sebagai manusia.
- 9) Narapidana dan anak didik hanya dijatuhi pidana hilang kemerdekaan sebagai salah satu derita yang dialaminya.
- 10) Disediakan dan dipupuk sarana-sarana yang dapat mendukung fungsi rehabilitatif, korektif dan edukatif dalam Sistem Pemasyarakatan.⁶⁵

D. Sarana dan Prasarana Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ponorogo

Rumah Tahanan Ponorogo dalam melaksanakan perintah untuk membina para narapidana agar dapat menjadi warga yang lebih baik lagi juga telah menyiapkan berbagai sarana prasarana dan fasilitas yang dapat digunakan oleh warga binaan pemasyarakatan selama menjalankan proses pemidanaan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Fasilitas yang ada di lingkungan Rumah Tahanan Ponorogo diantaranya kamar mandi yang dapat digunakan setiap hari dan juga air bersih yang mengalir di setiap kamar mandi, kamar hunian yang bersih dilengkapi dengan ventilasi udara yang memadai, disiapkannya masjid dan ruangan khusus yang dapat digunakan untuk melaksanakan ibadah, bangunan untuk kegiatan pengembangan kreativitas, lahan untuk bercocok tanam sayuran dan buah-bahan, dan juga kurang lebih ada 4 kolam yang aktif digunakan untuk budidaya ikan.⁶⁶ Disamping itu Rumah Tahanan Ponorogo juga menyediakan baju-baju yang layak pakai untuk Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) atau narapidana sebagai pakaian ganti.⁶⁷

⁶⁵ Profil Rumah Tahanan Kelas IIB Ponorogo, dikutip pada tanggal 12 Oktober 2021.

⁶⁶ Hasil Wawancara Profil Rumah Tahanan Kelas IIB Ponorogo, dikutip pada tanggal 12 Oktober 2021.

⁶⁷ Dokumentasi Profil Rumah Tahanan Kelas IIB Ponorogo, yang diambil pada 13 Oktober 2021

Berbagai kegiatan yang ada di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ponorogo berjalan didukung dengan adanya sarana prasarana sebagai berikut:

- a. Ruang Pelayanan Terpadu, terdiri dari:
 - 1) 1 set komputer.
 - 2) 2 meja pelayanan
 - 3) 2 set kursi pengunjung
- b. Ruang Pelayanan Umum, terdiri dari:
 - 1) 7 set komputer
 - 2) Alat tulis, meja dan kursi.
- c. Ruang Kesehatan, terdiri dari:
 - 1) 1 set tempat tidur
 - 2) 1 set meja dan kursi konsultasi kesehatan.
 - 3) Peralatan medis dan obat-obatan.
- d. Sarana Keamanan, terdiri dari:
 - 1) Tabung Pemadam 6 buah
 - 2) Papper Spray 40 buah
 - 3) Tongkat kejut 1 buah
 - 4) HT 39 buah
 - 5) Perlengkapan PHH/ Alat Kepolisian 13 buah
 - 6) Rig 1 buah
 - 7) Borgol tangan
 - 8) Borgol rantai
 - 9) Cctv 5 buah
 - 10) 4 regu penjaga dengan total 26 petugas.
- e. Ruang Serba Guna, terdiri dari:
 - 1) 1 set komputer
 - 2) 2 buah meja
 - 3) 5 buah kursi
- f. Ruang Pembinaan Pengembangan Bakat WBP, terdiri dari:

- 1) Tersedia berbagai peralatan sebagai penunjang dalam penyaluran bakat dan kreativitas WBP (Warga Binaan Pemasarakatan).
- g. Ruang Layanan Komunikasi, terdiri dari:
- 1) 3 set komputer
- h. Aula, terdiri dari:
- 1) 100 buah kursi
 - 2) 10 buah meja



E. Jumlah Warga Binaan Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ponorogo

Jumlah keseluruhan warga binaan di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ponorogo berjumlah 288 orang, dengan rincian sebagai berikut:⁶⁸

Kapasitas : 107 orang

Isi : 288 orang

Rincian : 263 orang warga binaan laki-laki dan 25 orang warga binaan perempuan.

Tabel. 1

Jenis REG	Pria		Wanita	
	Dewasa	Anak	Dewasa	Anak
A I	20	1	4	-
A II	19	2	2	-
A III	8	1	-	-
A IV	2	-	-	-
A V	-	-	-	-
Sub Total	49	4	6	-
B I	163	2	18	-
B II A	37	3	-	-
B II B	-	1	-	-
B III	4	-	1	-
Sub Total	204	6	19	-
Total	253	10	25	-

Keterangan:

A I : Tahanan Kepolisian

A II : Tahanan Kejaksaan

A III : Tahanan Pengadilan

A IV : Tahanan Pengadilan Tinggi

⁶⁸ Dokumentasi Profil Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ponorogo, dikutip pada tanggal 12 Oktober 2021

- A V : Tahanan Mahkamah Agung
- B I : Narapidana yang menjalani masa tahanan 1 tahun keatas
- B II A : Narapidana yang menjalani masa tahanan 3 bulan-1 tahun
- B II B : Narapidana yang menjalani masa tahanan selama 3 bulan kebawah
- B III : Titipan (Penjara pidana titipan) atau juga bisa diganti dengan memakai uang denda

F. Struktur Organisasi Rutan Kelas IIB Ponorogo



Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ponorogo ini dipimpin oleh bapak Arya Galung, A. Md., S.H yang memiliki pegawai sebanyak 52 orang yang dibagi di beberapa bagian pendataan. Diantaranya di bagian pelayanan yang meliputi pelayanan data-data narapidana dan tahanan, pelayanan konsumsi, pelayanan kesehatan, pelayanan administrasi, pelayanan pendaftaran jadwal kunjungan dan penitipan barang, bagian tata usaha, dan

bagian keamanan (Regu keamanan Rutan Kelas IIB Ponorogo yang dibagi menjadi 4 regu).⁶⁹

G. Hasil Penelitian Upaya Petugas Lembaga Pemasyarakatan dalam Mengatasi Stres pada Narapidana Perempuan di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ponorogo

1. Kondisi psikologis narapidana perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorogo

Narapidana perempuan di Rumah Tahanan Ponorogo ini mayoritas masuk karena jeratan kasus narkoba, baik pemakai atau bahkan juga ada yang melakukan pengedaran narkoba. Dari hasil wawancara dengan beberapa narapidana perempuan menyatakan bahwa keputusan untuk memakai barang terlarang ini berawal dari kondisi psikologis yang terganggu, ada yang disebabkan karena masalah perekonomian, masalah keluarga, kondisi kalutnya kehidupan yang disebabkan ditinggalnya keluarga tercinta, dan juga karena adanya faktor pergaulan yang salah.

Menurut keterangan dari narapidana perempuan yang berinisial F menyatakan bahwa ketika baru memasuki lingkungan Rumah Tahanan Ponorogo merasa takut, merasa bersalah, dan pastinya merasa tertekan dengan berbagai aturan yang ada di lingkungan Rumah Tahanan Ponorogo.

“Awal masuk sini kak rasanya takut banget, udah beban pikiran keluarga yang kecewa sama kelakuanku, rasa takut karena dilingkungan baru yang menurutku asing kak. Belum lagi mikirin hukumanku yang lama kak, pikiranku udah kemana-mana kak intinya masuk disini nggak tenang kak, kepikiran anak di rumah, kepikiran juga masa depanku bakalan gimana kak, sampai-sampai aku awal-awal di sini nggak nafsu makan kak.”⁷⁰

⁶⁹ Hasil Wawancara dengan bapak Sucipto pada tanggal 12 Oktober 2021

⁷⁰ Hasil Wawancara dengan F pada tanggal 13 Oktober 2021

Dari pernyataan salah satu narapidana diatas menyatakan bahwa keberadaanya di Rumah Tahanan sangat berpengaruh pada kondisi psikologisnya yang memicu adanya suatu konflik batin yang dapat mengganggu kesehatannya.

Berbagai informasi yang telah didapatkan dari petugas Rumah Tahanan Ponorogo menyatakan bahwa kondisi psikologis narapidana perempuan cukup terganggu, selain belum mengetahui keadaan lingkungan rutan sebelumnya juga merasa terancam akan hukuman yang menimpanya, sehingga terlihat raut wajah yang takut, cemas dan merasa bersalah.

Berdasarkan hasil wawancara dengan bapak Sucipto:

“Tahanan yang baru masuk itu otomatis takut, setelah takut karena yang berangkutan itu belum pernah masuk di lingkungan ini yang pertama itu, kedua kalinya dia tau itu di filem-filem dipenjara itu begini-begini seperti yang njenengan alami seperti pertama kali masuk di penjara itu gimana kaya serem gitu, jadi seperti itu.”⁷¹

Senada dengan pernyataan bapak Bima:

“Ya mungkin bagi mereka yang belum pernah masuk ke penjara sama sekali rasa takut itu pasti, takut di dalam nanti seperti apa, terus tidurnya gimana, temen-temen saya ada yang jahat atau tidak. Tapi kalau yang sudah residivis atau sudah lebih dari satu kali masuk sini ya biasa saja, karena sudah tau keadaan didalam sini.”⁷²

Hal serupa juga diungkapkan oleh bapak Sri Purwo Widodo:

“Setelah masuk ya gitu-gitu *wae*. Narapidana merasa tertekan setelah berada di lingkungan Rutan, karena apa? Lingkungannya sangat berbeda dengan lingkungan sebelum dia masuk. Nah, karena perbedaan inilah narapidana pastinya juga mengalami berbagai perubahan, seperti perubahan lingkup pertemanan, dibatasi dengan berbagai peraturan, dan berbagai keadaan lainnya karena masing-masing pasti memiliki sikap yang berbeda-beda ketika menghadapi hal ini”.⁷³

Pernyataan lain juga diungkapkan petugas terkait tindakan yang dilakukan narapidana yang bisa dikatakan sebagai tingkah laku yang

⁷¹ Hasil Wawancara dengan bapak Sucipto pada tanggal 30 November 2021

⁷² Hasil Wawancara dengan bapak Bima pada tanggal 26 Januari 2022

⁷³ Hasil Wawancara dengan bapak Sri Purwo Widodo pada tanggal 30 November 2021

mencerminkan adanya tanda-tanda stres dan rasa bosan berada di lingkungan rutan diantaranya keluhan sakit, keluhan ketidaknyamanannya berada di lingkungan blok yang di rasa cukup mencolok perbedaanya, antara sebelum masuk lingkungan rutan dengan lingkungan diluar rutan, percek-cokan yang disebabkan adanya ketidakselarasan berfikir antar individu, keluar dari blok wanita/perempuan tanpa seizin petugas, menyelundupkan HP kedalam lingkungan blok perempuan tanpa sepengetahuan petugas, dan berbagai keluhan kesehatan lainnya yang dianggap bahwa blok wanita selalu ada drama untuk mengungkapkan rasa bosannya, ketidaknyamanannya berada di lingkungan blok perempuan melalui berbagai alasan yang dimana alasan tersebut tidak sesuai dengan fakta yang ada.

Faktor-faktor yang memicu terganggunya keadaan psikis narapidana perempuan ini dalam bentuk stres yang dialami selama menjalani masa pembinaan ini selain karna faktor lingkungan juga ada faktor lain yang mempengaruhi diantaranya:

Pertama, karena adanya faktor sosial. Hal ini sesuai dengan hasil observasi yang telah dilakukan, peneliti melihat di dalam lingkungan narapidana dalam bersosialisasi belum bisa merata, dimana dalam lingkungan tersebut setiap individu membuat suatu gerombolan yang dianggap nyambung diajak ngobrol. Ada juga narapidana yang banyak diam dan sulit bersosialisasi dengan teman-teman yang lainnya sehingga dalam keadaan tersebut yang bersangkutan tidak bisa mengungkapkan isi hatinya atau permasalahannya kepada orang lain dan bisa dikatakan sulit mengungkapkan hal itu selama yang bersangkutan belum percaya kepada orang lain atau belum nyaman dengan orang yang akan berinteraksi dengannya. Di dalam Rumah Tahanan Ponorogo adalah tempat dimana seseorang menjalani pembinaan untuk memperbaiki tingkah laku dan menyadarkan individu untuk menjadi pribadi yang lebih baik dari berbagai latar belakang yang berbeda-beda sehingga dari perbedaan inilah yang dapat

memicu adanya gangguan yang dapat dianggap menjadi suatu ancaman dan tantangan baru untuk berusaha menyesuaikan diri agar mampu menerima segala keadaan baru dan bisa memahaminya demi kebaikan bersama.

Kedua, adalah faktor keluarga, faktor keluarga juga dapat menjadi pemicu datangnya stres karena dari keterangan salah satu narapidana perempuan yang berinisial P menyatakan bahwa semenjak keberadaannya di Rumah Tahanan Ponorogo membuat keluarga kecewa, malu, menjadi bahan ghibah masyarakat yang dianggap memiliki aib karena salah satu anaknya/keluarganya telah melakukan suatu tindakan yang menyalahi aturan hukum yang berlaku sehingga dari kejadian inilah banyak keluarga P yang menjauhinya sehingga P dikelilingi rasa bersalah, tidak tenang berada di lingkungan Rumah Tahanan Ponorogo, dan kesepian karena kurangnya dukungan dari keluarga.

Ketiga, faktor dari internal individu itu sendiri faktor ini sangat menentukan kondisi kesehatan, psikologis dan tindakannya sendiri. Karena ketika seseorang mampu mengelola pikirannya secara positif maka akan meminimalisir terjadinya gangguan stres selama berada di dalam rumah tahanan, akan mampu menerima keadaan yang ada dan selalu berusaha menjadi yang lebih baik tanpa menoleh kejadian di masa lalu dan fokus pada menata masa depan untuk menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Akan tetapi berbeda dengan individu yang selalu berfikir negatif akan keadaan dirinya maka akan memperkeruh keadaan pikirannya, dirundung kesedih yang berlarut-larut, menjadi individu yang tertutup, sulit bersosialisasi dan bahkan dapat mengalami gangguan stres akut yang berkepanjangan.

Bapak Suciptu juga menjelaskan beberapa hal yang dapat memicu stres narapidana, seperti penjelasannya berikut ini:

“Yang dapat memicu stres itu karena ingat keluarga itu pasti. Karena kan juga tidak bisa berkumpul, mungkin yang narapidana yang dari Surabaya itu kan pastinya jauh sekali dari keluarga dan tidak

menutup kemungkinan selama di sini juga jarang dijenguk atau bagaimana, itu juga bisa menjadi pemicunya.”⁷⁴

Pernyataan P terkait hal-hal yang membuat dirinya merasa tertekan sehingga dapat memicu stres ketika menjalani masa binaan di Rumah Tahanan Ponorogo:

“Banyak aturan kak, disini juga dibatasi lingkungan bersosialnya, hiburannya cuma tv tabung, nggak boleh pegang HP di sini ketemunya orang-orang itu-itu aja kan lama-lama jadi bosan ya kak jenuh, apa lagi selama pandemi kegiatan yang tadinya rutin selalu ada jadi ngak ada. Rasanya bener-bener kesepian karena semua serba dibatasi dan bertindakpun harus sesuai dengan aturan yang ada. Belum lagi ya kak kita kan disini dari latar belakang yang beda-beda pasti adalah perecek-cokan yang buat sampek berantem. Mikir juga anak gimana, keluarga pasti juga kecewa banyak keluarga juga yang jauhin saya kak selama di sini nggak ada yang jenguk juga. Rasanya nggak punya siapa-siapa. Namanya juga perempuan ya kak pasti pikirannya kemana-mana dari dampak setelah kita di sini kedepannya bakalan gimana, pandangan orang tentang kita kan pasti ada yang negatif ada juga yang bisa menerima kita dari situ yang bisa bikin mumet kak. Bener-bener stres mana nggak punya penghasilan juga udah pasti rasanya nggak karuan kak.”⁷⁵

Berbagai hal yang telah dijelaskan diatas sesuai dengan pernyataan ibu Safiera Dian Kartika:

“Di blok perempuan beberapa waktu lalu juga pernah melakukan tindakan penyelundupan alat elektronik kedalam rutan berupa HP. Sebenarnya yang menjadi dalang dari penyelundupan ini hanya 2 orang akan tetapi ketika 2 orang melakukan kesalahan kenapa kok WBP (Warga Binaan Pemasyarakatan) yang lain tidak ada yang melaporkan ke petugas, ternyata dari keterangan salah satu pihan narapidana menerangkan bahwa 2 orang narapidana tersebut sudah mengancam jika ada yang melaporkan ke petugas sehingga tidak ada yang berani melaporkan kejadian itu ke petugas sampai petugas memergokinya sendiri ketika sedang melakukan pengecekan lingkungan blok perempuan.”⁷⁶

Melanjutkan pernyataan diatas ibu Safiera juga menyatakan bahwa:

⁷⁴ Hasil Wawancara dengan bapak Sucipto pada tanggal 30 November 2021

⁷⁵ Hasil Wawancara dengan P pada tanggal 13 Oktober 2021

⁷⁶ Hasil Wawancara dengan ibu Safiera pada tanggal 30 November 2021

“Dari kejadian itu pastinya dari pihak rutan juga memberikan sanksi kepada semua penghuni blok perempuan, karena dari kejadian itulah yang sebenarnya yang berusaha menyeludupkan 2 orang karena tidak ada yang melaporkan maka semua mendapatkan sanksi karena dinilai menyalahi aturan yang ada di Rumah Tahanan Ponorogo dan merupak penyimpangan yang dapat berdampak juga di lingkungan sosialnya.”⁷⁷

Pernyataan lain juga diungkapkan oleh bapak Feri selaku petugas pelayanan kesehatan yang berada di Rumah Tahanan Ponorogo yang juga menjelaskan bahwa di dalam lingkungan Rumah Tahanan ini pastinya juga ada keluhan terganggunya kondisi kesehatan yang mungkin benar-benar sedang sakit atau bahkan hanya berpura-pura sakit, yang beliau kadang menyebutnya bahwa blok wanita selalu ada drama/kebohongan yang dapat digunakan sebagai alasan saja. Karena dari keterangan beliau juga menyatakan bahwa dulu juga pernah kejadian kaburnya narapidana yang sedang menjalani perawatan di rumah sakit kabur, maka dari itu dari pihak pelayanan kesehatanpun selalu benar-benar mengecek kondisi kesehatan narapidana yang berkonsultasi dengan sebenar-benarnya dan disesuaikan dengan keadaan fisik yang terlihat sebenarnya sakit atau hanya berpura-pura.

Hasil wawancara dengan bapak Feri:

“Selama saya bertugas di sini ada beberapa keluhan kesehatan dari narapidana perempuan, ada yang bilang sakit dalam karena efek dari operasi yang dulu pernah dijalannya, ada yang keluhan sakit kepala, demam dan bahkan juga ada yang berpura-pura sakit. Nah, untuk menanggapi individu yang sukanya drama/suka berpura-pura ini harus lebih berhati-hati dan lebih teliti dalam menanggapi, karena dulu juga pernah kejadian narapidana yang mengeluhkan sakit sampai dirujuk ke rumah sakit ternyata setelah menjalani perawatan di rumah sakit dia kabur, dari sini kan kita bisa tau bahwa dari keluhan-keluhan yang diajukan ke pihak pelayanan kesehatan tidak menutup kemungkinan ada yang hanya berpura-pura untuk mencari kesempatan untuk kabur. Maka dari itu, dari pengalaman sebelumnya dari pihak pelayanan kesehatan harus benar-benar

⁷⁷ Hasil Wawancara dengan ibu Safiera pada tanggal 30 November 2021

berhati-hati dalam mengecek kesehatan narapidana dan harus benar-benar dicek antara apa yang diungkapkan dengan kondisi kesehatan fisiknya karena orang yang benar-benar sakit pasti akan terlihat perbedaannya di fisik yang kurang fit, kondisi badan lemas, muka pucat dan lain sebagainya. Kan tidak mungkin juga orang sakit kok kondisi badan sehat segar bugar. Maka untuk menghindari kejadian yang tidak di inginkan maka harus berhati-hati dalam melakukan tindakan.”⁷⁸

Terkait kondisi psikologis narapidana perempuan ini juga di tanggapi oleh bapak Sri Purwo Widodo selaku kepala sub bagian pelayanan tahanan menyatakan:

“Rasa kecemasan, takut itu pasti ada dibenak mereka terlebih ketika berada di dalam rutan ini pasti banyak melamun, *yo mikir ngomah, mikir* masa penahanan disini nah itu juga bisa mempengaruhi kondisi psikologis mereka *tekne kokean pikiran* karena ngak betah juga ada. Dari berbagai hal tersebut pasti juga ada yang namanya tindakan pembinaan dari rutan.”⁷⁹

Ungkapan narapidana yang lain juga memperkuat pernyataan dari petugas, diantaranya pernyataan yang diungkapkan oleh IB:

“Awal masuk sini pastinya takut ya mbak, soalnya kan aku asalnya dari Surabaya. Dulu sebelum disini kan aku ditetapkan menjadi tahanan kota lalu baru ditetapkan tahanan dulu di daerah Surabaya, nggak tau kenapa aku dipindahlah di sini. Ya pastinya pikiran campur aduk lah mbak, udah dapet hukuman, jauh pula kan dari keluarga. Sedih pasti, apalagi pas awal-awal masuk sini ya nggak punya temen mbak, takut apa lagi kan namanya juga pendatang bukan asli Ponorogo.”⁸⁰

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi diatas dapat disimpulkan bahwa kondisi narapidana perempuan yang berada di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ponorogo merasa tertekan ketika baru menjadi warga binaan permasyarakatan di Rutan, yang mana hal tersebut cukup mengganggu kondisi psikologisnya, karena hal tersebut banyak narapidana yang kesulitan beradaptasi dengan lingkungan

⁷⁸ Hasil Wawancara dengan bapak Feri pada tanggal 12 Oktober 2021

⁷⁹ Hasil Wawancara dengan bapak Sri Purwo Widodo pada tanggal 30 November 2021

⁸⁰ Hasil Wawancara dengan IB pada tanggal 29 Oktober 2021

barunya dan harus berpisah dengan keluarganya, selain itu untuk memulai kehidupan di dalam lingkungan yang berdampingan dengan peraturan, keterbatasan bersosialisasi, memulai suatu kehidupan sosial dengan berbagai latar belakang yang berbeda-beda, jauh dari kata bebas dan pastinya jauh dari keluarga tercinta yang cukup membuat narapidana stres karena berbagai perubahan yang ada.

Disamping berbagai perubahan yang ada setelah ditetapkannya sebagai narapidana yang cukup menekan mentalnya, mereka juga memikirkan segala sesuatu yang dapat mempengaruhi masa depannya setelah keluar dari rutan. Sesuai dengan penjelasan di atas hal yang cukup mengganggu pikiran mereka adalah setelah bebas pasti akan mendapatkan cemoohan dari lingkungan sekitar karena sudah dicap sebagai mantan napi yang dimana sudah mendapatkan suatu label yang buruk karena tindakan dimasalunnya, dijauhi keluarga yang tidak bisa menerimanya, dan bahkan juga mempersulit jaringan pertemanannya setelah melalui masa perbaikan selama di Rumah Tahanan.

Disamping berbagai perubahan yang dialami narapidana, dilingkungan barunya narapidana akan diberikan suatu pembinaan dan pendampingan yang diharapkan dapat membawa perubahan ke hal yang lebih baik, selain itu juga diberikan berbagai kegiatan yang terjadwal, bagi narapidana yang sulit beradaptasi dengan lingkungan barunya maka akan merasa terasingkan karena merasa tidak memiliki teman dan bahkan lebih banyak diam karena kesulitannya dalam bersosialisasi dan berbaur dengan teman barunya. Narapidana yang merasa tertekan akan keadaan yang baru ditemuinya maka akan menjadi sangat sensitif dan mudah marah/ tersinggung karena berbagai hal yang dianggap tidak sesuai dengan kehendaknya, yang mana keadaan inilah yang tak jarang akan memicu adanya perkelahian antar narapidana.

2. Bentuk usaha yang dilakukan petugas dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan di RUTAN Kelas IIB Ponorogo

Usaha yang dilakukan petugas untuk mengatasi stres pada narapidana perempuan ini ada beberapa cara yang dilakukan agar narapidana perempuan memiliki kegiatan yang bermanfaat sehingga dapat mengurangi kegiatan yang kurang bermanfaat dapat memberi ruang untuk memikirkan hal-hal negatif yang mampu menyebabkan stres.

Sesuai dengan keterangan yang diperoleh dari bapak Sucipto menyatakan bahwa untuk meminilaisir kecemasan yang dialami oleh para narapidana salah satu usaha yang dilakukan petugas adalah mengikutkan narapidana dalam kegiatan yang dikenal dengan penaling (pengenalan lingkungan).

“Yang pertama kita melakukan pendekatan-pendekatan seperti kita ee... data-datanya itu kita masukkan semua, lalu kita lanjutkan dengan kegiatan pengenalan lingkungan, kan masuk pertama itu di penaling atau pengenalan lingkungan dulu biasanya 7 sampai 14 hari setelah itu baru bergabung dengan temen-temen yang lain akhirnya ya Alhamdulillah semuanya lambat laun bisa memahami lingkungan rutan ini tidak seseram yang dipikirkan.”⁸¹

Dari pernyataan diatas bapak Sucipto melanjutkan pernyataannya:

“Dari petugas juga selalu memberikan pendampingan-pendampingan, entah dari petugas-petugas blok, petugas pembinaan sendiri atau rekan-rekan patner kita dari instansi terkait, seperti itu.”⁸²

Pernyataan serupa juga dinyatakan oleh bapak Sri Purwo Widodo:

“Salah satu tindakan yang dilakukan petugas untuk membantu narapidana agar tidak terlalu terpuruk dalam menghadapi ketakutan-ketakutan yang menyelimuti pikirannya maka setiap narapidana diikutkan kegiatan penaling (pengenalan lingkungan) dimana kegiatan ini dilakukan selama 7 samapai 14 hari yang berfungsi untuk mengenal lingkungan Rumah Tahanan Ponorogo, peraturan yang ada beserta fungsinya, sehingga ketika narapidana sudah

⁸¹ Hasil Wawancara dengan bapak Sucipto pada tanggal 30 November 2021

⁸² Hasil Wawancara dengan bapak Sucipto pada tanggal 30 November 2021

mengetahui secara menyeluruh lingkungan rutan maka pandangan rutan yang menyeramkan, di sel, dikelilingi orang-orang yang keras, sempit dan lain sebagainya akan hilang dengan sendirinya. Sehingga dari kegiatan inilah diharapkan memberikan pemahaman kepada setiap individu dan memberikan ketenangan sekaligus menghilangkan tentang pandangan yang negatif tentang rutan.”⁸³

Pernyataan ibu Titis juga senada dengan penjelasan dari beberapa petugas yang lain, diantaranya:

“Usaha yang dilakukan untuk mengatasi stres ya narapidana mengikuti penaling dulu mbak, penaling itu pengenalan lingkungan tujuannya biar narapidana bisa mengenal lingkungan sekitar terlebih dahulu sehingga ketika mengikuti kegiatan yang ada di rutan tidak mengalami kebingungan, sekaligus dapat memberikan pemahaman bahwa rutan tidak seseram yang ditayangkan di tv.”⁸⁴

Keterangan diatas merupakan suatu tindakan tahap awal yang dilakukan petugas Rumah Tahanan Ponorogo dalam mengatasi stres yang dialami oleh narapidana. Tahapan ini sangat penting dilakukan untuk menghilangkan pandangan buruk narapidana terhadap rutan, karena termakan berbagai informasi dari filem-filem yang menayangkan tentang penjara yang sebegitu menyeramkan dan kersanya. Maka dari itu melalui kegiatan inilah dapat mengembalikan pemikiran positif narapidana tentang rutan.

Untuk pernyataan lain terkait usaha yang dilakukan oleh petugas dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan ini juga disampaikan oleh bapak Sri Purwo Widodo:

“Usaha yang saya lakukan selain dengan aktif kegiatan yang ada di rutan, *nek aku melakukan pendekatan ya tak panggil per person. Pokok'e tahanan baru tak panggil, yang tadinya didalem awale* nggak mau sholat terus *malah gagas sek ora-ora, suwe-suwe dadi setres, depresi mikir ngomah mikir kene.* Nah, disini kita ajak sharing secara individu, dengan cara saya panggil para narapidananya satu-satu, tujuannya apa? Selain untuk membangun hubungan baik dan bisa saling bercerita terkait keluh kesah yang mereka alami, juga dapat memberikan ketenangan bagi mereka,

⁸³ Hasil Wawancara dengan bapak Sri Purwo Widodo pada tanggal 30 November 2021

⁸⁴ Hasil Wawancara dengan ibu Titis pada tanggal 11 Oktober 2021

coro gampangane do iso plong karena bisa bercerita apa yang ada dibenak mereka yang mereka anggap mengganggu pikirannya. Kan biasanya ada individu yang tidak bisa terbuka ketika berada di depan umum maka tindakan ini bisa dilakukan akan individu yang tidak bisa terbuka di khalayak umum bisa terbuka, bercerita, mengungkapkan segala macam permasalahan yang mengganggu pikirannya secara pribadi tanpa ada orang lain yang tau sehingga kan dari cara ini kita bisa tau permasalahan yang mereka hadapi apa dan kira-kira bagaimana *to* cara penanganannya ketika ada permasalahan seperti itu. *Yo tak kandani 'Ijek enek Gusti Allah' seruet* apapun masalah yang kita hadapi, jangan dipikir sendiri, maka larilah ke Allah yang pertama, bisa lewat temen juga bisa. Jadi saya juga memfasilitasi mereka jadi tempat curhat.”⁸⁵

Hal lain pun juga dijelaskan oleh bapak Bima dalam mengatasi narapidana yang sulit beradaptasi di lingkungan rutan ini:

“Yang pertama kita kasih pengertian kamu di sini nanti seperti ini seperti ini... di kamar pun juga ada ketua kamarnya, nah ketua itu yang bertanggung jawab atas keamanan, atas kebersihan, atas ketertiban kamar itu sendiri, jadi ya kita kasih pengertian secara bertahap, nanti kalau dia masih merasa sulit beradaptasi atau masih merasa terancam ibarat kata belum bisa bersosialisasi dengan baik maka pihak petugas juga melakukan pendekatan secara individu dan dia bisa berkonsultasi ke bagian pelayanan tahanan, ‘pak kok saya seperti ini.... Seperti ini...’ dengan cara ini kita bisa tau permasalahannya apa dan kita sebagai petugas bisa memberikan solusi yang pasti kita tidak memberikan solusi yang dapat menjatuhkan mental dia. Yang pasti selalu ada pendekatan antara petugas dengan yang bersangkutan untuk bisa mengatasi permasalahan apa yang sedang dihadapi oleh narapidana sehingga semuanya bisa teratasi. Karena di sini petugas juga harus bisa mengayomi, memberi pengertian, melindungi, dan harus bisa membina.”⁸⁶

Hal senada juga dinyatakan oleh ibu Titis:

“Kita ajak ngobrol terkait apa *to* permasalahannya, terus yang menyebabkan sulit beradaptasi itu apa. Ya lewat ngomong-ngomong lah ngobrol bareng jadi dia bisa nyaman juga dengan petugas yang *welcome* lah jadi dia bisa bercerita apa adanya sesuai dengan yang

⁸⁵ Hasil Wawancara dengan bapak Sri Purwo Widodo pada tanggal 30 November 2021

⁸⁶ Hasil Wawancara dengan bapak Bima pada tanggal 26 Januari 2022

dia alami. Istilah e ya mereka pinya kenyamanan sendiri dengan siapa dan bisa meminta solusinya kepada petugas itu.”⁸⁷

Usaha serupa pun juga dilakukan oleh ibu Safierah Dian Kartika selaku petugas Rumah Tahanan Ponorogo yang menyatakan bahwa dalam mengatasi stres narapidana perempuan juga melakukan pendekatan secara *face to face* untuk mempermudah menggali permasalahan apa yang sedang mengganggu pikiran para narapidana. Hal ini dirasa perlu dilakukan untuk mengantisipasi bagi mereka yang tidak bisa terbuka akan permasalahan yang dihadapinya kepada petugas.

“Kalau tau narapidana yang sulit beradaptasi, sering melamun, murung saya lebih sering menggunakan metode pendekatan langsung satu-satu mbak, karena kan setiap narapidana memiliki cara yang berbeda-beda buat curhat mbak jadi dengan jalan ini bisa menjadi alternatif lain buat membantu memberi ketenangan mereka biar nggak terlalu stres malah kadang juga mikir macem-macem kan itu juga bisa berpengaruh sama kesehatannya mbak.”⁸⁸

Dari pernyataan diatas, ibu Safiera juga memberi penjelasan terkait hal-hal yang perlu di bicarakan dalam proses pendekatan dengan narapidana guna memberikan suatau arahan dan bantuan untuk menghadapi situasi yang dianggap cukup mengganggu keadaan psikis narapidana selama berada di lingkungan Rutan, diantaranya:

“Yang pertama saya lakukan pastinya itu menanyakan kabarnya selama di sini dan menanyaan keadaan apakah sudah bisa beradaptasi di sini apa belum. Ketika narapidana belum merasa nyaman berada di lingkungan rutan ini, maka disitulah saya mulai membuka pembahasan kira-kira hal apa saja yang membuat mereka tidak nyaman. Oh ternyata karna faktor lingkungan, oh karna siklus pertemanannya, atau karna faktor lain bisa dari karena faktor kepikiran keluarga atau bagaimana. Nah, biasanya disini kalau permasalahannya terletak karna faktor lingkungan maka biasanya di awal masuk rutan maka mengikuti kegiatan penaling atau pengenalan lingkungan, ketika ada permasalahan tentang cara bersosialisasi dengan teman baru maka kita sebagai petugas juga memberikan arahan dan pengertian bahwa di sini itu WBP semuanya

⁸⁷ Hasil Wawancara dengan ibu Titis pada tanggal 26 Januari 2022

⁸⁸ Hasil Wawancara dengan ibu Safiera pada tanggal 30 November 2021

itu adalah keluarga yang mana mungkin memiliki latar belakang yang berbeda dan memiliki cara sendiri-sendiri dalam memulai perkenalan satu dengan yang lain. Nah dengan masalah ini petugas juga terbuka bisa menjadi teman konsultasi, teman bercerita juga agar narapidana tidak merasa sendiri, tidak memilikin teman atau bahkan merasa dikucilkan maka dari itu petugas juga selalu memberi suatu arahan dan pembinaan. Jika permasalahan berasal karna memikirkan tentang keluarga, kita juga bisa memberikan pengertian tentang hal itu mbak. Jadi tujuannya biar narapidana bisa bangkit dari keterpurukan.”⁸⁹

Bagi narapidana yang stres karena dipicu oleh faktor keluarga mungkin karna jauh dari keluarga, rasa rindu dan lain sebagainya, petugas juga menyediakan fasilitas wartel, jadwal telfon setiap hari selain hari Jum’at dan hari libur, juga adanya pemberian waktu kunjungan keluarga ke rutan.

Sesuai dengan pernyataan bapak Sucipto:

“Bagi narapidana yang rindu dengan keluarga dari pihak rutan juga memfasilitasi HP dan komputer untuk melakukan *video call* dengan keluarga setiap hari kecuali hari Jum’at dan hari libur selama 5 menit setiap WBP, memberikan waktu kunjung bagi keluarga yang ingin menemui narapidana, dan juga menyediakan wartel untuk menghubungi keluarga tapi itu setiap menghubungi membayar pribadi.”⁹⁰

Untuk mengatasi naapidana yang stres karena faktor keluarga juga dijelaskan oleh bapak Bima:

“Iya tidak menutup kemungkinan kejadian seperti itu terjadi, saya juga sering melihat narapidana perempuan ini yang sedang berada di blok itu menangis terus tidak jarang juga banyak yang laporan juga kesini, yang pasti dari pihak kita kalau orang Jawa bilang ‘ngedem-ngedemi’ nanti kalau kita bisa bantu *video call* kan kita *video call* kan karena memang ada keterbatasan waktu pelayanan *video call* sendiri, cuman kalau untuk bertemu memang saat ini masih belum bisa jadi upaya kita ya menasehati, ngedem-ngedem

⁸⁹ Hasil Wawancara dengan ibu Safiera pada tanggal 30 November 2021

⁹⁰ Hasil Wawancara dengan bapak Sucipto pada tanggal 30 November 2021

itu tadi, dan juga membantu sebisa mungkin dalam mengatasi hal itu.”⁹¹

Ditambahkan juga dengan pernyataan yng serupa oleh ibu Titis:

“Jika ada keperluan dengan keluarganya maka sebisa mungkin membantu, dan juga kita harus tau dulu keperluannya apa, misal karna sakit atau untuk berobat maka kita bisa membantunya untuk menghubungi keluarga, itu termasuk upaya petugas dalam melayani. Dan layanan *video call* sendiri itu di buka setiap hari Senin sampai Sabtu kecuali hari Jum’at dan Minggu hari libur sama tanggal merah.”⁹²

Setelah melakukan tahapan awal dalam mengatasi stres narapidana perempuan, petugas juga memberikan berbagai kegiatan yang lain. Selain sebagai salah satu usaha mengatasi stres narapidana juga dapat dijadikan sebagai kegiatan untuk mengasah skill yang dimiliki narapidana, mengurangi waktu luang narapidana untuk berfikir hal yang negatif tentang keadaan, memberikan waktu hiburan yang bertujuan menghilangkan rasa jenuh dan bosan narapidana perempuan selama di rutan, memberikan pendidikan kerohanian, dan memberikan pekerjaan bagi mereka yang terpilih menjadi *tamping* (tahanan pendamping) yang tugasnya membantu berbagai pekerjaan yang ada di lingkungan rutan.

Sesuai dengan hasil wawancara dengan bapak Sucipto juga menerangkan:

“Sebenarnya dalam kegiatan ini adalah suatu pekerjaan rutin ya mbak, kaya BTA, kegiatan pekerjaan seperti di bidang perkebunan, perikanan, kuli/pertukangan, kerajinan, istighosah, senam sehat, dan pelatihan rebana juga ada.”⁹³

Bapak Bima juga memberikan pernyataan:

“Memberikan pembinaan dalam artian mengembangkan kreativitas yang dimiliki, *koyo kon ngawe kerajinan opo sek* dia bisa buat, terus diberdayakan salah *satune yo tamping ngeneiki kon ngewangi*

⁹¹ Hasil Wawancara dengan bapak Bima pada tanggal 26 Januari 2022

⁹² Hasil Wawancara dengan ibu Titis pada tanggal 26 Januari 2022

⁹³ Hasil Wawancara dengan bapak Sucipto pada tanggal 12 Oktober 2021

petugas terus nek di dalem blok itu kegiatane bagi orang-orang seng mau berkegiatan lho ya onok sek nyulam, onok sek njahit. Nek dulu kita itu juga ada pembinaan bikin kue dan alat dan bahannya di fasilitasi dari sini, dan produk rotinya itu juga sempet keluar di jual keluar gitu.”⁹⁴

Kegiatan yang ada di Rumah Tahanan yang diterapkan untuk memperbaiki perilaku narapidana untuk menjadi lebih baik sekaligus dapat disebutkan sebagai usaha petugas untuk mengatasi stres narapidana perempuan yang disebabkan karena rasa bosan/jenuh, sulit beradaptasi, karena faktor keluarga dan pengetahuan spiritual yang kurang maka diberikanlah suatu kegiatan dengan berbagai bentuk pendampingan yang bersifat membangun, diantaranya:

a. Mengikuti kegiatan ceramah dan Istighosah

Kegiatan ini dilaksanakan selama seminggu sekali pada hari Jum'at, yang bertujuan untuk memberi pengetahuan tentang berbagai macam hal-hal yang masih berkaitan dengan perbaikan tingkah laku. Selain itu, dapat memberikan pemahaman antara yang *haq* dan yang *batil* serta diharapkan dapat membuka pikiran positif para narapidana, dengan adanya pengetahuan ilmu keagamaan dan dampingan dengan siraman rohani ini diharapkan dapat menuntunnya menjadi pribadi yang lebih baik.

Begitu juga kegiatan istighosah yang dilakukan di hari yang sama juga yang bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah dengan berdo'a memohon pertolongan dan mohon petunjuk agar diberi kemudahan diberi jalan keluar, diberi kesabaran dan keikhlasan dalam menghadapi keadaan yang sulit/sukar, perjalanan terjal/ujian yang sedang dialaminya. Dari sinilah diharapkan terbukalah pintu kesadaran para narapidana dan terketuk hatinya untuk berubah menjadi yang lebih baik dan bertobat nasuha atas segala kesalahannya yang telah dilakukan dimasa lalu.

⁹⁴ Hasil Wawancara dengan bapak Bima pada tanggal 26 Januari 2022

Seperti halnya pernyataan bapak Sucipto:

“Untuk kegiatan ceramah ini dilakukan setiap hari Jum’at yang mana pembicaranya kita panggil dari luar, begitu juga kegiatan istighosahnya juga dilaksanakan di hari yang sama mbak.”⁹⁵

b. Bimbingan BTA (Baca Tulis Al-Qur’an)

Upaya petugas untuk mengenalkan para narapidana dengan kitab suci Al-Qur’an, petugas juga memberikan pembelajaran Baca Tulis Al-Qur’an. Hal ini dilakukan selain untuk memupuk minat, pengetahuan dan membangun kesadaran narapidana akan pentingnya mengenal ayat suci Al-Qur’an juga dapat memberikan suatu rutinitas yang bermanfaat dan bersifat membangun, mengajak, mendorong narapidana menjadi pribadi yang lebih agamis dan paham akan kehidupan yang sebenarnya, yang artinya dalam kehidupan ini tidak hanya mengedepankan kepentingan dunia saja akan tetapi juga paham akan ilmu agama yang menjadi suatu amalan yang akan dibawa ke akhirat. Maka dari itu, dengan kegiatan keagamaan inilah dapat memberikan pemahaman bahwa kepentingan dunia dengan kepentingan akhirat haruslah seimbang.

Pernyataan dari ibu Safiera:

“Iya ada kegiatan Baca Tulis Al-Qur’an juga mbak, itu yang diajarkan baca iqro’ bagi yang belum masuk Qur’an, menulis arab, dan hafalan surat-surat pendek juga mbak, dari kegiatan ini juga kita memanggil pengajar dari luar juga.”⁹⁶

c. Pelatihan rebana

Pelatihan rebana ini dilaksanakan setiap hari Jum’at yang dipandu oleh pelatih yang diundang dari luar lingkungan Rumah

⁹⁵ Hasil Wawancara dengan bapak Sucipto pada tanggal 30 November 2021

⁹⁶ Hasil Wawancara dengan ibu Safiera pada tanggal 30 November 2021

Tahanan Ponorogo. Kegiatan ini cukup memberikan suatu hiburan bagi para narapidana yang dimana kesehariannya yang mengalami perubahan dari yang setiap hari tidak lepas dari yang namanya HP dan alat elektronik lainnya yang sekarang menjadi lebih bisa bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya melalui pelatihan rebana yang dituntut komunikasi yang baik untuk mendapatkan keselarasan nada yang diciptakan dari pukulan pada alat rebana yang sedang dimainkan, dari sinilah tercipta canda dan tawa yang sedikit banyak dapat mencairkan suasana yang berawal dari rasa sedih, murung menjadi kebaagiaan bersama.

d. Pembinaan pengembangan kreativitas

Dari hasil observasi penulis melihat dalam kegiatan ini narapidana juga disibukkan dengan mengikuti pembinaan untuk mengembangkan kreativitas yang dimilikinya. Salah satunya seperti menyulam, songket, kerajinan dari stik es krim dan lain sebagainya, yang mana hasil dari kerajinan tersebut dipamerkan di etalase depan gerbang ke 2, ketika ada kunjungan dari keluarga atau pihak-pihak kantor yang bertugas dari luar. Hasil kerajinan itu pun juga di jual sehingga dari prakarya yang telah di buat bisa mendapatkan suatu penghasilan.

Sesuai dengan pernyataan bapak Bima:

“Di sini pengembangan kreativitasnya itu macem-macem, ada nyulam, songket, mebuatan kerajinan dari stik es krim yang dimana hasilnya itu juga dijual itu yang ada di etalase depan itu semuanya hasil karyanya warga binaan.”⁹⁷

e. Pembinaan pekerjaan di berbagai bidang (pertanian, perikanan, perkebunan, pertukangan) dan memberikan pekerjaan harian

Pembinaan ini dilakukan agar narapidana merasa bahwa berada di lingkungan rutan tidak merasakan kebosanan dan tetap bisa beraktivitas seperti masyarakat pada umumnya yaitu dapat

⁹⁷ Hasil Wawancara dengan bapak Bima pada tanggal 26 Januari 2022

bercocok tanan, belajar ilmu budidaya ikan, dan juga dapat membantu dalam proses pembangunan yang tidak lain juga dapat digunakan sebagai tempat mengembangkan berbagai kreativitas yang dimiliki oleh Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP).

Pada kegiatan pekerjaan harian ini selain dilakukan di dalam blok hunian juga dilakukan diluar blok hunian, yaitu kegiatan rutin membantu tugas kantor, menyapu halaman, membersihkan selokan, membuang tempat sampah, membersihkan kamar mandi dan kegiatan kebersihan lainnya yang berguna untuk mengisi waktu sengang. Tugas ini diberikan kepada narapidana pilihan yang diberi tanggung jawab sebagai tamping (tahanan pendamping) yang mana tugas kesehariannya yang menjadi rutinitas sekaligus tanggung jawabnya sebagai narapidana yang diberi kepercayaan lebih di dalam lingkungan rutan. Seperti yang sudah di ketahui bagi ada perbedaan kegiatan antara tamping dengan tahanan umum, tahanan umum diberi pekerjaan/kegiatan ini tidak rutin setiap hari, akan tetapi tamping di sini di beri tugas tetap yang mana kegiatan itu dilakukan setiap hari yang menjadi rutinitas wajibnya menjadi tamping (tahanan pendamping).

f. Konsultasi hukum

Konsultasi hukum ini adalah kegiatan dimana narapidana menanyakan berbagai hal yang berkaitan dengan masa hukuman yang harus dijalannya, baik menanyakan hukuman yang sudah dijalankan, kekurangan hukuman yang belum dijalankan, jadwal sidang atau bahkan menanyakan waktu dipulangkannya narapidana kerumah setelah selesai menjalani masa tahanan.

Sesuai dengan pernyataan bapak Sucipto:

“Di kegiatan konsultasi hukum ini, narapidana berhak bertanya kekurangan masa hukuman yang belum dijalani, dan petugas juga memberikan suatu informasi terkait hal tersebut. Disisi lain petugas juga memberikan nasehat, arahan dan motivasi kepada narapidana agar yang

bersangkutan jera dengan hukuman yang sedang dijalannya dan jangan sampai mengulang kesalahan yang sama.”⁹⁸

Pada kegiatan ini juga sangat mempengaruhi kecemasan yang dialami narapidana. Baik dapat mengurangi kecemasan atau bahkan dapat menambah kecemasan yang dialaminya setelah melakukan konsultasi. Ketika sudah melakukan konsultasi ini baik dalam hal yang dapat memberi ketenangan karena sudah mendapatkan kejelasan terkait masa tahanan yang sudah bekurang maupun bagi mereka yang malah semakin khawatir dengan keadaan yang sedang dijalani. Bagi yang merasa kecemasan malah bertambah maka akan diberikan suatu *support* dari petugas pelayanan yang mana bertujuan untuk memberi pemahaman positif, menenangkan pikirannya agar tidak melulu terbelenggu dengan pikiran yang dirasa dapat membuatnya down sehingga dapat berpengaruh pada psikologisnya, maka dari itu dalam konsultasi inilah juga terselip tindakan petugas untuk membimbing, memberi solusi, memberi masukan dan dukungan penuh kepada narapidana untuk selalu semangat dan selalu berusaha menjadi pribadi yang lebih baik agar tidak terjerumus ke hal-hal yang tidak diinginkan seperti yang sedang dialaminya saat ini.

Hal ini juga sesuai dengan hasil observasi yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap petugas dan narapidana, dimana peneliti melihat memang ada sesi konsultasi masa hukuman di ruang pelayanan umum yang didampingi oleh ibu Meitha, disitu juga terlihat petugas memberikan suatu motivasi, arahan dan nasehat kepada narapidana agar jera dan tidak mengulangi kesalahan yang sama.

g. Senam

⁹⁸ Hasil Wawancara dengan bapak Sucipto pada tanggal 30 November 2021

Kegiatan senam sehat ini dilakukan secara rutin setiap hari Jum'at pagi yang sering disebut dengan Jum'at sehat dan jum'at bersih. Dari kegiatan ini selain untuk kebugaran jasmani narapidana juga dapat merefresh otak yang kalut akan permasalahan menjadi keadaan yang lebih ceria, gembira, dan lebih fresh dari sebelumnya melalui kegiatan senam ini. Maka dari itu, adanya hiburan, permainan yang dapat memicu terbangunnya komunikasi dan kerjasama yang baik juga dikolaborasikan dengan kegiatan yang bermanfaat bagi kesehatan jasmani, rohani dan psikologi para narapidana juga sangat penting dilakukan guna menjaga kesehatan selama berada di dalam Rumah Tahanan Ponorogo.

Dari berbagai kegiatan yang diberikan ini, bapak Sucipto juga menerangkan bahwa dalam menjalankan berbagai pekerjaan yang ada, juga ada yang namanya tamping (tahanan pendamping) yang merupakan tahanan pilihan yang sudah melalui beberapa tes sehingga dapat ditetapkan menjadi tamping atau bisa disebut sebagai tahanan yang dipercaya untuk membantu pekerjaan yang ada di lingkungan rutan dengan melalui beberapa tahap pertimbangan terlebih dahulu. Pernyataan tersebut sebagai berikut:

“Dalam hal ini proses awal menetapkan narapidana sebagai tamping disini yang pertama petugas sendiri pastinya melihat karakter-karakter yang bersangkutan, melihat perkembangan perubahan apa saja yang terjadi pada yang bersangkutan, seperti tingkah laku dan kesehariannya seperti apa. Tapi kita tidak boleh menilai serta merta orang ini baik, tapi kita harus melihat kasusnya apa dulu, pidananya berapa, sudah melalu separuh hukumannya belum. Kalau belum ada separuh sebaik apaun jangan dipekerjakan dulu, apa lagi yang tugasnya di luar itu benar-bener orang yang dipercaya dan keluarganya dipanggil untuk membuat surat pernyataan sebagai penjamin bahwa pekerja ini nanti kalau ada sesuatu apa-apa yang bersangkutan keluarganya ikut bertanggung jawab seperti itu nggak serta merta ‘awakmu tak pilih’ nggak seperti itu. Dan prosesnya itu nanti waktu pelaksanaan memutuskan itu bukan satu orang atau dua orang bersama tim TPP dengan persetujuan kepala rutan seperti itu, dan yang bersangkutan yang menjadi tamping pun juga diberi upah

sebagai tanda terima kasih atas tanggungjawabnya dalam menjalankan pekerjaannya.”⁹⁹

Dari pernyataan bapak Sucipto diatas terlihat bahwa narapidana yang dijadikan tamping di sini yang memiliki tanggung jawab pekerjaan secara rutin ini diantaranya yang telah mengalami perubahan, baik perubahan tingkah laku, memiliki karakter yang baik, dan kesehariannya setelah mengikuti berbagai pembinaan dan pendampingan. Maka perkembangan pembinaan dan pendampingan disini pun juga bisa memberikan jalan kepada narapidana untuk mendapatkan suatu kepercayaan, dan suatu rutinitas yang dapat menghasilkan tanda terima kasih dalam bentuk uang atas tanggungjawabnya dalam menjalankan suatu pekerjaan.

Dalam penjelasan diatas juga dapat diambil dari berbagai pernyataan petugas. Diantaranya bapak Sucipto yang menyatakan:

“Selain itu, di dalam Rumah Tahanan Ponorogo ini juga ada berbagai pembinaan dan pendampingan yang dilakukan seperti kegiatan kerohanian yang didalamnya kegiatannya seperti BTA (Baca Tulis Al-Qur’an), istighosah, ceramah, pelatihan rebana, konsultasi hukum, senam dan kegiatan pengembangan skill yang dimiliki WBP. Dan kita melakukan kegiatan pembinaan kerohanian itu seminggu empat kali itu di hari Senin, hari Rabu, Kamis dan Jum’at, itu yang muslim sedangkan yang non-muslim itu pada hari Sabtu saja.”¹⁰⁰

Senada dengan pernyataan ibu Safiera:

“Pembinaan dan pendampingan yang diterapkan di sini banyak mbak, ada bimbingan rohani biasanya itu ngundang orang luar buat dampingin mereka (narapidana) dalam kegiatannya, pengembangan keterampilan, istighosah bersama-sama, senam setiap hari jum’at itu yang cukup membuat mereka senang mbak jadi mungkin disini juga butuh refresing biar ngak mikirin hal-hal yang bisa mengganggu pikiran mereka juga.”¹⁰¹

⁹⁹ Hasil Wawancara dengan bapak Sucipto pada tanggal 30 November 2021

¹⁰⁰ Hasil Wawancara dengan bapak Sucipto pada tanggal 30 November 2021

¹⁰¹ Hasil Wawancara dengan ibu Safiera pada tanggal 30 November 2021

Begitu juga pernyataan ibu Titis dan bapak Sri Purwo Widodo juga menyatakan hal yang sama terkait berbagai kegiatan pendampingan dan pengembangan yang beroptensi untuk mengurangi stres, dan memperbaiki psikologis narapidana yang mungkin terganggu karena adanya tekanan dan berbagai perubahan lain yang membuat dirinya merasa cemas, bersedih, dan lain sebagainya.

Dari berbagai informasi yang telah diungkapkan oleh petugas diatas diperkuat juga dengan pernyataan dari beberapa narapidana perempuan yang sesuai dengan informasi yang telah dijelaskan petugas sebelumnya. Diantaranya sebagai berikut:

Pernyataan dari A:

“Iya kak, kalau ada kegiatan gitu enak kak kaya ngaji, senam, kegiatan di aula gitu ngk bosen di kamar jadi ya bisa keluar kamar sambil sekalian cuci mata kak liat cowok-cowok, hehehehe, ya nggak papa ya kak biar ngk spaneng di kamar terus ya kak.”¹⁰²

Pernyataan dari IB:

“Banyak kegiatan mbak di sini, kayak keterampilan, misalnya buat tas songket, kerajinan dari stik es krim sama souvenir-sovenir gitu mbak kaya yang di pajang di depan itu. Nah dari kegiatan itu kan kita bisa merasa terhibur ya kak, mungkin bisa lupain masalah-masalah yang lagi dipikirin gitu ya. Jadi nggak stres banget gitu meratapi kesedihan di dalam penjara. Heheheheh.. Ya bersyukur ya sih aku jadi tamping mbak bantu-bantu kantor jadi bisa lebih enjoy gitu yaa anggep aja kaya orang kerja gitu lah mbak, ya intinya harus banyak bersyukur sih udah dikasih kesempatan ini.”¹⁰³

Pernyataan dari P:

“Iya mbak ada kegiatan tapi ya tetep paling banyak kegiatan di hari jum’at ya istighosah, BTA, hafalan surat- surat pendek, senam. Aku paling seneng senam mbak seru apa lagi to mbak instruktur e lincah, *wih soyo seneng aku mbak.*”¹⁰⁴

Pernyataan dari F:

“Iya kak banyak kegiatan, aku malah seneng kak malah aku bisa terhibur dengan kegiatan yang ada gitu kak jadi aku nggak sedih-sedihan terus. Aku sih paling suka itu kak kegiatan kerohanian kayak istighosah itu kak misalnya. Jadi, pas waktu do’a rasanya kaya bener-bener bisa untkapin semua apa masalahku, minta petunjuk

¹⁰²Hasil Wawancara dengan A pada tanggal 27 Oktober 2021

¹⁰³ Hasil Wawancara dengan IB pada tanggal 29 Oktober 2021

¹⁰⁴ Hasil Wawancara dengan P pada tanggal 13 Oktober 2021

sama Allah, bener-bener minta maaf sama Allah SWT bertobat, yang aku pikirkan ya cuma anakku sama sumaiiku yang selalu kasih support aku, selalau kasih perhatian sama aku. Kalau toh pas ngak ada kegiatan aku ya banyakin salat kak, puasa juga. Intinya disini banyakin ibadah sama kegiatan yang bermanfaat kak biar pikiran tenang.”¹⁰⁵

Dan pernyataan dari LF:

“Kene ki okeh kegiatane mbak koyo istighosah, ceramah, senam, kadang yo enek latihan rebana mbak, pembinaan keterampilan koyo ulur-uluran buah, pokok e bidang nanem-nanem ngono mbak, trus ngawe kerjainan tangan misale koyo sek iso nyongket konco-koncone di warahi ngge kegiatan ben gak sepaneng di kurung neng kamar wae mbak, kan soale nek gak enek kegiatan yo panggah wae enek kamar ra entok metu-metu. Kecuali tamping lho ya.. iku wes enek tanggung jawab e dewe-dewe.”¹⁰⁶

Cara serupa juga diungkapkan oleh bapak Sucipto dalam mengatasi hal tersebut:

“Selain itu, dalam membina narapidana petugas pastinya memiliki strategi yang berbeda-beda dalam menghadapi karakter yang berbeda dari masing-masing narapidana. Nah, cara pembinaannya pertama kita ajak ngobrol waktu didalam blok tidak langsung semuanya kita ajak ngobrol tapi bisa dilakukan secara empat mata atau bergerombol beberapa orang itu bisa mereka curhat dapat menyampaikan keluhannya terus ee.. dari petugas itu memberikan arahan-arahan yang terbaik disini itu begini dan ee.. mungkin dari temen-temen itu kan punya teori masing-masing untuk mengarahkan yang bersangkutan supaya bisa menerima kenyataan itu seperti apa, selain pembinaan keterampilan dan rohani lho ya. Jadi sambil menjalankan tugas, sambil jaga itu temen-temen petugas itu memberikan wawasan-wawasan kepada yang bersangkutan di dalam itu ndak jenuh gitu aja.”¹⁰⁷

Dari hasil wawancara dan observasi diatas yang telah di jelaskan dan juga diperkuat adanya pernyataan beberapa narapidana perempuan juga dapat memperkuat penjelasan petugas terkait usaha yang dilakukan petugas selama mengatasi stres pada narapidana perempuan baik dengan cara masing-masing petugas ataupun dengan berbagai kegiatan

¹⁰⁵ Hasil Wawancara dengan F pada tanggal 13 Oktober 2021

¹⁰⁶ Hasil Wawancara dengan LF pada tanggal 27 Oktober 2021

¹⁰⁷ Hasil Wawancara dengan bapak Sucipto pada tanggal 30 November 2021

pembinaan dan pendampingan yang ada di Rumah Tahanan Ponorogo secara umum. Sehingga dalam penanganan stres ini memang ada tindak lanjut dari petugas dan benar-benar diperhatikan melalui berbagai kegiatan yang bersifat membangun, memotivasi, menuntun dan memberi suatu arahan secara bertahap yang bertujuan membangkitkan narapidana dari keterpurukan, kebosanan dan berbagai masalah yang dapat memicu stres.

3. Hasil dari usaha petugas dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorogo

Dari berbagai usaha yang telah dilakukan oleh petugas untuk mengatasi stres pada narapidana perempuan di Rumah Tahanan Ponorogo juga memperoleh hasil yang baik. Dalam hal ini pun juga tidak serta merta dapat berhasil 100% dapat memperbaiki seluruh narapidana perempuan baik dalam bentuk perilaku maupun jiwa spiritualitas mereka (narapidana). Akan tetapi dalam usaha yang telah dilakukan juga terbilang meningkat terkait perbaikan narapidana perempuan yang dapat menjadi pribadi yang lebih baik setelah mendapatkan berbagai pembinaan, pendampingan, arahan dan suntikan siraman rohani yang cukup membantu membuka pintu hatinya untuk dapat menjadi pribadi yang lebih baik.

Menurut pernyataan bapak Sucipto hasil dari berbagai usaha yang dilakukan petugas dalam menangani permasalahan narapidana yang dapat memicu stres diantaranya:

“Jadi, hasil yang diperoleh dari berbagai pendekatan dan usaha pegawai dalam mengatasinya itu ya hasilnya narapidana dapat menyadari bahwa perbuatan, permasalahan yang membuatnya masuk di sini ini karena sudah suatu takdirnya dan ee.. pihak dari keluarga yang bersangkutan juga suda bisa menerima tentang hal tersebut dan setelah pulang yang bersangkutan itu eee.. jadi yo tidak disebut nggak dibiarkan begitu atau bukan keluarganya itu nggak tapi ya diterima dengan baik dan didamping agar hal tersebut bisa dihindari. Itu yang berhasil lho ya, dan yang bersangkutan ee.. setelah keluar itu masih ada komunikasi dengan petugas ‘Pak saya

sekarang sudah bekerja seperti ini, Pak saya masih mencari pekerjaan' seperti itu. Ini pengamatan saya, khususnya kemarin yang B baru keluar dia tetep berkomunikasi dengan pegawai sini begini-begitu. Dan yang bersangkutan selama di dalam rutan itu ee.. kalau berhasil itu sangat membantu petugas sini meskipun kerjaan apa saja jadi sangat membantu. Dia tanpa disuruh dia sudah mengerti saya harus membentuk kebersihan dan seperti ini seperti ini dengan catatan ya harus dengan proses PTPP tadi. Tapi di dalam pun sebelum di TPP dia sudah melaksanakan pekerjaannya yang ada didalam. Kalau yang didalam itu tidak perlu di TPP, yang perlu di TPP itu yang keluar masuk, terus yang bekerja di area kantor sini, dan bagian kebersihan pun juga melalui TPP. Seperti itu kesadaran-kesadaran setelah diberikan pengarahan-pengarahan dari petugas, seperti itu. Pengamatan saya seperti itu. Mau membantu petugas yang ada disini meskipun itu kebersihan.”¹⁰⁸

Usaha yang telah dilakukan ini membuahkan hasil yang positif, yang berpotensi membawa perubahan. Perubahan yang dimaksudkan disini diantaranya perubahan perilaku, jiwa spiritual yang baik, komunikasi yang baik dan hubungan sosial yang jauh lebih baik dari sebelumnya. Hasil dari upaya yang dilakukan petugas dalam mengatasi stres narapidana perempuan secara rinci dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. Narapidana mampu menyadari bahwa perbuatan/permasalahan yang membuatnya masuk kedalam rutan adalah karena takdir yang sudah digariskan. Karena kesadaran itu lah narapidana lebih memperbanyak ibadah dan berdo'a agar diberi ketenangan, kemudahan dan ampunan atas segala kehilafan yang telah dilakukannya. Seperti apa yang dinyatakan oleh P dan F:

Pernyataan P:

“Disini aku fokus *ngibadah* mbak, salat, *poso* Senin Kamis. *Wes kapok-kapok tenan aku, tak olehi tirakat poso Senen Kemis, salat ra tau bolong, wes njaluk tulung nyang Gusti Allah ben diwei ati sek tenang, diapuro doso-dosoku. Wes intine nerimo wae lah mbak ben ngak marai stres, dinikmati wae. Hehe.*”¹⁰⁹

¹⁰⁸ Hasil Wawancara dengan bapak Sucipto pada tanggal 30 November 2021

¹⁰⁹ Hasil Wawancara dengan P pada tanggal 13 Oktober 2021

Pernyataan F:

“Ya initinya itu berserah aja sama yang diatas lah kak, mau diratapi pun juga nggak bakal ngerubah ketentuan-Nya juga kan kak. Disini perbanya do’a salat rutin, minta ampunan, sama diberikan kesehatan udah itu aja kak. Kan kalau misalnya aku disini sakit kasian suamiku sama anakku pasti juga kepikiran. Jadi aku disini jangan sampai sakit biar nggak nambahin beban suamiku sama keluargaku.”¹¹⁰

- b. Memiliki keterampilan dalam bidang kreatifitas yang dapat dipraktikkan juga setelah keluar dari rutan. Dimana di dalam rutan juga ada yang namanya pembinaan kretifitas dan pengembangan skill.

Sesuai dengan yang dinyatakan oleh bapak Bima:

“Yang sebelumnya belum bisa njahit, nyulam begitu, setelah mengikuti pembinaan di sini mereka jadi bisa dan mengaplikasikan kretivitasnya dalam kerajinan yang mereka buat, dimana keterampilan itu dibawa oleh salah seorang narapidana yang setelah bisa karab maka dalam waktu luangnya bisa saling membantu, ibarate ngajari konco-koncone agar memiliki kemampuan dalam berkretivitas. Jadi, salah satu pembinaan kita yang membuahkan hasil itu ya ini membuat prakarya dan hasilnya pun bisa di jual juga itu di etalase depan juga ada hasil dari kreativitas mereka. Bahkan juga pegawai yang di sini juga dikasih hasilnya dari salah satu narapidana di sini dulu itu namanya ibu S kalau nggak salah, kalau saya dulu itu dikasih kopyah dari hasil mereka nyulam, terus ada dulu yang bikin bantal dari dakron, sampai dulu juga pernah diibeli wakil bupati waktu kunjungan kesini. Dan peralatan dan bahan pun sebagian juga di fasilitasi dari sini.”¹¹¹

- c. Narapidana perempuan lebih bisa bersikap tenang dalam menghadapi perjalanan hidupnya dalam menjalani ujian yang sedang dialaminya, yang bermula selalu dirundung kesedihan, diselimuti rasa kecewa dan penyesalan yang memicu stres, emosi

¹¹⁰ Hasil Wawancara dengan F pada tanggal 13 Oktober 2021

¹¹¹ Hasil Wawancara dengan bapak Bima pada tanggal 26 Januari 2022

ketika ada hal tidak sesuai karena adanya hal yang tidak dikehendaki menghampirinya berubah menjadi sosok yang paham bahwa di dalam lingkungan ini berasal dari latar belakang yang berbeda, kepribadian yang berbeda-beda, dan cara pandang yang berbeda sehingga karena adanya perbedaan itu narapidana lebih bisa menempatkan diri sesuai dengan lingkungan dan lebih bisa menjaga diri dari pengaruh-pengaruh yang mungkin akan membawanya pada hal buruk.

Dari penjelasan di atas sesuai dengan pernyataan dari bapak Sucipto:

“Ya memang setelah adanya pembinaan perubahan itu pasti ada walau perubahan itu tidak secara menyeluruh, jadi ada beberapa yang bisa berubah menjadi pribadi yang lebih baik dan ada juga yang belum terlihat perubahannya, kan di rutan ini kepribadian dari masing-masing WBP berbeda ya mbak hehehe, ada yang mungkin mudah menerima arahan dan ada juga yang sulit menerima jadi ya pelan-pelan dan bertahap dalam mendampingi mereka.”¹¹²

Senada dengan pernyataan bapak Sri Purwo Widodo:

”Mereka sekarang sudah banyak perubahan mbak walaupun tidak secara menyeluruh tapi sudah ada lah perkembangannya, dibandingkan dulu mbak, wes mestine kepikiran lingkungan yang banyak pertauran dan banyak pembatasan juga, belum juga kalau yang punya anak juga kepikiran keluarga di rumah. Jadi disini sudah bisa menjalani dengan ikhlas, sudah seperti keluarga sendiri, harapannya keluar nanti bisa membawa hal-hal baik yang didapat selama disini dan bisa diterapkan di luar nantinya dan juga membuang, meninggalkan kebiasaan buruknya yang lalu.”¹¹³

- d. Tumbuhnya rasa toleransi yang baik antar sesama dan terjalannya komunikasi yang baik, baik ketika masih berada di dalam lingkungan rutan maupun sudah keluar dari rutan. Sehingga dari

¹¹² Hasil Wawancara dengan bapak Sucipto pada tanggal 30 November 2021

¹¹³ Hasil Wawancara dengan bapak Sri Purwo Widodo pada tanggal 30 November 2021

sinilah terjaga silaturahmi antara mantan WBP Rumah Tahanan Ponorogo dengan para petugas.

Sesuai dengan pernyataan bapak Sri Purwo Widodo:

“Narapidana perempuan lebih bisa menempatkan diri di lingkungan, banyak sekali perubahan baik tingkah laku dan adab. Juga tidak sedikit mereka masih menjaga komunikasi dengan petugas sini ketika sudah keluar, bertukar informasi, menanyakan kabar, ada juga yang memberi kabar ‘pak Alhamdulillah saya sudah bekerja di sini’. Dari berbagai informasi itu kan kita sebagai petugas merasa senang bahwa mereka setelah menjalani masa pembinaan benar-benar membawa perubahan yang positif untuk masa depannya.”¹¹⁴

- e. Narapidana lebih fokus pada perbaikan perilaku dan memperdalam pengetahuan spiritualnya, sehingga dalam menjalani kehidupannya dalam proses perbaikannya lebih terarah. Hal ini terlihat dari adanya perubahan kebiasaan yang berawal dari perilaku yang didamping rasa amarah, ketidak bahagiaan, kebosanan dan kadang juga diselingi dengan perselisihan akan tetapi setelah memahami akan ilmu agama, akan kesalahan, proses pembenahan diri melalui berbagai pembinaan yang ada narapidana banyak juga yang rutin melaksanakan puasa sunnah Senin dan Kamis semata-mata untuk menghindarkan dari tindakan yang tidak diinginkan, meredam emosi, untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dan pastinya dapat mencegah pada hal yang mungkar. Penjelasan tersebut sesuai dengan pernyataan bapak Sucipto:

“Bahkan mbak, banyak juga yang berangkutan rutin menjalankan puasa sunnah Senin Kamis, ya Alhamdulillah ya mbak yang namanya perubahan menjadi yang lebih baik itu pasti harus melewati proses.”¹¹⁵

¹¹⁴ Hasil Wawancara dengan bapak Sri Purwo Widodo pada tanggal 30 November 2021

¹¹⁵ Hasil Wawancara dengan bapak Sucipto pada tanggal 30 November 2021

Ibu Titis juga menjelaskan ada banyak perubahan yang dialami narapidana setelah mengikut berbagai pembinaan dan pendampingan di rutan ini, diantaranya:

“Dengan adanya perbuahan yang dialami narapidana ini sangat bagus sekali, yang awalnya dia nggak ngenal agama istilahnya gitu sholat yo sholat tapi yo bolong-bolong, dengan dia mengenal pembinaan yang petugas lakukan juga sudah bisa dilihat banyak manfaatnya bagi mereka dan perubahan ibadah e pun juga rajin, baca Al-Qur’an ne yo iso. Ya Alhamdulillah sekali banyak perkembangan yang terjadi.”¹¹⁶

Pernyataan petugas pun juga diperkuat dengan keterangan salah satu narapidana perempuan yaitu P yang membenarkan pernyataannya:

“Iya mbak, semenjak disini aku Alhamdulillah rajin lho mbak salat e, terus juga puasa Senin Kamis juga mbak, nek jarene koncoku tirakat, ben di wei kelancaran kabeh hajate. Disini aku juga nggak sendirian lho mbak Alhamdulillah juga temen-temen banyak yang ibadah e makin sip mbak.. wes intine enek kene ki diniati mondok mbesok nek metu wes dadi wong apik sopo ngerti dadi ustadzah ya mbak koyo sek ngendiko Dosen e sampean kae. Hehehe.”¹¹⁷

- f. Lebih bisa mengontrol emosi dan bisa berfikir akibat dari tindakan ketika dia melakukan sesuatu yang disebabkan karna emosi sesaat. Karena pemikiran yang seperti inilah narapidana bisa bergerak lebih maju meminimalisir adanya pertengkaran antar napi atau pun tekanan batin.

Menurut keterangan dari ibu Safiera:

“WBP (Warga Binaan Pemasyarakatan) disini alhamdulillah sudah ada perkembangan bergerak lebih maju, yang awalnya itu wes setiap hari pasti rame mbak ada cek-cok sama teman kamarnya atau apa aja lah yang bisa memicu pertengkaran itu pasti ada namanya juga perempuan kadang berbeda pendapat wes marai rame paham dewe to mbak. Hehehe, tapi setelah berjalannya waktu mereka paham kalau hal seperti

¹¹⁶ Hasil Wawancara dengan ibu Titis pada tanggal 26 Januari 2022

¹¹⁷ Hasil Wawancara dengan P pada tanggal 13 Oktober 2021

itu tidak ada gunanya malah memperbanyak musuh. Mereka itu juga rajin-rajin puasa Senin Kamis, makin kesini mereka malah makin bisa memahami karakter temen-temen e. nek misal nggak sesuai karo opo sek di karepne ya luweh apik meneng, gitu. Jadi beberapa narapidana yang begitu.”¹¹⁸

Diperkuat juga dengan beberapa pernyataan narapidana perempuan IB:

“Kalau saya sih perbanyak do’a aja ya mbak sama beribadah sama Tuhan, karena kalau kita makin deket sama Tuhan itu hati rasanya tenang gitu mbak, walau banyak juga yang nggak suka sma aku, ada yang ngomongin aku, ya udahlah mau gimana lagi toh juga kita nggak bisa memaksakan mereka buat berfikir baik tentang kita gitu kan, kalau ibarat kata mereka nyinyirin kita kalau kita bales pakek emosi lah bakalan jadi perang, nambah masalah lagi. Disini aku niatnya wes bener-bener tobat, kapok mbak, intinya sih banyak aktivitas yang bermanfaat nggak usah mikir aneh-aneh, fokus sama diri sendiri biar jadi orang yang lebih baik lagi dan tetep ingat Tuhan yang selalu melindungi kita.”¹¹⁹

Keterangan dari FL:

*“Tak okehi solat, ngaji, posoku tak kuati ben ati ayem, tentrem mbak wes nglakoni kesalahan pisan kuwi tok wae mbak. Gusti Allah yo bakal e ngerti, aku ki mbak nek halangan ngono nyang ati ora tenang dadi wes kemrungsung pengen ndang rampung terus gek nyedakne nyang Gusti Allah ben tenang. Wes ora arep neko-neko enek kenek mbak wes dadi wong apik jebul e luwe penak ora kokean pikiran sek neko-neko.”*¹²⁰

- g. Narapidana perempuan lebih bisa mamahami keadaan yang mana keadaan yang sedang dihadapi akan berdampak kepada dirinya akan menjadi pengaruh baik pada kesehatannya ketika seseorang mampu berfikiran positif dan menjauhi pikiran yang negatif, yang mana pikirian negatif akan memperburuk keadaan dan kesehatannya.

Sesuai dengan penjelasan dari bapak Sucipto yang menyatakan:

¹¹⁸ Hasil Wawancara dengan ibu Safiera pada tanggal 30 November 2021

¹¹⁹ Hasil Wawancara dengan IB pada tanggal 29 2021

¹²⁰ Hasil Wawancara dengan F pada tanggal 13 Oktober 2021

“Setelah mengenali lingkungan, sudah menerima keadaan yang ada dan juga adanya pendampingan dari petugas yang bersangkutan mulai lebih enjoy ya mbak, mulai bisa berfikir yang lebih baik, terlebih bagi WBP yang diberi kepercayaan menjadi tamping pun juga terlihat menikmati kegiatannya. Ya harapannya kegiatan yang diberikan di sini, berbagai pembinaan yang diberikan dapat memberikan perubahan yang baik bagi yang bersangkutan jadi keluar dari sini itu bisa bangkit lagi dan bisa menata kehidupan yang lebih baik lagi.”¹²¹

Hal tersebut juga diperkuat dengan pernyataan salah satu WBP yaitu A yang mengungkapkan hal sebagai berikut:

“sebelumnya kan aku ya lumayan stres sih kak, wong disini juga banyak pertauran, nggak boleh pegang HP, sehari-harinya kalau nggak ada kegiatan ya di kamar terus gimana nggak stres coba kak yakan. Tapi ya makin kesini setelah ikut pembinaan, kadang juga curhat juga sama salah satu petugas, dapat nasehat, arahan juga kan kak jadi ya lebih tenang, lebih bisa menerima keadaan pastinya kak. *Yo intinya dijalani yang ada dulu kak dan mbesok nek aku udah keluar ya harus bisa jadi yang lebih baik, soale aku wes kapok kak dikurung ndek sini.*”¹²²

Selain hasil yang telah dijelaskan diatas, bapak Sri Purwo Widodo juga menyatakan hasil dari usaha petugas dalam mengatasi stres yang disebabkan oleh lingkungan dan faktor lain, diantaranya:

“Yang tadinya tidak bisa baca Al-Qur’an menjadi bisa membaca Al-Qur’an, yang tadinya nggak baca Qur’an sama sekali akhirnya bisa khatam Qur’an, ngaji, sholat, yang salatnya bolong-bolong insyaallah salatnya udah lengkap, ibadah menjadi lebih rajin dan tertib, yang tadinya nggak bisa nyongket-nyongket sekarang jadi bisa juga, ya banyak lah mbak hasil dari berbagai usaha petugas dalam mengatasi masalah yang narapidana alami.”¹²³

Dari berbagai hasil wawancara dan hasil observasi yang telah dipaparkan di atas dapat disimpulkan bahwa hasil yang baik pun juga dapat dicapai oleh petugas dengan segala usahanya dalam melakukan

¹²¹ Hasil Wawancara dengan bapak Sucipto pada tanggal 30 November 2021

¹²² Hasil Wawancara dengan A pada tanggal 27 Oktober 2021

¹²³ Hasil Wawancara dengan bapak Sri Purwo Widodo pada tanggal 30 November 2021

pembinaan, pendampingan terhadap WBP yang sedang menjalani masa pembinaan di RUTAN Kelas IIB Ponorogo, yang mana perubahan tersebut sudah sangat baik dan mengalami perkembangan walaupun belum menyeluruh. Dengan berbagai kegiatan tersebut diatas sangat membantu narapidana dalam mengatasi berbagai gangguan yang dialaminya.



BAB IV

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara, observasi dan berbagai data yang diperoleh penulis yang telah dipaparkan di bab III, maka selanjutnya pada bab IV ini penulis akan menganalisis data-data yang telah terkumpul yang diperoleh dari penelitian yang dilakukan penulis dalam bentuk analisis deskriptif. Dalam menganalisis data-data ini penulis menjelaskan dari hasil wawancara penelitian dengan beberap informan, yang mana informan tersebut adalah petugas di Rumah Tahanan Kelas IIB Ponorogo. Wawancara tersebut membahas tentang upaya petugas lembaga pemasyarakatan dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan di Rumah Tahanan Kelas IIB Ponorogo.

1. Kondisi psikologi narapidana perempuan di Rumah Tahanan Kelas IIB Ponorogo.

Kondisi psikologi adalah suatu keadaan mental yang disampaikan melalui tingkahlaku individu itu sendiri yang tidak dapat dilepaskan dari pengaruh lingkungannya. Dari penelitian ini pun juga terjadi adanya suatu keadaan mental yang terganggu yang dialami oleh narapidana perempuan di Rumah Tahanan Kelas IIB Ponorogo, yang mana keadaan tersebut tidak lain juga dipengaruhi oleh keadaan lingkungan yang baru mereka temui yang jauh dari kata bebas, sehingga karena keadaan yang berubah drastis itulah yang dapat memicu adanya suatu perubahan keadaan psikologis narapidana perempuan di Rumah Tahanan Kelas IIB Ponorogo.

Kondisi narapidana perempuan di Rumah Tahanan Kelas IIB Ponorogo yaitu merasa tertekan, takut dan cemas ketika baru masuk di lingkungan rutan dan baru menjadi warga binaan pemasyarakatan, hal ini disebabkan karena adanya perubahan situasi dan kondisi lingkungan yang mana dengan kondisi lingkungan baru yang ruang geraknya terbatas serta adanya penerapan perturan baru yang belum pernah ditemuinya di luar lingkungan rutan maka

mengharuskan mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan rutan dan orang-orang baru yang berada di rutan. Karena hal tersebut, bagi mereka yang sulit menerima perubahan, peraturan dan sulit beradaptasi akan mengalami suatu kesulitan dalam bersosialisasi dan berinteraksi dengan orang-orang sekitarnya sehingga narapidana akan lebih banyak melamun dan berdiam diri. Narapidananya yang merasa tertekan, takut dan cemas akan keadaannya dilingkungan baru akan sangat sensitif sehingga mudah marah ketika ada suatu hal yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan maka akan dianggap mengganggu dirinya yang akan memicu percek-cokan atau hingga perkelahian antar narapidana perempuan, maka untuk menghindari hal tersebut, petugas juga memberikan berbagai kegiatan yang terjadwal, kegiatan tersebut diberikan karena bersifat membangun dan memberikan suatu wawasan yang luas dan memberikan pemahaman yang positif bagi narapidana.

Stres adalah suatu tekanan internal maupun eksternal serta kondisi permasalahan lainnya yang terjadi dalam kehidupan. Stres juga merupakan suatu keadaan tertekan baik itu secara fisik maupun psikologi.¹²⁴

Gejala-gejala stres yang dialami narapidana perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorogo ini dapat dilihat dari beberapa aspek, diantaranya:¹²⁵

- a. Gejala fisiologis, gejala ini ditandai dengan meningkatnya tekanan darah, detak nadi, detak jantung dan sistem pernafasan.
- b. Gejala kognitif, ditanyai dengan terlihatnya dari proses kognitif individu yang terganggu, seperti menurunnya daya konsentrasi, pikiran menjadi kacau dan pikiran yang tidak wajar.
- c. Gejala emosi, gejala ini menyangkut emosi yang sedang dialami individu seperti rasa takut, malu, cemas dan marah.
- d. Gejala tingkah laku, yang mana gejala tingkah laku ini dapat dibedakan menjadi dan *flight* yaitu menghindari situasi yang menekan dan *fight* yaitu bertarung melawan situasi yang menekan.

¹²⁴ Ardi Ardani, Tristiadi, Tri Rahayu, Iin Scholihatun & Yulia; *Psikologi Klinis* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2007), 37.

¹²⁵ Shally E. Taylor, *Health Psychology 2 nd Edition*, (University Of California, Los Angles: Mc Graw-Hill, Inc, 1991), 253.

Dari hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan gejala stres yang sesuai dengan apa yang dialami oleh narapidana diantaranya seperti mudah marah, suka menyendiri, sedih dan terfikirkan akan masa depan yang gagal karena yang narapidana beranggapan bahwa setiap orang yang sudah masuk kedalam penjara maka beranggapan tidak memiliki masa depan yang baik. Hal ini sesuai dengan pernyataan Hartono yang mana menyebutkan bahwa gejala stres terlihat karena adanya keluhan psikis, seperti merasa bersalah, merasa putus asa, mudah marah suka menyendiri dan selalu tegang.¹²⁶

Secara umum seseorang yang mengalami stres pasti menunjukkan reaksi atau suatu tindakan tertentu. Maka gejala stres dapat berbentuk seperti reaksi psikologi terhadap stres yang dapat berbentuk kecemasan, respon yang paling umum terjadi pasca seseorang yang mengalami stres adalah kecemasan. Kita dapat mengartikan kecemasan adalah suatu kondisi emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan ketegangan, takut, khawatir dan prihatin yang dialami oleh semua manusia yang memiliki atau tingkat yang berbeda-beda.¹²⁷ Dimana narapidana perempuan ini ketika awal masuk belum bisa mengontrol keadaan psikologisnya dan terbawa akan rasa takut, tegang, sedih dan rasa terancam karena melihat lingkungan yang baru, karena didalam lingkungan rutan ini pasti ada suatu peraturan yang membatasi mereka, kondisi sosial yang berbeda sehingga karena hal itu narapidana baru beranggapan hal tersebut menjadi sebuah ancaman yang memicu terganggunya psikis mereka.

Dari jenis-jenis stres yang ada, jenis stres yang dialami oleh narapidana perempuan RUTAN Kelas IIB Ponorogo ini adalah distress internal atau bisa disebut tipe stres yang buruk. Distress internal ini merupakan tipe stres negatif yang timbul dari pengalaman buruk, ancaman, perubahan situasi yang tidak terduga yang menyebabkan terusiknya kenyamanan individu.¹²⁸ Pada dasarnya

¹²⁶Ardi Ardani, Tristiadi, Tri Rahayu, Iin Scholihatun & Yulia; *Psikologi Klinis* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2007), 30.

¹²⁷ Atjinson, dkk. *Pengantar Psikologi*. Cetakan Ketiga (Jakarta: Erlangga, 2009), 349-359.

¹²⁸ Ardi Ardani, Tristiadi, Tri Rahayu, Iin Scholihatun & Yulia; *Psikologi Klinis* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2007), 37.

tubuh yang menginginkan rasa aman apabila rasa tersebut terusik, maka tubuh pun akan mengalami distres.

Faktor-faktor yang menjadi penyebab stres menurut Luthan terdiri dari empat hal utama, diantaranya:¹²⁹

- a. *Exstra organizational stressor*, yang dipicu adanya suatu perubahan sosial atau teknologi, relokasi, keadaan perekonomian, keluarga, ras dan kelas keadaan tempat tinggal dan keadaan komunitas yang berbeda.
- b. *Organizational stressor*, pemicunya berasal dari kebijakan organisasi atas peraturan yang ada, struktur organisasi, keadaan fisik dalam organisasi, dan proses yang terjadi di dalam organisasi.
- c. *Group stressor*, berasal dari kurangnya dukungan sosial, konflik antar individu, interpersonal ataupun intergroup dan kurangnya kebersamaan dalam grup.
- d. *Individual stressor*, terjadinya konflik dan ketidakjelasan peran, disposisi individu, seperti rasa tak berdaya, efikas diri, kontrol personal yang tidak seimbang dan kurangnya daya tahan psikologis.

Dari hasil penelitian melalui wawancara dan observasi yang penulis lakukan, menghasilkan data bahwa faktor-faktor yang menjadi penyebab stres narapidana perempuan di RUTAN Kelas IIB Ponorogo adalah karna faktor lingkungan, keadaan komunitas yang baru, peraturan lingkungan yang sebelumnya belum pernah ditemui, keterbatasan bersosialisasi, dan kemampuan setiap individu yang tidak seimbang dalam menerima perubahan yang ada. Hal ini lah yang menjadi penyebab utama terjadinya stres pada narapidana.

Menurut keterangan dari petugas, keadaan ini dialami oleh mereka yang sebelumnya belum pernah masuk dilingkungan rutan sehingga cukup kaget, cemas, takut setelah ditetapkan menjadi narapidana dan akan menjalani masa hukuman di lingkungan rutan. Karena berbagai permasalahan tersebut, pihak

¹²⁹ Smet Bart, *Psikologi Kesehatan* (Jakarta: PT. Gramedia Widiasarna Indonesia, 1994), 123.

petugas juga sudah siap segala sesuatunya untuk membina, membimbing dan mendampingi mereka yang mengalami stres untuk bisa menjalani segala sesuatunya dengan baik dan dalam kondisi sehat.

2. Bentuk usaha yang dilakukan petugas lembaga pemasyarakatan dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan di RUTAN Kelas IIB Ponorogo.

Bentuk usaha dapat diartikan sebagai suatu tindakan yang menggunakan tenaga, pikiran dan skill untuk mencapai suatu tujuan yang ingin dicapai. Usaha juga bisa disebut dengan upaya, ikhtiar yang juga didampingi suatu cara atau strategi untuk mencapai suatu keinginan memecahkan suatu masalah dan mencari jalan keluarnya.¹³⁰

Rutan adalah salah satu tempat orang-orang ditahan secara sah oleh pihak yang berwenang, baik untuk kepentingan penyidik, penuntutan hingga pemeriksaan di pengadilan. Dalam sistem pemasyarakatan, rumah tahanan (rutan) juga merupakan tempat untuk orang-orang yang sedang menunggu proses persidangan pidana.¹³¹ Di Rumah Tahanan Klas IIB Ponorogo ini selain sebagai tempat menunggu proses persidangan pidana juga sebagai tempat melaksanakan pembinaan narapidana. Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam peraturan tentang pemasyarakatan Undang-Undang No. 12 Bab 1 Pasal 3 Tahun 1995 tentang pemasyarakatan ditegaskan bahwa sistem pemasyarakatan berfungsi menyiapkan narapidana agar dapat berinteraksi secara baik dan sehat dengan masyarakat sehingga dapat berperan kembali sebagai anggota masyarakat yang bebas dan bertanggung jawab.¹³²

Orang yang mengalami stres akan merasa hidupnya tidak tenang, gelap, banyak masalah dan tanpa mengetahui arah tujuannya. Dalam keadaan stres ini bentuk usaha yang dilakukan petugas lembaga pemasyarakatan dalam

¹³⁰ Departemen Pendidikan & Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), 1250.

¹³¹ Peraturan Pemerintah Nomor 27 Tahun 1983 tentang *Pelaksanaan Kitab Undang-Undang Hukum Acara Pidana*.

¹³² Abuddin Nata, *Akhlak Tasawuf* (Bandung: Pustaka, 1997), 55.

mengatasi stres pada narapidana perempuan di Rumah Tahanan Kelas IIB Ponorogo yaitu ada beberapa cara yang sesuai dengan penyebabnya, diantaranya:

Pertama, stres yang disebabkan karena lingkungan baru. Dalam permasalahan ini petugas mengikutkan seluruh narapidana baru di kegiatan pengenalan lingkungan atau yang sering disebut dengan penaling, dimana kegiatan ini dilakukan selama 7 sampai 14 hari, petugas mengenalkan kepada narapidana tentang lingkungan rutan, fungsi gedung, dan penyampaian peraturan yang ada.

Kedua, jika narapidana mengalami stres yang disebabkan karena sulit beradaptasi dan sulit bersosialisasi dengan warga rutan, yang memicu pada kecemasan, ketakutan, berdiam diri dan kebingungan dalam menempatkan diri di dalam lingkungan ini, maka petugas juga membuka ruang konsultasi bagi mereka yang ingin meminta solusi. Petugas juga berupaya memanggil yang bersangkutan dan melakukan pendekatan agar narapidana merasa nyaman dan bisa terbuka akan permasalahan yang sedang dihadapi, dengan demikian petugas bisa memberikan suatu arahan, motivasi, bimbingan dan pendampingan agar yang bersangkutan perlahan-lahan bisa memahami lingkungan barunya, keadaan teman-temannya sehingga mampu memuali untuk mencoba berbaur dengan teman-teman yang lain untuk bersosialisasi sebagaimana mestinya masyarakat yang hidup berdampingan.

Ketiga, stres yang disebabkan oleh rasa bosan, jenuh dan suntuk. Maka dari petugas memberikan pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan narapidana. Dalam pemberian tugas ini ada dua jenis, diantaranya; yang pertama ada narapidana pilihan yang dipilih melalui beberapa tahap yang dimana masuk di petugas tamping (tahanan pendamping) untuk diberi tanggung jawab untuk membentuk pekerjaan yang ada di rutan, seperti bagian kebersihan, bagian pelayanan dan bagian membantu petugas mengurus pekerjaan kantor yang mana tamping ini adalah narapidana pilihan yang memiliki kriteria telah menjalani masa hukuman separuh dari hukuman yang sudah ditetapkan, pasal yang menjerat tidak terlalu beresiko ketika ditugaskan

di luar ruangan, sudah dalam masa penilaian dimana selama proses perekrutan tamping petugas juga melihat karakter narapidana yang bisa dijadikan tamping, dan narapidana yang bertanggungjawab sebagai tamping ini juga diberikan imbalan atas pekerjaan yang yang diberikan oleh petugas sebagai tanggung jawabnya. Yang kedua adalah narapidana yang berkegiatan didalam lingkungan blok sesuai dengan kebutuhannya, akan tetapi ketika terjadi permasalahan di dalam blok petugas penjaga blok juga berkewajiban untuk melakukan pendampingan dan memberikan suatu nasehat kepada yang bersangkutan. Selain memberikan pekerjaan atau kegiatan rutin untuk menghilangkan rasa bosan petugas juga memfasilitasi televisi sehingga narapidana juga bisa mengikuti siaran media masa yang tidak dilarang oleh pihak rutan.

Keempat, stres yang disebabkan oleh faktor keluarga. Narapidana yang menjalani masa tahanan di rutan pasti akan jauh dengan keluarga, yang akan memicu rasa rindu dan sendih yang berkepanjangan. Dari hasil wawancara dengan salah satu narapidana pun membuktikan bahwa di dalam rutan selain karena faktor lingkungan, siklus pertemanan, kebosanan juga karna faktor keluarga juga yang dapat memicu stres hal ini cukup mengganggu aktivitasnya, terlebih ketika kegiatan rutin sedang tidak ada atau ada suatu hal yang ditemui yang dapat memicu mengingat keluarga di rumah itu juga cukup mengganggu psikisnya. Hal itu juga dinyatakan oleh bapak Bima selaku petugas di bagian pelayanan tahanan juga pernah memergoki narapidana menanggis ketika ditanya ternyata kangen dengan keluarganya. Untuk menghindari masalah tersebut petugas juga memfasilitasi wartel dan jam video call dengan keluarga di rumah, selain itu juga memberi waktu kunjungan bagi keluarga sehingga dengan cara ini diharapkan dapat mengobati rasa rindu narapidana terhadap keluarga sehingga dapat meminimalisir terjadinya stres.

Selain usaha yang dilakukan untuk mengatasi stres secara khusus yang telah dijelaskan diatas, petugas juga memberikan kegiatan rutin yang diberlakukan untuk seluruh narapidana, yang dimana kegiatan ini selain mencegah terjadinya stres berkepanjangan juga dapat menggerakkan hati narapidana untuk memulai menjalin komunikasi yang baik dengan teman-

teman yang lainnya agar terjalin hubungan kerja sama yang baik, dan diharapkan dapat memberikan motivasi yang membangun sekaligus dapat memperbaiki segala perilaku narapidana menjadi lebih baik lagi, seperti kegiatan pembinaan pengembangan kreativitas. Pada pembinaan petugas juga memfasilitasi alat dan bahan yang digunakan untuk membuat suatu kerajinan tangan, skill kreativitas yang dimiliki oleh salah satu narapidana bisa di share ke narapidana yang lain. Dalam proses membagi ilmu kerajinan inilah tercipta komunikasi antar narapidana dan karena kegiatan inilah narapidana satu dengan yang lain bisa hangat hubungannya karena adanya komunikasi yang baik dan saling membutuhkan satu sama lain.

Orang yang mengalami stres pasti akan beranggapan bahwa dunia itu sempit, segala masalah yang dihadapinya tidak ada jalan keluar, padahal segala permasalahan pasti ada jalan keluarnya. Islam juga telah menetapkan bahwa seseorang yang menghadapi kesusahan dan tekanan (stres) maka harus tenang, bersabar, dan selalu berhusnudzon kepada Allah SWT.¹³³ Maka untuk mengarahkan narapidana agar kembali kepada Tuhan kegiatan pembinaan keagamaan ini perlu dilakukan untuk memupuk jiwa spiritual narapidana agar paham akan hukum-hukum Islam agar dapat menyadarkan narapidana akan kesalahannya dan diharapkan dapat merubahnya menjadi sosok yang lebih baik. Kegiatan yang diajarkan dalam rutan diantaranya seperti mengaji, ceramah agama, pembimbingan BTA (Baca Tulis Al-Qur'an), sholat berjama'ah, istighosah, pelatihan rebana serta ibadah di ruangan khusus bagi yang beragama selain Islam.

Hal-hal yang telah dijelaskan diatas sesuai dengan pasal 14 ayat (1) tentang hak narapidana, diantaranya:¹³⁴

- a. Melakukan ibadah sesuai dengan agama dan kepercayaan masing-masing
- b. Mendapatkan perawatan, baik perawatan jasmani maupun rohani
- c. Mendapatkan pendidikan dan pengajaran
- d. Mendapatkan pelayanan kesehatan dan makanan yang layak

¹³³ Rizem Aizid, *Melawan Stres & Depresi*, (Yogyakarta: Saufa, 2015), 27.

¹³⁴ Undang-undang Republik Indonesia..., Pasal 14 Ayat 1

- e. Menyampaikan keluhan
- f. Mendapatkan bahan bacaan dan dapat mengikuti siaran media masa yang tidak dilarang
- g. Mendapatkan imbalan/upah atau premi atas pekerjaan yang telah dilakukan
- h. Menerima kunjungan keluarga, penasehat hukum ataupun orang tertentu
- i. Mendapatkan asimilasi, termasuk cuti untuk mengunjungi keluarga
- j. Mendapatkan kebebasan bermasyarakat
- k. Mendapatkan remisi (pengurangan masa pidana)
- l. Mendapatkan cuti menjelang bebas
- m. Mendapatkan hak-hak lain yang sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang masih berlaku.

Maka dari penjelasan yang telah dipaparkan diatas bentuk usaha yang dilakukan petugas lembaga pemasyarakatan dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorogo sudah sesuai dengan pasal 14 ayat 1 tentang hak narapidana.

3. Hasil dari usaha petugas dalam mengatasi stres narapidana perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorogo.

Dari berbagai pembinaan dan usaha yang dilakukan petugas dalam mengatasi stres narapidana perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorog diantaranya:

Pertama, dari adanya pembinaan dan jalinan komunikasi yang baik antara petugas dan narapidana dapat memupuk rasa kesalingan dalam berinteraksi dan bertukar pikiran untuk memberikan ketenangan sehingga narapidana mulai merasa nyaman dengan berbagai pelayanan yang ada dan mulai memahami akan perbedaan yang ada, tumbuhnya rasa toleransi yang baik antar sesama dan terjalinnya komunikasi yang baik ini selalu dibawa narapidana baik ketika masih berada di dalam lingkungan rutan maupun sudah keluar dari rutan. Sehingga dari sinilah terjaga silaturahmi antara mantan WBP Rumah Tahanan Ponorogo dengan para petugas.

Kedua, narapidana mampu menyadari bahwa perbuatannya dulu yang membuatnya masuk kedalam rutan adalah suatu bentuk kekhilafan dan menganggap hal tersebut adalah suatu takdir yang sudah digariskan. Karena kesadaran itulah narapidana lebih memperbanya ibadah dan berdo'a agar diberi ketenangan, kemudahan dan ampunan atas segala kekhilafan yang telah dilakukannya.

Ketiga, karena berbagai kegiatan keterampilan yang dijalani rutan, narapidana jadi memiliki keterampilan dalam bidang kreatifitas yang mana skill tersebut dapat dipraktikkan juga setelah keluar dari rutan dan bisa dijadikan sebuah bisnis yang bisa dikembangkan.

Keempat, narapidana perempuan lebih bisa bersikap tenang dalam menghadapi perjalanan hidupnya dalam menjalani ujian yang sedang dialaminya, yang bermula selalu dirundung kesedihan, diselimuti rasa kecewa dan penyesalan yang memicu stres dan emosi. Ketika ada hal tidak sesuai karena adanya hal yang tidak dikehendaki menghampirinya berubah menjadi sosok yang paham bahwa di dalam lingkungan ini berasal dari latar belakang yang berbeda, kepribadian yang berbeda-beda, dan cara pandang yang berbeda sehingga karena adanya perbedaan itu narapidana lebih bisa menempatkan diri sesuai dengan lingkungan dan lebih bisa menjaga diri dari pengaruh-pengaruh yang mungkin akan membawanya pada hal buruk.

Kelima, narapidana lebih fokus pada perbaikan perilaku dan memperdalam pengetahuan spiritualnya, sehingga dalam menjalani kehidupannya dalam proses perbaikannya lebih terarah. Hal ini terlihat dari adanya perubahan kebiasaan yang berawal dari perilaku yang didamping dengan rasa amarah, ketidakbahagiaan, kebosanan dan kadang juga diselingi dengan perselisihan akan tetapi setelah memahami akan ilmu agama, akan kesalahan, proses pembenahan diri melalui berbagai pembinaan yang ada narapidana banyak juga yang rutin melaksanakan puasa sunnah Senin dan Kamis semata-mata untuk menghindarkan dari tindakan yang tidak diinginkan,

meredam emosi, untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dan pastinya dapat mencegah pada hal yang mungkar.

Keenam, narapidana lebih bisa mengontrol emosi dan bisa berfikir akibat dari tindakan ketika dia melakukan sesuatu yang disebabkan karna emosi sesaat. Karena pemikiran yang seperti inilah narapidana bisa bergerak lebih maju meminimalisir adanya pertengkaran antar napi atau pun tekanan batin.

Ketujuh, narapidana perempuan lebih bisa mamahami keadaan, yaitu keadaan mana yang dapat berpengaruh baik kepada kesehatannya atau malah dapat berpengaruh buruk pada kesehatannya, karena ketika seseorang mampu berfikiran positif maka akan dapat berfikir jernih sebelum mengambil keputusan.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Kondisi psikologi narapidana perempuan di RUTAN Kelas IIB Ponorogo adalah merasa tertekan, timbul rasa kecemasan, tegang, takut, sedih, sulit bersosialisasi sehingga banyak berdiam diri dan terpuruk akan perubahan yang dialaminya sehingga memicu terjadinya stres.
2. Bentuk usaha yang dilakukan oleh petugas dalam mengatasi stres narapidana perempuan yaitu dengan mengikutkan narapidana di kegiatan pengenalan lingkungan selama 7 sampai 14 hari, memberikan pekerjaan yang sesuai dengan kemampuannya dan memberikan suatu imbalan, memberikan kegiatan yang dapat menambah kemampuan kreativitasnya, memberikan fasilitas untuk berkomunikasi dengan keluarga, kegiatan kebugaran jasmani, memberi pengarahan agar selalu mendekatkan diri kepada Tuhan melalui pendampingan secara individu maupun dengan cara memberikan berbagai kegiatan keagamaan, begitu juga dengan narapidana yang non-Islam juga diberikan waktu yang sama untuk menjalankan ibadahnya di tempat yang sudah disediakan. Dari berbagai bentuk usaha yang dilakukan petugas ini sudah sesuai dengan pemenuhan hak yang dimiliki narapidana selama berada di lingkungan rutan.
3. Hasil dari usaha petugas diantaranya dapat menumbuhkan rasa toleransi yang tinggi, terjalin hubungan yang baik antara petugas dengan narapidana, dapat menerima dengan ikhlas keadaan yang ada dan mengakui kesalahan yang telah dilakukannya tanpa adanya pertentangan batin, memiliki keterampilan tambahan yang dapat dikembangkan, fokus dalam memperbaiki diri dan memperbaiki ibadahnya, lebih bisa mengontrol emosi dan bisa berfikir akibat dari tindakannya ketika dia hendak melakukan sesuatu yang disebabkan

karena emosi sesaat.

B. Saran

Berdasarkan hasil peneitian yang telah dipaparkan diatas terkait upaya petugas lembaga pemasyarakatan dalam mengatasi stres pada narapidana perempuan di Rutan Kelas IIB Ponorogo, maka ada beberapa saran dari penulis terkait hal tersebut yang kiranya dapat dijadikan bahan pertimbangan dan masukan untuk pihak-pihak terkait, diantaranya:

1. Untuk meminimalisir terganggunya keadaan psikologis narapidana, ketika baru memasuki lingkungan rutan bisa diberikan suatu penyuluhan yang bertujuan untuk memberikan ketenangan narapidana dan narapidana bisa terhidar dari gangguan yang meimicu stres.
2. Dari usaha yang telah diberikan oleh petugas sudah cukup baik, alangkah lebih baiknya lagi dalam hal ini petugas bisa menambahkan kegiatan menonton filem atau video motivasi selain untuk mencegah kebosanan juga dapat memberikan semangat narapidana dalam menghadapi berbagai hal yang di anggap dapat mengganggu keadaan psikologisnya.
3. Kegiatan konseling dan penyuluhan hendaknya dijadwalkan setiap minggunya untuk dapat memberikan ketenangan jiwa narapidana selama berada di lingkungan rutan.



DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Rulam. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2016.
- Aizid, Rizem. *Melawan Stres & Depresi*. Yogyakarta: Saufa, 2015.
- Ardani, Ardi, dkk. *Psikologi Klinis*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2007.
- Atkinson, dkk. *Pengantar Psikologi*. Cetakan krtiga. Jakarta: Erlangga, 2009.
- Athar, S. *Bagaimana Jika Stress Menyerang*. Solo: Ramadhani, 1991.
- Azwar, Saifuddin. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009.
- Bambang Waluyo. *Pidana dan Pemindaan*. Jakarta: Sinar Grafika, 2000.
- Bart, Smet. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarna Indonesia, 1994.
- Basrowi dan Juariyah. 2010.
- Cardwell, M. *The Complete A-Z Psychology Handbook*. London: Hodder & Stoughton, 1996.
- Dahlan, M.Y. al-Barry. *Kamus Induk Istilah Ilmiah Seri Intelectual*. Surabaya: Target Press, 2003.
- Departemen Pendidikan & Kebudayaan. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 2002.
- Dewi dan Wawan. *Teori & Pengukuran Pengetahuan Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2010.
- Departemen Kehakiman RI, *Himpunan Peraturan Perundang -undangan Tentang Kemasyarakatan*. Jakarta: Depkeh RI, 1999.
- El-Khos ht, Mohamed Osman. *Fiqh Wanita dari Klasik sampai Moderen*. Solo: Tinta Medina, 2015. Cet III.
- Hadi, Sutrisno. *Metodologi Research I*. Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM, 1995.

- Hawari, D. *Al Quran Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Dharma Bhakti, 1997.
- Kaplan, LS. 1996. Helping gifted students with stress management. Accessed at 27 Juni 2008 in <http://www.hoagiesgifted.com/eric/e488.html>
- Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2000.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. *Narapidana*. <https://kbbi.web.id>. Diakses pada 22 Desember 2017.
- Kementrian Agama RI. AL-Qur'an dan Terjemahannya.
- Kusuma, Ahwal dan Saudjana, Nana. *Proposal Penelitian di Perguruan Tinggi*. Bandung: Sinar Baru Argasindo, 2002.
- Moleong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 1993 & 2006.
- Moleong Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif (edisi revisi)* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013.
- Morgan GE, Mikhail MS, Murray MJ. *Chronic pain management In Clinical Anesthesiology*. 5 th ed. McGraw-Hill: Lange Medical Books: 2014.
- Muhroji, dkk. *ISBD (Ilmu Sosial Budaya Dasar)*. Surakarta: Badan Penerbit-FKIP, 2008.
- Nata, Abuddin. *Akhlak Tasawuf*. Bandung: Pustaka, 1997.
- Panjaitan dan Simorangkir. *Lembaga Masyarakat Dalam Perspektif Sistem Peradilan Pidana*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan, 1995.
- Pasal Burlian. *Patologi Sosial*. Jakarta: PT. Bumi Askara, 2016. Cet I.
- Pasal 20 ayat (1) Peraturan Pemerintah No.32 Tahun 1999 tentang Syarat dan Tata Cara Pelaksanaan Hak Warga Binaan Masyarakat.
- Peraturan Pemerintah Nomor 27 Tahun 1983 tentang *Pelaksanaan Kitab Undang-Undang Hukum Acara Pidana*.
- Saleh, Adnan Achiruddin. *Pengantar Psikologi*. Makasar: Aksara Timur, 2018.

- S. Soemardi, Ahmad & Asmita, Ramli Atmas. *Sistem Pemsyarakatan di Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, tanpa tahun.
- Salim, Peter & Salim Yenny. *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer*. Jakarta: Bulan Bintang, 1991.
- Saragih, dkk. Hubungan Lingkungan Sosial dengan Efektivitas Belajar Mahasiswa Sekolah Tinggi Kesehatan Santo Borromeus. *Jurnal Pendidikan tentang Lingkungan Sosial*. Tahun 2013 hal 2. Diakses pada 23 November 2017.
- Soekarto, Soerjono. *Pengantar Penelitian Hukum*. Jakarta: Raja Grafindo, 2003.
- Sugiono. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2009.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Taylor, Shalley E. *Health Psychologi 2nd Edition*. University Of California, Los Angeles: McGraw-Hill, Inc, 1991.
- Undang-undang RI No. 12 Tahun 1995 tentang Lembaga Pemasarakatan.
- Undang-undang RI No. 12 Tahun 1995 pasal 1 ayat 6 tentang Narapidana.
- Undang-undang RI No. 12 Tahun 1995 Pasal 14 Ayat 1.
- Wahdaningsi, 2015. *Implementasi Hak Narapidana Untuk Mendapatkan Pendidikan dan Pengajaran di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Kabupaten Sinjai*. Hasil Penelitian Mahasiswa Universitas Hasanuddin. Makasar.
- Yuwono, Susatyo. "Mengelola Stres dalam Prespektif Islam dan Psikologi". *Jurnal Psycho Idea*, 4 Juli, 2010.