

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kriminalitas merupakan segala perbuatan yang melanggar hukum dan norma-norma sosial yang ditentang oleh masyarakat (Kartono, 1999). Setiap orang yang terbukti melakukan tindak kriminal akan mendapat hukuman sebagai sanksi atas perbuatannya. Seseorang yang telah ditetapkan bersalah oleh hakim maka secara resmi disebut narapidana. Berdasarkan Undang-undang no 12 Pasal 1 ayat 7 tahun 1995 tentang pemasyarakatan menjelaskan bahwa narapidana adalah terpidana yang menjalani masa pidana hilang kemerdekaan di Lembaga Pemasyarakatan (LP).

Menurut UU RI No. 12 thn. 1995 tentang Pemasyarakatan Pasal 1 ayat 2, lapas atau lembaga pemasyarakatan adalah lembaga yang dibentuk untuk membina narapidana (napi) dan anak didik pemasyarakatan. Lembaga pemasyarakatan mempunyai pola pembinaan dalam memperlakukan narapidana agar sesuai dengan sistem pemasyarakatan guna tercapainya tujuan, yaitu agar sekembalinya narapidana ke masyarakat dapat berperilaku sebagai anggota masyarakat yang baik dan berguna bagi dirinya, masyarakat serta negara. Berdasarkan UU No 12 tahun 1995 pembinaan narapidana dilaksanakan dengan sistem pengayoman, persamaan perlakuan dan pelayanan,

pendidikan, penghormatan harkat dan martabat manusia, kehilangan kemerdekaan, dan terjaminnya hak untuk berhubungan dengan keluarga atau orang tertentu.

Berdasarkan wawancara awal yang dilakukan pada tanggal 01 Oktober 2016 terhadap salah satu napi yang terlibat pelanggaran UU ITE menyebutkan bahwa sistem pemasyarakatan yang sangat membebani para narapidana yakni kehilangan kemerdekaan. Sistem pemasyarakatan tersebut dapat menimbulkan ketidaknyamanan baik secara fisik maupun psikologis bagi narapidana karena kehidupan di lapas berbeda dengan kehidupan mereka sebelumnya. Kehidupan dipenjara sangat penuh tekanan, segala kegiatan diawasi dan diatur. Kondisi ini menyebabkan mengalami perasaan bosan dan jenuh terhadap aktivitas di lapas juga dirasakan olehnya, keterbatasan ruang gerak juga membatasi napi untuk melakukan kegiatan yang menyenangkan seperti jalan-jalan, menonton film dan makan-makanan yang enak. Subjek mengaku sejak berada di dalam penjara dirinya lebih mudah mengalami stres serta lebih banyak diam dan menyendiri. Subjek juga merasa sedih karena harus terpisah dengan keluarganya.

Menurut Skykes (Handayani, 2010) kehilangan kemerdekaan itu antara lain hilangnya hubungan heteroseksual (*loos of heterosexual*), hilangnya kebebasan (*loos of autonomy*), hilangnya pelayanan (*loos of good and service*), dan hilangnya rasa aman (*loos of security*) selain itu individu juga mengalami sangsi sosial yakni kehilangan kepercayaan dari

orang lain (*moral rejection of inmates by society*). Akibat dari hilangnya kemerdekaan, individu akan merasa tertekan dan dikucilkan dari masyarakat.

Berbagai aturan yang menjerat narapidana selama tinggal di lembaga pemasyarakatan seperti terbatasnya ruang gerak dan kegiatan yang ingin dilakukan oleh narapidana. Kondisi tersebut diperparah dengan jumlah narapidana yang melebihi kapasitas. Menurut sistem data pemasyarakatan (SDP) yang dikelola oleh Direktorat Jendral Pemasyarakatan jumlah terlapor tahanan dan napi per Desember tahun 2014 berjumlah 163,404, sedangkan pada tahun 2015 jumlah tahanan dan napi berjumlah 177,335 dan per Desember 2016 seluruh Indonesia mencapai 195,605. Jumlah para tahanan dan napi yang tercatat tersebut melebihi kapasitas yang seharusnya yakni sejumlah 113,880. Database pemasyarakatan untuk wilayah Jawa Tengah mencatat bahwa jumlah tahanan dan narapidana mencapai 10,567 sedangkan kapasitas lapas hanya mampu menampung 9,300 tahanan dan narapidana (Ditjenpas, 2016).

Suatu keadaan dimana jumlah manusia pada batas ruang tertentu semakin banyak dibandingkan dengan luas ruangan disebut dengan kepadatan (Sarwono, 1992). Evans (2006) berpendapat bahwa lingkungan fisik dapat memberikan pengaruh penting pada sikap, perilaku dan keadaan internal individu. Jain (Nagar, 2006) menjelaskan akibat dari kepadatan salah satunya menyebabkan akibat secara psikis seperti

kecemasan, kepadatan yang tinggi menimbulkan perasaan negatif, rasa cemas serta situasi padat yang dialami individu dapat memicu frustrasi dan kemarahan.

Dampak dari kelebihan kapasitas di lapas juga menyebabkan berbagai masalah baru yang timbul. Berdasarkan penelitian Wibawa (2015) bahwa dampak kelebihan kapasitas di lapas menyebabkan pengawasan yang tidak maksimal oleh petugas pengamat lapas, hal ini karena jumlah petugas tidak ideal dengan jumlah warga binaan. Selain itu, dengan jumlah warga binaan yang lebih besar dibanding kapasitas lapas memungkinkan terjadinya gesekan antar warga binaan. Salah seorang warga binaan berinisial Y yang diwawancarai pada tanggal 01 Oktober 2016 mengungkapkan bahwa dirinya tidak pernah mengikuti program pembinaan karena tidak pernah mendapat penilaian dari petugas, sehingga menurutnya mengikuti pembinaan adalah hal yang sia-sia sebab tidak mendapat perhatian dari petugas. Penilaian mengikuti program pembinaan wajib dilakukan oleh petugas yang berguna untuk pengurusan masa cuti dan potongan masa hukuman.

Kurangnya pengawasan dari petugas lapas tentu menyebabkan masalah sendiri bagi warga binaan. Seperti kurang efektifnya proses pembinaan di lapas, sehingga tujuan dari pembinaan untuk warga binaan menjadi tidak maksimal. Bronsteen, Buccafusco, dan Masur (2009) menjelaskan bahwa hukum seharusnya dapat meningkatkan kualitas hidup seseorang. Hukuman yang diberikan kepada narapidana banyak

mengambil kebahagiaan pada individu sehingga menyebabkan individu mengalami berbagai macam gangguan baik secara fisik maupun psikologis. Kondisi ini sesuai dengan penelitian Sari dkk (2015) tentang perbandingan tingkat depresi pada narapidana yang residivis dan non residivis. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa narapidana non residivis sebanyak 62,96% mengalami depresi sedangkan narapidana residivis hanya 22,21% yang mengalami depresi.

Permasalahan-permasalahan yang muncul akibat proses pemenjaraan akan berpengaruh pada rasa rendah diri para narapidana. Rendah diri akan membuat individu memandang dirinya tidak berguna dan memunculkan perasaan tidak mampu sehingga menghambat narapidana untuk memaksimalkan potensinya. Kondisi ini disebabkan oleh ketidakmampuan menerima kondisinya, selain rasa rendah diri narapidana juga merasa bersalah, penyesalan, malu tertindas dan berpisah dengan keluarganya. Hal ini sesuai dengan penelitian Azani (2012) tentang gambaran *psychological well-being* mantan narapidana menyatakan bahwa pada awalnya para narapidana merasa menyesali perbuatannya, merasa rendah diri, dan minder ketika berinteraksi dengan warga di lingkungannya. Contohnya salah seorang mantan narapidana yang merasa malu jika berkumpul dengan tetangga disekitar tempat tinggalnya karena mendapat pandangan negatif dari lingkungan sosialnya. Perasaan malu dan minder tersebut menyebabkan mantan narapidana sulit berinteraksi dan enggan menjalin hubungan yang hangat dengan orang

lain. Permasalahan psikologis yang muncul merupakan indikator dari rendahnya *psychological well-being* pada narapidana. Ryff dan Singer (2008) mengemukakan bahwa *psychological well-being* adalah gambaran kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologis positif (*positive psychological functioning*).

Psychological well-being adalah kondisi individu yang ditandai oleh pencapaian penuh dari potensi psikologis dan individu dapat menerima kelemahan dan kekurangan dirinya, mengembangkan relasi positif dengan orang lain, mempunyai tujuan hidup, mampu mengendalikan lingkungan, dan bersikap mandiri (Ryff, 1989). *Psychological well-being* juga sering ditandai dengan kebahagiaan. Saat individu merasa bahagia dengan kehidupannya maka individu tersebut mampu mencapai *psychological well-being*. Adanya perasaan sejahtera pada narapidana dapat membuat mereka dapat memahami kesulitan hidup yang dialaminya, mampu mengembangkan potensi dirinya dan mempunyai tujuan hidup yang jelas. Pentingnya *psychological well-being* pada napi dapat membuat napi menemukan makna hidup dan kebahagiaan yang selama ini terenggut oleh kondisinya yang penuh permasalahan.

Faktor-faktor yang memengaruhi *psychological well-being* dibagi menjadi dua yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kepribadian, *locus of control*, dan pemaknaan hidup. Faktor eksternal meliputi dukungan sosial dan keluarga, status sosial, dan budaya. Faktor-faktor tersebut dapat meningkatkan atau menurunkan

tingkat *psychological well-being* seseorang. Individu akan mempunyai tingkat *psychological well-being* yang tinggi jika dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal (Dewi, 2009).

Permasalahan dan kesulitan di dalam lapas menyebabkan napi tertekan dan memengaruhi rendahnya *psychological well-being* yang dimilikinya (Pratama, 2016). Perasaan tertekan yang muncul akibat permasalahan dan kesulitan yang dialami individu disebut stres. Stres merupakan reaksi baik fisik ataupun psikologis yang muncul akibat dari kondisi atau peristiwa yang mengancam sehingga individu merasa tertekan baik secara fisik maupun psikologis. Stres dibagi menjadi dua bentuk yang mempunyai dampak berbeda bagi individu. *Eustress* adalah stres yang memberikan dampak positif yakni dapat memotivasi individu menjadi lebih baik. *Distress* adalah stres yang mempunyai dampak negatif (Siswanto, 2007).

Stres yang bersifat membebani dapat membahayakan kesejahteraan psikologis, fisik dan sosial individu yang mengalaminya. Untuk itu perlunya stres dikelola agar tidak berkelanjutan menjadi hal negatif. Dampak negatif yang muncul akibat stres secara psikologis individu merasa frustrasi, putus asa dan sedih sedangkan secara fisik stres dapat menyebabkan penyakit fisik. Akibat stres pula individu dapat menimbulkan efek negatif psikis yang dapat menimbulkan ketidakberdayaan dan menghambat perkembangan dirinya. Setiap individu memiliki cara untuk menghilangkan atau meredakan perasaan tertekan atau stres.

Lazarus dan Folkman (Sarafino, 2011) berpendapat bahwa proses untuk mengelola tuntutan yang diterima individu disebut *coping*. Pada umumnya *coping* dilakukan untuk meredakan emosi negatif akibat dari stres. *Coping* merupakan usaha secara kognitif dan perilaku untuk menghilangkan, meredakan dan mengatasi perasaan tertekan. *Coping* yang dilakukan masing-masing individu berbeda satu sama lain tergantung pada tipe kepribadian dan tekanan yang dialami.

Coping terhadap stres dibagi menjadi dua yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. *Problem focused coping* atau *coping* yang berpusat pada masalah adalah *coping* yang diarahkan untuk mengurangi tuntutan atau situasi yang menekan. *Emotion focused coping* atau *coping* yang berpusat pada emosi adalah bentuk *coping* yang diarahkan untuk mengatur respon emosional akibat situasi yang menekan. Menurut pendapat beberapa ahli *coping* yang berpusat pada masalah lebih efektif dalam situasi yang dipercaya dapat diubah, sedangkan *coping* yang berpusat pada emosi digunakan dalam situasi yang sulit untuk diubah (Sarafino, 2011).

Kondisi yang dialami napi dimana keterbatasan dalam ruang gerak dan tidak adanya hak menyebabkan para napi berada pada situasi yang menekan. Hal ini tentu berpengaruh pada jenis *coping* yang digunakan oleh para napi. *Coping* yang dapat dilakukan oleh para napi adalah *coping* yang berpusat pada emosi. Hal tersebut sesuai dengan penelitian Sholichatun (2011) bahwa sumber stres seperti kejenuhan, rindu dengan

keluarga, kecemasan akan masa depan, dan masalah dengan teman yang para napi alami di dalam penjara membuat para napi mengalami kesedihan. *Coping* yang paling sering dilakukan oleh para napi adalah *emotion focused coping*.

Kesuma (2016) menyebutkan bahwa penggunaan *emotion focused coping* merupakan cara yang paling sering dilakukan oleh anak didik di dalam lapas. Alasannya bahwa *emotion focused coping* merupakan cara yang efektif untuk mengatasi stres pada anak didik di dalam lapas dibandingkan *problem focused coping*. Selain itu media untuk melakukan *emotion focused coping* lebih banyak, tersedia dan hampir dilakukan setiap hari. Salah satunya adalah pembinaan secara rohani yang termasuk ke dalam cara mengatasi stres yang berpusat pada emosi.

Coping terhadap stres tidak serta merta mampu meningkatkan atau menurunkan *psychological well-being* seseorang. Beberapa kejadian yang telah dialami dan menyebabkan mereka mendapatkan hukuman yang relatif lama menyebabkan perasaan bersalah dan penyesalan saat mengingat kejadian-kejadian pada masa lalu mereka. Kondisi tersebut menyebabkan para napi kehilangan kebahagiaan, merasa putus asa dan menjadi tertutup. Individu yang menjalani masa hukuman yang cukup lama dapat kehilangan harapan hidup karena telah kehilangan pekerjaan, cita-cita yang tidak dapat tercapai dan kehilangan kesempatan untuk berkarya (Tololiu dan Makalalag, 2015).

Berdasarkan wawancara dan observasi pada tanggal 02 Oktober 2016 terhadap tiga orang narapidana menyesali perbuatan mereka dan tidak ingin mengulangnya kembali. Ketiga narapidana tersebut menyatakan bahwa akan berubah menjadi pribadi yang lebih baik dan mengikuti berbagai kegiatan untuk bekal ketika keluar dari lembaga pemasyarakatan. Pemaknaan pada pengalaman hidup bersifat individual sehingga dapat memberikan dampak yang berbeda bagi individu (Frankl, 2003).

Frankl (2003) menyebutkan bahwa individu yang tidak berhasil memenuhi dan menemukan makna hidupnya mengakibatkan semacam frustrasi yang disebut frustrasi eksternal dengan keluhan utama hidupnya terasa hampa dan tanpa kebermaknaan. Saat individu mengalami ketidakbermaknaan maka menyebabkan individu kehilangan minat, inisiatif, merasakan perasaan hampa karena hanya menjalani hidup sebagai hal yang rutin dan menjenuhkan, serta merasakan kebingungan untuk berbuat sesuatu (Dewi, 2016).

Individu yang mampu menemukan makna dalam hidupnya akan mempunyai tujuan yang terarah. Tujuan hidup yang terarah akan membuat individu bersemangat dalam menjalani hidupnya dan berusaha mencapai cita-citanya. Saat individu menemukan kebermaknaan dalam hidupnya maka individu akan merasa lebih bahagia. Hal ini mengarahkan individu untuk mencapai *psychological well-being*.

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan antara *emotion focused coping* dan makna hidup dengan *psychological well-being* pada narapidana di LP kelas 1 Semarang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah yang dikemukakan, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *emotion focused coping* dan makna hidup dengan *psychological well-being* pada narapidana?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *emotion focused coping* dan makna hidup dengan *psychological well-being* pada narapidana.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini secara teoritis mampu memperkaya literatur psikologi kesehatan mental mengenai *psychological well-being*.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini secara praktis mampu memberikan masukan terhadap program-program pembinaan di lembaga pemasyarakatan guna meningkatkan *psychological well-being*.