

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Lembaga Pemasyarakatan merupakan salah satu Unit Pelaksana Teknis (UPT) di bidang Pemasyarakatan yang termasuk dalam wilayah kerja Kantor Wilayah Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia. Lembaga Pemasyarakatan adalah lembaga yang menangani orang-orang yang sudah divonis oleh pihak hukum lalu diberi bimbingan, dibina, atau di motivasi agar berubah menjadi lebih baik. Menurut Undang-undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang pemasyarakatan bahwa sistem pemasyarakatan selain bertujuan untuk mengembalikan warga binaan pemasyarakatan sebagai warga yang baik juga bertujuan untuk melindungi masyarakat dari kemungkinan diulangi tindak pidana oleh narapidana. Ketika narapidana sudah bebas dari lapas, mantan narapidana diharapkan untuk menyesali perbuatan yang telah diperbuat dan merasa jera. Tempat untuk pembinaan terhadap orang-orang yang diberikan hukuman penjara yang sesuai dengan keputusan pengadilan disebut dengan lembaga pemasyarakatan (Manik, 2008).

Seseorang yang melanggar hukum atau norma-norma yang ada akan di berikan hukuman yaitu hukuman penjara. Seseorang yang telah dipenjara seringkali dipandang negatif oleh masyarakat. Terlebih jika hukuman narapidana lebih dari 5 tahun. Narapidana yang dipandang buruk oleh masyarakat pasti akan merasa cemas dan kurang percaya diri untuk mengembalikan nama baiknya. Rasa cemas dan kurang percaya diri tersebut muncul ketika narapidana akan menjelang bebas.

Fahrulina (Salim, Komariah, & Fitria, 2016) mengatakan stigma narapidana yang akan menjelang bebas biasanya mengalami permasalahan psikologis. Permasalahan psikologis sendiri meliputi stres, kecemasan menghadapi masyarakat umum di lingkungan sosialnya, dan depresi. Utari (2012) mengatakan pengertian kecemasan adalah gangguan psikologis yang umum tampak pada narapidana yang akan menjelang masa bebas. Kondisi emosi yang dialami adalah khawatir, munculnya

pikiran-pikiran buruk, rasa tidak nyaman, takut, merupakan kondisi kecemasan yang dirasakan ketika narapidana menjelang masa pembebasan.

Berdasarkan dari hasil observasi awal dilapangan atau dilapas, narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IA Semarang merasa mengalami banyak permasalahan psikologis, seperti narapidana lebih mudah merendahkan diri sendiri, suka merenung, ada pula yang sering menyendiri, merasa tidak dihargai oleh masyarakat umum. Selain itu, menjelang masa bebas narapidana banyak yang merasa cemas ketika sudah keluar dari lapas, karena mereka merasa tidak tahu yang akan dihadapinya setelah dilingkungan masyarakat. Narapidana akankah kembali ke kehidupan sebelum menjalani masa hukuman atau memulai kehidupan baru. Sebagian besar para narapidana beranggapan setelah bebas banyak masyarakat atau kerabat mendiskriminasi narapidana, karena kesalahan yang telah diperbuat dan kebanyakan masyarakat mempunyai persepsi buruk terhadap mantan narapidana. Bukan hanya tentang masyarakat, tetapi para mantan narapidana mempunyai rasa takut atau malu untuk mencari lapangan kerja. Hal ini menjadi salah satu faktor adanya kecemasan yang dirasakan oleh mantan narapidana ketika sudah bebas dari lapas.

Kecemasan adalah rasa tegang, tidak aman dan kekhawatiran yang muncul karena yang akan dipandang terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan tetapi tidak diketahui asal mulanya dan berasal dari dalam diri seseorang. Nevid, dkk (2005) mengemukakan tentang kecemasan yang merupakan kondisi emosi dengan ditandainya keterangsangan fisiologis, sehingga merasa tegang yang tidak membuat nyaman dan merasa khawatir sesuatu yang buruk akan terjadi.

Narapidana yang menjelang masa pembebasan akan mengalami reaksi kecemasan psikologis dan fisiologis. Reaksi psikologis tersebut terdiri dari rasa tidak aman, bingung, gelisah dan kecewa. Sedangkan reaksi fisiologis sendiri yaitu seperti sakit kepala, susah tidur, dan tidak nafsu makan. Seseorang yang sedang mengalami kecemasan dalam kehidupannya akan merasa terancam oleh sesuatu yang tidak jelas (Utari, 2012).

Kecemasan berkaitan dengan rasa khawatir yang akan terjadi di masa yang akan datang (Durand & Barlow, 2006). Halgin & Whitebourne (Martha & Annatagia, 2014) mengatakan kecemasan mengacu pada peninjauan untuk menentukan masa depan tentang stimulus yang belum tentu membahayakan akan tetapi dipersepsi sebagai sesuatu yang berbahaya atau membuat diri menjadi lemas. Konflik emosional sering dialami oleh seorang mantan narapidana dikarenakan masyarakat yang memandang negatif dan memiliki pemikiran yang buruk terhadap statusnya sebagai mantan narapidana sehingga akan berdampak pada timbulnya kecemasan narapidana saat menghadapi masa bebas (Utari, 2012).

Kecemasan menghadapi masa pembebasan yaitu muncul perasaan tidak tenang, gelisah, dan khawatir. Perasaan-perasaan yang muncul itu selalu dipikirkan oleh para narapidana yang menjelang masa bebas, kecemasan itu muncul karena adanya situasi yang mengancam dalam dirinya (Daradjat, 1990).

Selain mengalami kecemasan, narapidana yang menghadapi masa bebas juga harus percaya diri bahwa dirinya bisa diterima kembali di lingkungan sekitar. Menurut Humara (2001) kepercayaan diri berperan penting terhadap munculnya kecemasan dalam diri individu. Individu yang memiliki kepercayaan diri rendah memiliki pandangan yang negatif, cenderung menarik diri dari lingkungan yang di atasnya dan memiliki rasa takut akan adanya suatu penolakan. Kepercayaan diri harus ditanamkan di jiwa para narapidana karena itu sangatlah penting untuk persiapan dunia luar setelah menghadapi masa hukuman di Lembaga Pemasyarakatan. Perlunya faktor dukungan dari pihak keluarga dan kerabat terdekat agar narapidana lebih percaya diri menghadapi dunia luar. Akan tetapi tidak hanya dukungan keluarga dan kerabat terdekat perlunya pendekatan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa agar mereka lebih percaya diri bisa diterima kembali di masyarakat. Karena jika mereka berserah diri kepada Tuhan dan berusaha memperbaiki nama baiknya dimata masyarakat.

Rogers (2001) menjelaskan bahwa seseorang yang kurang percaya diri akan merasa dirinya tidak aman, tidak bebas, takut, ragu-ragu murung, kurang berani,

rendah diri, pemalu, sering membuang-buang waktu dan cenderung menyalahkan suasana luar sebagai penyebab ketidakmampuannya.

Kepercayaan diri menurut Lauster (1997) yaitu suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak merasa cemas dalam bertindak, merasa bebas, tidak malu dan tertahan sekaligus mampu bertanggung jawab atas segala yang telah diperbuat. Sedangkan menurut Davies (2004) kepercayaan diri diartikan sebagai seseorang yang percaya terhadap diri sendiri serta bagaimana orang tersebut memandang dirinya secara utuh. Percaya diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya mampu berperilaku seperti yang diinginkan untuk mendapatkan hasil seperti yang diharapkan

Terdapat dalam beberapa ayat Al – Qur'an yang menerangkan tentang konsep percaya diri diantaranya:

مُؤْمِنِينَ كُنْتُمْ إِنْ الْأَعْلُونَ وَأَنْتُمْ تَحْزَنُوا وَلَا تَهْتَابُوا وَلَا

*Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman. (Ali Imran: 139)*

كُنْتُمْ الَّتِي بِالْجَنَّةِ وَأَبْشِرُوا تَحْزَنُوا وَلَا تَخَافُوا إِلَّا الْمَلَائِكَةَ عَلَيْهِمْ تَنْزِيلٌ اسْتَقَامُوا ثُمَّ اللَّهُ رَبُّنَا قَالُوا الَّذِينَ إِنْ  
تَوْعَدُونَ

*Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: "Tuhan kami ialah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat akan turun kepada mereka (dengan mengatakan): "Janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu merasa sedih; dan bergembiralah kamu dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan Allah kepadamu". (Fushshilat: 30).*

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa narapidana yang dilakukan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IA Semarang, peneliti melihat adanya berbagai tanggapan para narapidana yang diwawancarai mengenai kecemasan menjelang masa bebas.

*"...Ya gimana ya mba nanti kalo saya bebas, saya bingung mau ngapain. Bingung disini dalam artian aku pernah dipenjara , pasti orang-orang diluar sana ngengepnya kalo udah keluar dari lapas aku tu kayak*

*sampah, aku tu penjahat, aku tu sadis ya gitulah pokonya mba. Saya kurang percaya diri sama diriku kalo aku bisa diterima dimasyarakat luar sana pasti mereka memandang saya sebelah mata padahal posisinya saya cuma korban yang tidak tau apa-apa.” (C, 25 tahun)*

Menurut subjek berinisial C yang berusia 25 tahun dengan kasus narkoba mengatakan bahwa subjek merasa bingung karena tidak tahu apa yang harus dilakukan setelah bebas dari lapas. Subjek mengatakan bahwa subjek pernah dipenjara lalu orang-orang diluar sana menganggap subjek itu seperti sampah, penjahat, dan sadis. Subjek juga tidak percaya diri terhadap dunia luar, karena subjek beranggapan masyarakat tidak akan menerimanya kembali. Sedangkan subjek hanya korban yang tidak tau apa-apa.

*“...Merasa cemas, bingung, ga percaya diri, takut sih pasti mba, karena udah kebiasa disini bergaulnya sama yang senasib terus udah hampir bebas juga mikir gimana ngadepin orang-orang yang dulu kenal aku sebelum masuk penjara, terus kita udah lama nggak ketemu gara-gara kena kasus ini, pasti mereka mau kenal kita lagi juga mikir-mikir mba. Tapi mau ga mau aku harus yakin kalo aku bisa jadi lebih baik dari sebelumnya biar mereka juga tau aku ga seperti yang mereka pikirkan.” (K I, 50 tahun)*

Sedangkan menurut subjek yang berinisial K I berusia 50 tahun dengan kasus pembunuhan, subjek merasa cemas, bingung, tidak percaya diri, dan takut. Karena subjek sudah terbiasa bergaul dengan teman-teman yang senasib, subjek juga memikirkan bagaimana cara untuk menghadapi orang-orang yang dulu ia kenal sebelum menjalani masa hukuman di lapas. Subjek beranggapan orang yang dia kenal akan berpikir dua kali untuk menerima subjek kembali setelah subjek terjerat kasus pembunuhan. Tetapi subjek mau tidak mau meyakini kalo diri subjek bisa jadi lebih baik dari sebelumnya, agar orang-orang yang mengetahui subjek tahu bahwa subjek tidak seperti yang mereka pikirkan.

*“...Aku harus percaya diri mba buat menghadapi orang-orang diluar sana, kalo aku bisa jadi baik, ga ngulangi kesalahan yang sama atau kedua kalinya dan merubah diriku selama dilapas ini. Aku percaya diri juga kalo setelah bebas dari lapas akan berusaha untuk mencari pekerjaan yang mau menerima saya. Ya emang ada rasa takut, sama cemas pasti*

*karena ga semudah omonganku orang-orang bisa percaya sama aku lagi, ya pasti ada kurangnya dikit-dikitlah ga seperti sebelum aku dipenjara.”*  
(S, 27 tahun)

Menurut subjek ketiga yang berinisial S berusia 27 tahun dengan kasus narkoba dan menjelang bebas pada bulan Oktober 2018 mengatakan bahwa subjek harus percaya diri untuk menghadapi orang-orang diluar sana, subjek bisa berubah untuk menjadi pribadi yang lebih baik dan tidak akan mengulangi kesalahan yang sama. Subjek juga percaya diri setelah bebas subjek akan berusaha untuk mencari pekerjaan yang layak. Namun subjek juga ada rasa takut dan cemas karena tidak semua omongan subjek mudah dipercaya dengan orang lain.

Berdasarkan dari hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa narapidana yang menjelang masa bebas akan merasa takut, cemas, dan rasa kurang percaya diri untuk kembali menghadapi masyarakat di lingkungannya kelak. Selain itu narapidana juga berpikir pekerjaan apa yang layak setelah bebas dari masa hukumannya selama ini. Rasa percaya diri harus ditekankan pada diri narapidana yang menjelang masa bebas. Karena agar mantan narapidana bisa kembali diterima kembali oleh keluarga, teman, atau masyarakat. Tetapi apabila mantan narapidana tidak percaya diri maka akan menimbulkan kecemasan pada mereka untuk dapat kembali ke lingkungan asal mereka.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurkhalimah (2015) tentang kecemasan narapidana dalam menjelang masa bebas dan upaya penyelesaiannya di lapas klas II A Serang dengan subjek narapidana yang akan menjelang masa bebas. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini yaitu penyebab kecemasan yang dialami oleh narapidana yang akan menjelang bebas. Oleh karena itu narapidana yang akan menjelang masa bebas wajar jika merasa cemas. Penyebab-penyebab tersebut seperti malu untuk bersosialisasi, khawatir tidak mendapatkan lapangan pekerjaan setelah keluar dari lapas, dan merasa bersalah. Selain itu ada juga gejala psikologis yang dialami narapidana yang akan bebas seperti sulit tidur, tidak nafsu makan dan hilangnya semangat.

Melihat dari masalah diatas, berdasarkan dari hasil wawancara dan hasil pengamatan semakin menguatkan bahwa narapidana yang menjelang bebas mengalami tingkat kecemasan dan kepercayaan diri. Maka penulis sangat tertarik untuk membahas dengan judul “Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Pada Narapidana Laki-laki Yang Menjelang Masa Bebas Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IA Semarang”.

### **B. Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah yang akan diangkat dalam penelitian ini adalah “apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada narapidana laki-laki yang menjelang masa bebas di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IA Semarang?”

### **C. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengkaji dan menjelaskan secara ilmiah hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada narapidana laki-laki yang menjelang masa bebas di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IA Semarang.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Penelitian Teoritis**

Sebagai bahan informasi dan masukan dalam bidang psikologi klinis tentang hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada narapidana laki-laki yang menjelang masa pembebasan.

#### **2. Manfaat Penelitian Praktis**

Bahwa dari hasil penelitian ini, nantinya diharapkan akan memberi pandangan kepada masyarakat bahwa narapidana yang keluar dari Lembaga Pemasyarakatan tidak harus dijauhi dan dipandang sebagai orang yang buruk

selamanya, agar tidak merasa cemas dan kehilangan kepercayaan diri. Peran serta masyarakat dapat menerima dan memberi motivasi kepada narapidana setelah keluar dari lapas untuk menjalani kehidupan dengan lebih baik.