

LAMPIRAN

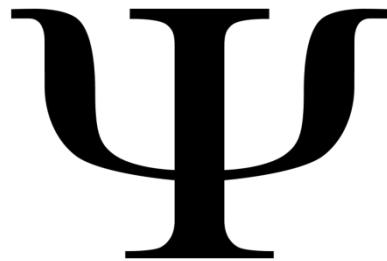
LAMPIRAN A

SKALA UJI COBA

Skala Kecemasan pada Narapidana Menjelang Bebas

RAHASIA

SKALA PENELITIAN



FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG

2019

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Saudara/i yang saya hormati, saya selaku mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung meminta bantuan dan kesediaan saudara/i untuk mengisi skala ini. Hal ini dimaksudkan untuk mendapatkan data yang diperlukan dalam rangka menyelesaikan tugas akhir yang saya jalani. Saudara/i dipersilahkan untuk memilih jawaban yang dirasa paling cocok atau sesuai dengan keadaan saudara/i saat ini. Perlu diketahui bahwa dalam pengisian skala ini tidak ada jawaban benar maupun salah pada setiap pernyataan yang diajukan. Oleh karena itu, saudara/i dimohon untuk mengisi skala ini sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.

Semua jawaban dan identitas data diri **Saudara/i dalam mengisi skala ini akan terjamin**. Semua jawaban responden dan identitas diri yang disertakan dalam skala ini tidak akan tersebar ke pihak yang tidak berkepentingan. Skala ini dibuat murni untuk kepentingan akademik. Oleh karena itu, saya mohon kesediaan saudara/i untuk mengisi skala ini sesuai dengan petunjuk pengisian.

Kesediaan saudara/i yang telah meluangkan waktu untuk mengisi skala ini merupakan suatu kontribusi yang sangat penting bagi kualitas penelitian ini, untuk itu saya ucapkan terima kasih atas waktu dan kerja samanya.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Hormat saya,

Peneliti

IDENTITAS DIRI

Nama Lengkap :
 Pidana / Pasal :
 Lama Hukuman :
 Tanggal Bebas :

PETUNJUK PENGISIAN

1. Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan dan bacalah pernyataan – pernyataan tersebut dengan seksama. Berilah tanda **silang (X)** pada salah satu pilihan jawaban pernyataan yang **sesuai dengan keadaan saudara**, dari empat pilihan jawaban yang disediakan, yaitu:

SS : Bila anda merasa **SANGAT SESUAI** dengan pernyataan
S : Bila anda merasa **SESUAI** dengan pernyataan
TS : Bila anda merasa **TIDAK SESUAI** dengan pernyataan
STS : Bila anda merasa **SANGAT TIDAK SESUAI** dengan pernyataan

Contoh :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya takut menjalani masa bebas		X		

- Apabila anda ingin memperbaiki jawaban, anda cukup dengan mencoret jawaban yang anda anggap salah dan memberikan tanda silang kembali pada kolom jawaban yang anda anggap benar.

Contoh :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya takut menjalani masa bebas		X	X	

- Semua jawaban adalah benar selama anda memberikan respon dengan jujur dan sesuai dengan keadaan anda
- Pastikan kembali semua pernyataan sudah terjawab sebelum anda mengumpulkan kembali skala ini

TERIMAKASIH DAN SELAMAT MENGERJAKAN ☺

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa detak jantung meningkat apabila sedang membicarakan masa bebas.				
2.	Menjelang masa bebas, saya mudah mengingat sekalipun pada suatu hal kecil.				
3.	Saya takut sesuatu akan menimpa saya setelah bebas nanti.				
4.	Menjelang masa bebas, saya semakin aktif mengikuti kegiatan di Lapas.				
5.	Jantung saya tidak berdebar lebih kencang ketika menunggu masa bebas.				
6.	Menjelang masa bebas, saya cenderung sulit mengambil keputusan.				
7.	Meskipun kelak sebagai mantan narapidana, saya yakin lowongan pekerjaan tetap menerima saya.				
8.	Saya cenderung menghindari interaksi terhadap orang yang tidak dikenal di luar Lapas.				
9.	Mendekati masa bebas detak jantung saya mulai berdebar kencang				
10.	Menjelang masa bebas saya merasa lebih mudah dalam mengambil keputusan.				
11.	Saya merasa orang diluar sana akan menjauhi saya karena telah menjadi mantan narapidana.				
12.	Saya bersemangat bila membicarakan rencana setelah bebas dari Lapas.				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
13.	Saya tetap tenang dalam menjawab pertanyaan yang berkaitan dengan rencana selepas bebas nanti.				
14.	Menjelang masa bebas saya cenderung sulit dalam berfikir.				
15.	Keluarga tetap menerima kehadiran saya kembali setelah menjalani pembinaan di lembaga pemasyarakatan.				
16.	Saya merasa orang di luar sana akan menjauhi saya karena telah menjadi mantan narapidana.				
17.	Jantung saya berdebar lebih kencang ketika orang lain menanyakan masa bebas kepada saya.				
18.	Ketika memikirkan masa menjelang bebas saya tetap bisa mengikuti kegiatan yang ada di Lapas.				
19.	Ketika bebas nanti, keluarga akan menolak karena saya berstatus mantan narapidana.				
20.	Saya tetap tenang jika lingkungan sekitar akan terus memberikan tanggapan buruk kepada saya saat bebas nanti.				
21.	Selama ini jantung saya sehat-sehat saja.				
22.	Ketika orang lain membicarakan masa bebas, saya menjadi tidak fokus dengan apa yang sedang dikerjakan.				
23.	Saya yakin dapat beradaptasi kembali setelah menjalani pembinaan di lembaga				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
	pemasyarakatan.				
24.	Mendekati masa bebas, saya lebih sering menyendiri.				
25.	Tubuh saya gemetar ketika membayangkan respon masyarakat luar terhadap mantan narapidana seperti saya.				
26.	Saya mudah untuk dipercaya lagi oleh masyarakat.				
27.	Masa menjelang bebas membuat perasaan saya tidak tenang karena membayangkan tantangan yang harus saya jalani nantinya.				
28.	Saya sering menceritakan rencana saya setelah bebas kepada orang lain.				
29.	Saya tidak mudah berkeringat apabila pegawai lapas memanggil saya untuk membicarakan masa bebas.				
30.	Saya memikirkan bagaimana penampilan saya saat bebas nanti.				
31.	Saya yakin setelah bebas orang lain akan beranggapan baik kepada saya.				
32.	Saya merasa tidak aman jika nanti berada di luar Lapas.				
33.	Menjelang masa bebas, saya merasakan keringat yang lebih banyak dari sebelumnya.				
34.	Menjelang masa bebas, saya merasa lebih mudah menyelesaikan masalah.				
35.	Saya merasa orang lain membenci saya				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
	karena kesalahan yang sebelumnya diperbuat.				
36.	Saya mulai merencanakan kegiatan yang akan dilakukan setelah bebas nanti.				
37.	Kaki dan tangan saya biasanya terasa hangat.				
38.	Menjelang masa bebas saya sulit memusatkan perhatian kepada teman.				
39.	Saya percaya bahwa masih banyak masyarakat yang menerima kehadiran saya walaupun sebagai mantan narapidana.				
40.	Saya lebih sering melamun memikirkan apa yang akan saya lakukan setelah bebas dari Lapas.				
41.	Telapak tangan saya terasa dingin ketika orang lain bertanya tentang rencana saya setelah bebas.				
42.	Saya tidak lagi memikirkan bagaimana penampilan saat bebas nanti.				
43.	Saya merasa orang lain akan selalu berfikiran negatif kepada saya setelah bebas nanti.				
44.	Saya siap menghadapi hari pembebasan saya.				
45.	Meskipun menjelang masa bebas, saya tidak mengalami gangguan pencernaan.				
46.	Pikiran saya kacau saat memikirkan masa pembebasan.				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
47.	Saya tetap merasa tenang walaupun menjelang masa bebas.				
48.	Saya terkadang menangis bila memikirkan bagaimana respon masyarakat tentang mantan narapidana.				
49.	Akhir-akhir ini telapak kaki dan tangan saya mudah terasa dingin apabila pegawai Lapas memanggil saya untuk membicarakan masalah masa bebas.				
50.	Saya tidak memiliki prasangka buruk terhadap orang lain.				
51.	Saya merasa kurang nyaman apabila ditanya mengenai kapan masa bebas.				
52.	Menjelang masa bebas, saya lebih sering berkumpul dengan narapidana lain.				
53.	Masa bebas tidak mempengaruhi pola tidur saya.				
54.	Saya memiliki pemikiran akan sulit mendapatkan pekerjaan dengan label sebagai mantan narapidana.				
55.	Ketika orang bertanya kapan bebas, saya akan menjawab dengan santai.				
56.	Mendekati hari pembebasan, saya semakin bingung menentukan ketrampilan apa yang harus dipelajari.				
57.	Menjelang masa bebas yang tidak lama lagi membuat saya sulit untuk tidur.				
58.	Saya berpikir bahwa orang-orang di luar Lapas mengharapkan saya segera bebas.				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
59.	Saya merasa mudah sakit hati apabila orang lain mengkritik saya.				
60.	Saya berusaha patuh pada aturan hukum agar tidak mengulangi kesalahan lagi.				
61.	Menjelang masa bebas, kesehatan saya baik-baik saja.				
62.	Saya berfikir bahwa saya sulit untuk diterima kembali oleh masyarakat.				
63.	Menjelang masa bebas ini saya menjadi pribadi yang lebih sabar dari sebelumnya.				
64.	Saya cenderung akan menghindar apabila orang membahas masa bebas.				
65.	Saya merasa pusing setiap membayangkan nasib saya sebagai mantan narapidana.				
66.	Saya mudah menceritakan rencana setelah bebas nanti kepada orang lain.				
67.	Menjelang masa bebas membuat saya lebih mudah marah kepada teman sesama narapidana dengan alasan yang kurang jelas.				
68.	Saya tidak peduli apabila orang lain mengkritik rencana saya setelah bebas.				
69.	Kondisi badan saya semakin bugar setelah tahu bahwa saya akan bebas.				
70.	Menjelang masa bebas membuat saya terus memikirkan pandangan negatif masyarakat kepada saya.				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
71.	Saya yakin di luar Lapas banyak kegiatan positif yang bisa saya kerjakan.				
72.	Ketika saya diberi kesempatan untuk berinteraksi di luar lembaga pemasyarakatan saya akan cenderung menghindar.				
73.	Kepala saya terasa pusing ketika memikirkan kemungkinan balas dendam dari orang-orang yang pernah saya sakiti.				
74.	Saya tidak berfikir buruk mengenai apa yang akan saya alami setelah bebas nanti.				
75.	Saya takut ketika bebas nanti tidak ada pekerjaan yang mau menerima saya.				
76.	Akhir-akhir ini saya lebih peduli terhadap lingkungan sekitar.				
77.	Saya tidur dengan nyenyak setiap malam.				
78.	Akhir-akhir ini saya merasa mudah lupa sekalipun pada hal kecil seperti lupa menaruh sandal.				
79.	Saya tetap menerima kritikan orang lain tentang rencana setelah bebas sekalipun kritikan tersebut berbeda pendapat dengan saya.				
80.	Saya berusaha seminimal mungkin untuk tidak berinteraksi dengan orang di luar Lapas.				
81.	Saya mudah terbangun secara tiba-tiba saat tidur di malam hari.				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
82.	Saya mampu berkonsentrasi penuh meski teringat masa depan setelah bebas nanti.				
83.	Saya takut ketika bebas nanti tidak ada kegiatan yang bisa saya lakukan karena terbiasa di dalam Lapas banyak kegiatan yang dikerjakan.				
84.	Jika saya kesal terhadap teman satu lapas, saya cenderung untuk melupakan kesalahan orang tersebut.				
85.	Akhir-akhir ini nafsu makan saya menjadi meningkat.				
86.	Saya takut dikritik orang lain apabila menceritakan rencana saya setelah bebas.				
87.	Saya merasa senang apabila orang lain menanyakan masa bebas kepada saya.				
88.	Saya lebih banyak diam ketika ditanya mengenai rencana setelah bebas nanti.				
89.	Akhir-akhir ini saya merasakan pencernaan saya terganggu.				
90.	Saya merasa di masa-masa menjelang bebas ini menjadi cuek dengan diri saya yang terjadi biar saja terjadi.				
91.	Saya khawatir apabila setelah bebas nanti orang lain mengetahui bahwa saya mantan narapidana.				
92.	Menjelang masa bebas saya cenderung peduli terhadap teman satu lapas.				
93.	Menjelang masa bebas membuat saya jarang mengeluh sakit di bagian kepala.				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
94.	Saya merasa tertekan apabila harus membicarakan masa bebas.				
95.	Saya mampu menahan marah jika mendengar kritik negatif tentang seorang mantan narapidana.				
96.	Saya lebih memilih diam ketika diberi kesempatan untuk berinteraksi dengan orang di luar.				

LAMPIRAN B

TABULASI DATA SKALA

UJI COBA

**Tabulasi Data Uji Coba Skala Kecemasan pada
Narapidana Menjelang bebas**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	
1	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	
2	2	3	3	2	2	1	2	1	1	4	2	3	3	2	1	1	2	2	1	3	2	1	2	1	1	2	2	3	2	1	1	1	
3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	
4	2	3	2	1	3	2	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	4	1	4	2	2	3	3	2	3	3	3	2	1	
5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	3	1	1
6	3	2	1	1	3	2	2	2	3	2	2	1	2	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	
7	2	1	1	1	2	4	1	1	3	3	1	1	2	4	1	1	1	1	1	4	1	2	1	4	1	2	4	1	1	2	2	1	
8	4	2	1	3	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1
9	3	1	2	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	4	1	3	1	2	3	2	3	3	2	2	2	1	
10	4	2	2	1	3	2	1	2	3	2	1	1	2	4	1	4	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	3	2	2	2	1	
11	3	1	2	1	3	2	1	2	3	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	4	2	3	3	1	1	
12	2	3	3	1	2	2	2	4	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	1	2	2	
13	3	2	1	1	3	2	2	3	2	3	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	3	2	1	1	
14	3	2	1	3	2	3	1	4	3	1	2	1	1	3	1	1	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	3	1	1
15	3	2	3	2	3	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1
16	4	2	1	2	3	1	1	2	2	3	1	3	1	1	2	1	1	2	1	4	1	2	1	1	1	3	4	4	3	3	3	1	
17	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	
18	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	3	3	2	1	
19	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	
20	3	2	4	2	1	3	2	3	2	1	4	3	2	2	2	3	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	
21	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	
22	4	2	3	2	2	3	2	4	4	2	4	1	2	3	1	3	3	1	3	1	2	3	1	3	3	1	3	2	2	3	1	3	
23	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	3	2	2	
24	4	3	4	1	3	3	1	3	4	3	2	1	2	2	1	2	3	1	1	4	1	4	1	1	1	2	4	2	1	2	2	1	
25	3	2	1	1	2	4	1	3	3	1	4	1	2	1	1	4	3	1	1	2	1	1	1	1	1	2	3	4	4	1	1	1	
26	3	2	3	1	4	2	2	1	4	2	3	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	3	2	2	3	3	2

	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	
1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	4	2	1	2	2	3	2	2	1	1	2	1	2	2	
2	1	3	2	2	3	2	2	2	1	4	2	1	4	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	
3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
4	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	1	2	1	1	3	3	3	3	2	1	3	2	2	2	1	2	1	1	4	2	3	3	
5	2	2	3	1	2	1	1	1	1	4	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	
6	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	
7	1	1	4	1	2	1	2	4	2	2	1	1	1	4	2	1	2	1	1	3	2	2	3	4	3	1	3	1	1	1	1	2	4	
8	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
9	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	
10	2	2	2	1	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	
11	2	3	1	1	1	3	2	3	2	3	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	4	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	2	
12	2	2	1	2	4	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	
13	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	2	3	2	2	2	1	3	1	1	2	1	2	2	
14	2	2	1	1	2	2	1	1	2	3	4	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	
15	3	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	1	3	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	
16	1	3	1	2	3	3	1	1	1	3	2	1	1	1	1	2	1	1	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	
17	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	3	
18	2	2	2	1	3	3	1	4	2	3	2	1	1	1	2	2	2	1	2	4	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	
19	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2
20	2	1	3	3	2	2	2	3	3	2	3	1	1	2	3	2	2	3	2	3	3	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	
21	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	
22	3	2	3	2	2	4	2	3	4	2	3	2	2	4	1	3	4	2	3	2	1	4	2	4	3	2	3	2	1	4	2	3	3	
23	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	2	2	1	2	1	1	3	3	2	2	3	2	1	2	3	1	2	1	2	1	2	2	2	
24	3	2	3	3	1	3	1	2	1	4	2	2	1	3	2	2	2	1	3	2	1	4	2	3	2	1	2	1	1	2	1	3	2	
25	1	2	3	1	2	1	2	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3	2	4	3	2	3	2	2	3	1	1	1	
26	2	3	3	1	1	3	2	3	3	3	3	1	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	1	2	3	1	2	3	

	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96
1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	1	2	2	3
2	2	2	1	2	2	2	1	1	3	1	2	1	3	1	1	1	4	2	2	2	1	4	1	2	3	1	2	2	2	1	2
3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2
4	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	1	4	2	1	1	3	1	2
5	2	1	4	2	4	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	1
6	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2
7	3	1	2	4	2	1	1	1	1	2	1	2	4	1	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	1	4	1
8	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	2	1	4	1	1	3	2	1	1	3	1	1	4	1	4	1	1	2	1	1	1
9	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2
10	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2
11	2	1	1	1	3	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	4	3	2	2	2	1	2	1	1	3	2	2	1	2
12	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	1	3	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	3
13	3	2	2	3	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	1	2	2	2	1	2
14	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	4	2	2	2	1	4	1	1	4	2	1	3
15	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2
16	4	4	2	2	1	1	2	1	1	1	2	3	2	1	2	3	1	2	2	3	2	2	2	1	3	1	2	3	2	1	2
17	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2
18	2	2	2	2	1	1	2	1	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	2	3	1	2	2	2	3	1	2	1	2	1	2
19	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2
20	3	2	2	1	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2
21	2	1	2	2	2	1	1	4	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2
22	2	3	1	2	3	2	4	3	2	3	2	2	3	1	3	3	2	4	2	2	3	2	3	4	2	3	2	1	3	2	3
23	2	1	2	2	2	2	2	1	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2
24	3	2	4	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	3	4	1	1	2	2	2	3	2	2	4	4	3	2	1	3
25	4	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	3	2	1	2	2	1	2	3	1	4	3	2	2	1	2	3
26	3	1	1	2	3	1	4	1	2	3	2	3	1	2	1	1	3	2	2	3	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32
27	2	2	3	2	4	1	2	2	3	2	3	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	3	3	3	2	2
28	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	3	2	1	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2
29	3	1	1	1	3	1	1	2	4	2	2	1	2	1	1	2	4	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	4	2	2
30	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
31	3	1	2	2	3	2	1	3	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2
32	3	3	1	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	3	2	1	2	1
33	3	1	2	1	3	1	1	4	3	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	4	1	1
34	3	2	3	1	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2
35	3	1	3	2	3	2	1	3	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2	1	1	1	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2
36	2	3	2	2	2	2	1	4	2	2	1	1	2	3	1	2	2	2	1	1	1	4	1	4	2	2	3	3	3	3	2	2
37	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3
38	3	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	3	1	2	1	1
39	3	2	2	2	2	2	1	3	3	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	3	2	3	1	1
40	3	2	1	1	2	1	1	3	3	2	2	1	2	4	1	2	2	1	1	4	1	2	1	1	2	1	1	3	2	2	1	1
41	3	2	1	1	3	2	1	4	3	2	2	1	1	2	1	2	3	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	1	2	
42	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	1	2	2	1	2	3	2	1	4	2	2	1	1	2	2	1	2	2	3	2	1
43	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	4	1	1	2	3	3	3	2	2
44	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	1	2	1	2	2	2	3	2	2	3	3	2
45	3	2	1	3	3	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2
46	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	1	1	2	1	2	3	2	3	2	3	3	3	2
47	2	2	1	1	2	2	1	2	3	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	3	2	2	1
48	1	2	1	1	3	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2
49	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	1	
50	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2
51	3	2	2	1	3	2	2	2	4	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	4	2	1	

	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	
27	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	3	1	2	2	2	2	1	3	2	1	3	2	2	2	2	1	2	1	2	3	1	2	2	
28	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	
29	3	2	2	1	2	1	1	2	2	3	2	2	2	1	2	4	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	2	
30	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
31	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
32	1	1	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2
33	1	1	2	1	3	3	1	2	2	3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1
34	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	
35	2	2	3	2	2	2	1	3	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	
36	2	2	2	2	2	3	1	4	1	3	2	2	4	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	4	1	2	1	2	1	1	2	2	
37	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	
38	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1
39	2	2	1	2	3	2	1	3	2	3	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1
40	3	2	2	2	3	2	1	2	3	3	2	1	2	2	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	2	2	
41	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	1	4	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	3	1	
42	1	2	3	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	2	1	1	2	1	
43	2	2	2	1	3	2	1	3	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	
44	2	2	2	1	3	2	1	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	1	3	2	1	1	2	1	1	2	4	
45	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	4	1	1	2	2	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3
46	3	3	3	2	3	2	1	2	2	2	4	1	1	2	2	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	3	1	1	2	2	2	3	
47	2	2	3	2	3	1	1	1	3	3	2	1	2	1	1	2	3	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	
48	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	
49	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	
50	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	
51	3	2	1	2	2	2	2	4	2	2	4	1	1	2	2	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	3	1	1	2	2	2	3	

	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96
27	3	2	2	1	3	1	2	1	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3
28	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2
29	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	4	2	1	2	2	1	2
30	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2
31	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2
32	3	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2
33	1	1	4	1	1	1	2	1	4	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	4	1	1	1	1	1	2
34	3	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3
35	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2
36	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	4
37	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3
38	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	4	3	2	3	3	1	4	1	1	2	2	1	2
39	3	2	3	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	4	1	2	2	2	4	1
40	3	2	3	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2
41	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3
42	2	1	4	3	2	1	1	1	2	1	3	2	1	2	1	1	2	1	2	3	1	1	1	1	4	1	3	3	1	2	1
43	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	4	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	4	1	2	2	2	1	3
44	2	1	1	2	2	1	2	1	2	4	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	1	2
45	2	2	2	3	3	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2
46	2	2	2	3	3	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2
47	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	4	1	1	1	1	2	2
48	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3
49	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2
50	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2
51	2	2	2	3	3	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2

LAMPIRAN C

UJI DAYA BEDA AITEM

DAN REALIBILITAS

**Uji Daya Beda Aitem Dan Realibilitas Skala Kecemasan
pada Narapidana Menjelang Bebas**

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	51	100,0
	Excluded a	0	,0
	Total	51	100,0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,924	,928	96

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	186,22	480,093	-,123	.	,925
item2	186,96	471,398	,217	.	,924
item3	187,06	458,696	,479	.	,922
item4	187,29	476,292	,012	.	,925
item5	186,45	472,653	,142	.	,924
item6	187,02	468,900	,275	.	,923
item7	187,39	466,323	,454	.	,923
item8	186,57	473,170	,088	.	,925
item9	186,29	476,692	-,005	.	,925
item10	186,90	471,970	,178	.	,924
item11	187,04	459,558	,509	.	,922

item12	187,47	474,094	,097	.	,924
item13	187,18	470,188	,354	.	,923
item14	187,04	467,198	,300	.	,923
item15	187,73	470,923	,274	.	,923
item16	187,14	464,641	,399	.	,923
item17	186,75	471,794	,178	.	,924
item18	187,43	470,610	,285	.	,923
item19	187,63	465,318	,440	.	,923
item20	186,84	471,655	,109	.	,925
item21	187,59	469,127	,356	.	,923
item22	187,00	461,160	,496	.	,922
item23	187,51	468,975	,330	.	,923
item24	187,25	467,354	,273	.	,924
item25	187,24	458,744	,675	.	,921
item26	187,12	469,666	,295	.	,923
item27	186,84	461,935	,415	.	,923
item28	186,59	471,847	,163	.	,924
item29	186,69	478,700	-,071	.	,925
item30	186,47	471,614	,147	.	,924
item31	187,18	465,108	,408	.	,923
item32	187,43	461,850	,602	.	,922
item33	187,02	463,820	,484	.	,922
item34	186,86	467,201	,389	.	,923
item35	186,84	466,295	,323	.	,923

item36	187,27	463,923	,491	.	,922
item37	186,65	483,433	-,236	.	,926
item38	186,92	464,514	,426	.	,923
item39	187,43	466,730	,430	.	,923
item40	186,73	465,003	,308	.	,923
item41	187,00	471,320	,220	.	,924
item42	186,41	478,327	-,059	.	,925
item43	186,86	457,921	,539	.	,922
item44	187,55	469,693	,326	.	,923
item45	187,14	472,201	,126	.	,924
item46	187,10	462,730	,480	.	,922
item47	187,22	466,293	,448	.	,923
item48	187,06	457,496	,564	.	,922
item49	186,96	463,478	,484	.	,922
item50	187,24	461,864	,444	.	,922
item51	187,00	465,680	,485	.	,923
item52	186,75	474,114	,082	.	,925
item53	187,00	467,560	,300	.	,923
item54	186,98	455,180	,632	.	,921
item55	187,10	465,890	,467	.	,923
item56	186,82	462,308	,485	.	,922
item57	186,94	459,496	,542	.	,922
item58	187,47	469,574	,330	.	,923
item59	187,00	464,880	,485	.	,922

item60	187,75	470,274	,344	.	,923
item61	187,39	473,323	,148	.	,924
item62	187,24	456,344	,616	.	,921
item63	187,47	466,814	,424	.	,923
item64	186,94	470,896	,327	.	,923
item65	187,02	456,660	,609	.	,921
item66	186,61	469,323	,266	.	,924
item67	187,39	463,963	,441	.	,923
item68	186,78	483,413	-,215	.	,926
item69	187,10	464,810	,389	.	,923
item70	187,00	459,560	,549	.	,922
item71	187,61	466,803	,433	.	,923
item72	187,16	460,295	,563	.	,922
item73	187,37	461,838	,519	.	,922
item74	187,10	471,530	,183	.	,924
item75	187,14	458,921	,621	.	,922
item76	187,04	464,838	,488	.	,922
item77	186,98	463,700	,463	.	,922
item78	186,94	472,616	,122	.	,924
item79	187,14	470,801	,311	.	,923
item80	187,00	466,920	,376	.	,923
item81	186,86	466,761	,300	.	,923
item82	186,98	466,100	,397	.	,923
item83	187,10	461,090	,514	.	,922

item84	186,90	472,890	,134	.	,924
item85	186,67	475,747	,037	.	,925
item86	187,00	465,000	,558	.	,922
item87	186,90	470,770	,223	.	,924
item88	186,86	476,961	-,011	.	,925
item89	187,08	457,354	,719	.	,921
item90	186,02	492,980	-,489	.	,928
item91	187,12	454,746	,718	.	,921
item92	186,96	463,118	,498	.	,922
item93	186,76	470,664	,200	.	,924
item94	187,02	463,300	,670	.	,922
item95	187,18	468,068	,274	.	,923
item96	186,82	468,268	,311	.	,923

LAMPIRAN D

SKALA PENELITIAN

- 1. Skala Kecemasan pada Narapidana Menjelang Bebas**
(Pre-test)
- 2. Skala Kecemasan pada Narapidana Menjelang Bebas**
(Post-test Kelompok Eksperimen)
- 3. Skala Kecemasan pada Narapidana Menjelang Bebas**
(Pre-test Kelompok Kontrol)

Lampiran 1. Skala Kecemasan pada Narapidana Menjelang Bebas (*Pre-test*)

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya tetap tenang dalam menjawab pertanyaan yang berkaitan dengan rencana selepas bebas nanti.				
2.	Menjelang masa bebas, saya merasakan keringat yang lebih banyak dari sebelumnya.				
3.	Menjelang masa bebas yang tidak lama lagi membuat saya sulit untuk tidur.				
4.	Kepala saya terasa pusing ketika memikirkan kemungkinan balas dendam dari orang-orang yang pernah saya sakiti.				
5.	Akhir-akhir ini saya merasakan pencernaan saya terganggu.				
6.	Ketika memikirkan masa menjelang bebas saya tetap bisa mengikuti kegiatan yang ada di Lapas.				
7.	Menjelang masa bebas, saya merasa lebih mudah menyelesaikan masalah.				
8.	Saya tidak memiliki prasangka buruk terhadap orang lain.				
9.	Saya berfikir bahwa saya sulit untuk diterima kembali oleh masyarakat.				
10.	Saya mampu berkonsentrasi penuh meski teringat masa depan setelah bebas nanti.				
11.	Saya merasa orang diluar sana akan menjauhi saya karena telah menjadi				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
	mantan narapidana.				
12.	Saya yakin dapat beradaptasi kembali setelah menjalani pembinaan di lembaga pemasyarakatan.				
13.	Saya merasa orang lain membenci saya karena kesalahan yang sebelumnya diperbuat.				
14.	Saya tetap merasa tenang walaupun menjelang masa bebas.				
15.	Saya merasa mudah sakit hati apabila orang lain mengkritik saya.				
16.	Saya yakin di luar Lapas banyak kegiatan positif yang bisa saya kerjakan.				
17.	Saya takut ketika bebas nanti tidak ada kegiatan yang bisa saya lakukan karena terbiasa di dalam Lapas banyak kegiatan yang dikerjakan.				
18.	Saya merasa tidak aman jika nanti berada di luar Lapas.				
19.	Saya siap menghadapi hari pembebasan saya.				
20.	Saya berusaha patuh pada aturan hukum agar tidak mengulangi kesalahan lagi.				
21.	Akhir-akhir ini saya lebih peduli terhadap lingkungan sekitar.				
22.	Saya lebih memilih diam ketika diberi kesempatan untuk berinteraksi dengan orang di luar.				

Lampiran 2. Skala Kecemasan pada Narapidana Menjelang Bebas (*Post-test* Kelompok Eksperimen)

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
2.	Tubuh saya gemetar ketika membayangkan respon masyarakat luar terhadap mantan narapidana seperti saya.				
3.	Masa bebas tidak mempengaruhi pola tidur saya.				
4.	Kondisi badan saya semakin bugar setelah tahu bahwa saya akan bebas.				
5.	Saya mudah terbangun secara tiba-tiba saat tidur di malam hari.				
6.	Menjelang masa bebas saya cenderung sulit dalam berfikir.				
7.	Saya mudah untuk dipercaya lagi oleh masyarakat.				
8.	Pikiran saya kacau saat memikirkan masa pembebasan.				
9.	Saya berpikir bahwa orang-orang di luar Lapas mengharapkan saya segera bebas.				
10.	Menjelang masa bebas membuat saya terus memikirkan pandangan negatif masyarakat kepada saya.				
11.	Saya merasa tertekan apabila harus membicarakan masa bebas.				
12.	Meskipun kelak sebagai mantan narapidana, saya yakin lowongan pekerjaan tetap menerima saya.				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
13.	Ketika bebas nanti keluarga akan menolak, karena saya berstatus mantan narapidana.				
14.	Saya yakin setelah bebas orang lain akan beranggapan baik kepada saya.				
15.	Saya merasa orang lain akan selalu berfikiran negatif kepada saya setelah bebas nanti.				
16.	Ketika orang bertanya kapan bebas, saya akan menjawab dengan santai.				
17.	Menjelang masa bebas membuat saya lebih mudah marah kepada teman sesama narapidana dengan alasan yang kurang jelas.				
18.	Saya tetap menerima kritikan orang lain tentang rencana setelah bebas sekalipun kritikan tersebut berbeda pendapat dengan saya.				
19.	Saya mampu menahan marah jika mendengar kritik negatif tentang seorang mantan narapidana.				
20.	Mendekati masa bebas, saya lebih sering menyendiri.				
21.	Saya lebih sering melamun memikirkan apa yang akan saya lakukan setelah bebas dari Lapas.				
22.	Mendekati hari pembebasan, saya semakin bingung menentukan ketrampilan apa yang harus dipelajari.				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
23.	Ketika saya diberi kesempatan untuk berinteraksi di luar lembaga masyarakat saya akan cenderung menghindar.				
24.	Menjelang masa bebas saya cenderung peduli terhadap teman satu lapas.				

Lampiran 3. Skala Kecemasan pada Narapidana Menjelang Bebas (*Pre-test* Kelompok Kontrol)

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Selama ini jantung saya sehat-sehat saja.				
2.	Akhir-akhir ini telapak kaki dan tangan saya mudah terasa dingin apabila pegawai Lapas memanggil saya untuk membicarakan masalah masa bebas.				
3.	Saya merasa pusing setiap membayangkan nasib saya sebagai mantan narapidana.				
4.	Saya tidur dengan nyenyak setiap malam.				
5.	Menjelang masa bebas saya cenderung sulit mengambil keputusan.				
6.	Ketika orang lain membicarakan masa bebas, saya menjadi tidak fokus dengan apa yang sedang dikerjakan.				
7.	Menjelang masa bebas saya sulit memusatkan perhatian kepada teman.				
8.	Saya memiliki pemikiran akan sulit mendapatkan pekerjaan dengan label sebagai mantan narapidana.				
9.	Saya mudah menceritakan rencana setelah bebas nanti kepada orang lain.				
10.	Saya takut dikritik orang lain apabila menceritakan rencana saya setelah				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
	bebas.				
11.	Saya takut sesuatu akan menimpa saya setelah bebas nanti.				
12.	Keluarga tetap menerima kehadiran saya kembali setelah menjalani pembinaan di lembaga pemasyarakatan.				
13.	Masa menjelang bebas membuat perasaan saya tidak tenang karena membayangkan tantangan yang harus saya jalani nantinya.				
14.	Saya percaya bahwa masih banyak masyarakat yang menerima kehadiran saya walaupun sebagai mantan narapidana.				
15.	Saya merasa kurang nyaman apabila ditanya mengenai kapan masa bebas.				
16.	Menjelang masa bebas ini saya menjadi pribadi yang lebih sabar dari sebelumnya.				
17.	Saya takut ketika bebas nanti tidak ada pekerjaan yang mau menerima saya.				
18.	Saya khawatir apabila setelah bebas nanti orang lain mengetahui bahwa saya mantan narapidana.				
19.	Saya merasa orang di luar sana akan menjauhi saya karena telah menjadi mantan narapidana.				
20.	Saya mulai merencanakan kegiatan				

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
	yang akan dilakukan setelah bebas nanti.				
21.	Saya terkadang menangis bila memikirkan bagaimana respon masyarakat tentang mantan narapidana.				
22.	Saya cenderung akan menghindari apabila orang membahas masa bebas.				
23.	Saya berusaha seminimal mungkin untuk tidak berinteraksi dengan orang di luar Lapas.				

LAMPIRAN E

TABULASI HASIL

PENELITIAN

- 1. Tabulasi Hasil *Pre-Test* Kelompok Eksperimen**
- 2. Tabulasi Hasil *Pre-Test* Kelompok Kontrol**
- 3. Tabulasi Hasil *Post-Test* Kelompok Eksperimen**
- 4. Tabulasi Hasil *Post-Test* Kelompok Kontrol**

Lampiran 1. Tabulasi Hasil *Pre-Test* Kelompok Eksperimen

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	TOTAL	KETERANGAN	
YK	2	2	4	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	50	SEDANG
NBM	2	2	2	3	4	2	3	3	4	3	4	3	4	2	4	2	4	2	1	1	2	4	61	TINGGI	
EN	1	2	4	1	4	1	1	1	4	1	4	3	3	1	2	1	3	2	2	2	1	1	45	RENDAH	
RS	2	3	2	2	2	2	2	2	4	1	4	2	3	2	3	2	3	2	2	2	1	4	52	SEDANG	
A	1	2	4	2	2	2	3	1	4	3	4	3	4	3	3	2	4	4	3	2	2	4	62	TINGGI	
ES	3	4	3	4	3	2	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	2	2	2	4	72	SANGAT TINGGI	
IK	4	4	4	2	2	2	3	2	4	3	4	3	4	3	3	2	4	4	3	2	2	4	68	TINGGI	
JN	4	4	3	4	3	2	4	4	4	3	4	3	4	3	4	2	4	4	2	2	2	4	73	SANGAT TINGGI	

Lampiran 2. Tabulasi Hasil *Pre-Test* Kelompok Kontrol

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	TOTAL	KETERANGAN
SAA	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	31	SANGAT RENDAH
R	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	43	RENDAH
YA	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	43	RENDAH
ID	2	3	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	38	SANGAT RENDAH
JS	1	1	1	1	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	37	SANGAT RENDAH
DI	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	45	RENDAH
LA	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44	RENDAH
AK	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	40	RENDAH
NS	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	51	SEDANG
SBT	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	3	38	SANGAT RENDAH

Lampiran 3. Tabulasi Hasil *Post-Test* Kelompok Eksperimen

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	TOTAL	KETERANGAN
YK	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	41	RENDAH
NBM	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	42	RENDAH
EN	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	43	RENDAH
RS	2	4	2	4	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	3	42	RENDAH
A	4	3	2	1	4	2	2	1	2	2	1	1	1	3	1	1	3	3	4	2	2	1	46	RENDAH
ES	4	3	2	4	3	3	4	1	2	2	1	1	1	3	1	1	3	3	4	2	2	1	51	SEDANG
IK	2	2	1	3	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	46	RENDAH
JN	2	4	2	3	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	3	1	1	2	2	1	40	RENDAH

Lampiran 4. Tabulasi Hasil *Post-Test* Kelompok Kontrol

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	TOTAL	KETERANGAN
SAA	1	1	1	3	2	2	1	4	1	1	4	4	1	4	1	4	2	2	1	4	1	1	46	RENDAH
R	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44	RENDAH
YA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22	SANGAT RENDAH
ID	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44	RENDAH
JS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	25	SANGAT RENDAH
DI	1	2	3	1	2	2	3	2	2	2	1	2	1	4	1	2	2	1	1	2	3	4	44	RENDAH
LA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22	SANGAT RENDAH
AK	2	2	3	2	3	3	2	4	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	52	SEDANG
NS	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	48	RENDAH
SBT	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	1	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	40	RENDAH

LAMPIRAN F

ANALISA DATA DAN

HASIL PENELITIAN

- 1. Uji Asumsi**
- 2. Uji Hipotesis**

1. UJI ASUMSI
 - A. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		PRE-TEST	POST-TEST
N		18	18
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	49,6111	41,0000
	Std. Deviation	12,61716	8,93769
Most Extreme Differences	Absolute	,198	,289
	Positive	,198	,130
	Negative	-,103	-,289
Kolmogorov-Smirnov Z		,841	1,225
Asymp. Sig. (2-tailed)		,479	,099

- a. Test Distribution is Normal
- b. Calculated from data

- B. Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

HASIL PRE DAN POST

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
3,324	1	34	,077

2. UJI HIPOTESIS

ANOVA
HASIL

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	896,178	1	896,178	6,913	,018
Within Groups	2074,100	16	129,631		
Total	2970,278	17			

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
HASIL	10,719	,005	-1,240	16	,233	-5,175	4,174	-14,024	3,674
			-1,365	11,202	,199	-5,175	3,792	-13,503	3,153

LAMPIRAN G

TERAPI KILAT DHUHA

1. *Interrater Professional Judgement* Modul
2. *Informed Consent* Terapi Kilat Dhuha
3. Evaluasi Pelatihan (Terapi Kilat Dhuha)
4. Modul Pelatihan Terapi Kilat Dhuha

Lampiran 1. Interrater Professional Judgement Modul

Interrater Professional Judgement Modul

Modul tentang pelatihan dzikir dan sholat dhuha yang akan dinilai oleh beberapa ahli bidangnya, antara lain :

1. Psikolog 1 : Hj. Ratna Supradewi, S.Psi, M.Si, Psi
2. Psikolog 2 : Erni Agutina Setiowati, S.Psi, M.Psi
3. Psikolog 3 : Titin Suprihatin, S.Psi, M.Psi

Keterangan Nilai

No.	Keterangan
1.	Tidak Baik
2.	Kurang Baik
3.	Cukup Bagi
4.	Baik
5.	Sangat Baik

1. Penilaian Secara Umum dari Psikolog 1

No.	Aspek Penilaian	Nilai
1.	Modul memiliki pengantar yang didalamnya telah memperhatikan <i>building rapport</i>	4
2.	Modul menjelaskan mengenai proses pelatihan yang dan kemudian menyepakati kesediaan untuk mengikuti pelatihan.	5
3.	Modul memberikan kesepakatan waktu dalam melakukan pelatihan.	4
4.	Modul memberikan kesepakatan mengenai tata tertib dalam melakukan pelatihan.	4
5.	Modul membangkitkan kebutuhan peserta dalam mengikuti pelatihan, sehingga dapat menurunkan pemikiran buruk tentang penilaian orang lain pada dirinya.	4

2. Kritik dan Saran

1. Apakah tidak ada penjelasan th arti dzikir
2. Apakah ada lembar self monitoring?
Dzikir sendiri di waktu luang/malam
3. Buku dzikir yg mudah dibawa

Interrater Professional Judgement Modul

Modul tentang pelatihan dzikir dan sholat dhuha akan dinilai oleh beberapa ahli bidangnya yaitu ahli agama dan ahli psikolog. Ahli tersebut antara lain :

Ahli Agama :

1. Ahli Agama 1 : Choeroni AM, SHI, M.Ag
2. Ahli Agama 2 : Umar Nur Said, S.Ag, M.Ag

Ahli Psikolog :

1. Psikolog 1 : Hj. Ratna Supradewi, S.Psi, M, Si, Psi
2. Psikolog 2 : Titin Suprihatin, S.Psi, M.Psi

Keterangan Nilai

Keterangan	Nilai
Tidak Baik	1
Kurang Baik	2
Cukup Bagi	3
Baik	4
Sangat Baik	5

4

1. Penilaian oleh Ahli Agama 1

No.	Aspek Penilaian	Nilai
1.	Modul memiliki pengantar yang didalamnya telah memperhatikan <i>building rapport</i>	
2.	Modul menjelaskan mengenai proses pelatihan dan kemudian menyepakati kesediaan untuk mengikuti pelatihan.	
3.	Modul memberikan kesepakatan waktu dalam melakukan pelatihan.	
4.	Modul memberikan kesepakatan mengenai tata tertib dalam melakukan pelatihan.	
5.	Modul membangkitkan kebutuhan peserta dalam mengikuti pelatihan, sehingga dapat menurunkan pemikiran buruk tentang penilaian orang lain pada dirinya.	
6.	Modul menggunakan tata cara yang benar dan mudah dipahami.	

2. Kritik dan Saran

.....

.....

.....

.....

.....

Interrater Professional Judgement Modul

Modul tentang pelatihan dzikir dan sholat dhuha akan dinilai oleh beberapa ahli bidangnya yaitu ahli agama dan ahli psikolog. Ahli tersebut antara lain :

Ahli Agama :

1. Ahli Agama 1 : Choeroni AM, SHI, M.Ag
2. Ahli Agama 2 : Umar Nur Said, S.Ag, M.Ag

Ahli Psikolog :

1. Psikolog 1 : Hj. Ratna Supradewi, S.Psi, M, Si, Psi
2. Psikolog 2 : Titin Suprihatin, S.Psi, M.Psi

Keterangan Nilai

Keterangan	Nilai
Tidak Baik	1
Kurang Baik	2
Cukup Bagi	3
Baik	4
Sangat Baik	5

1. Penilaian oleh Ahli Agama 1

No.	Aspek Penilaian	Nilai
1.	Modul memiliki pengantar yang didalamnya telah memperhatikan <i>building rapport</i>	4
2.	Modul menjelaskan mengenai proses pelatihan dan kemudian menyepakati kesediaan untuk mengikuti pelatihan.	4
3.	Modul memberikan kesepakatan waktu dalam melakukan pelatihan.	4
4.	Modul memberikan kesepakatan mengenai tata tertib dalam melakukan pelatihan.	4
5.	Modul membangkitkan kebutuhan peserta dalam mengikuti pelatihan, sehingga dapat menurunkan pemikiran buruk tentang penilaian orang lain pada dirinya.	4
6.	Modul menggunakan tata cara yang benar dan mudah dipahami.	4

2. Kritik dan Saran

.....

.....

.....

.....

.....

Interrater Professional Judgement Modul

Modul tentang pelatihan dzikir dan sholat dhuha akan dinilai oleh beberapa ahli bidangnya yaitu ahli agama dan ahli psikolog. Ahli tersebut antara lain :

Ahli Agama :

1. Ahli Agama 1 : Choeroni AM, SHI, M.Ag
2. Ahli Agama 2 : Umar Nur Said, S.Ag, M.Ag

Ahli Psikolog :

1. Psikolog 1 : Hj. Ratna Supradewi, S.Psi, M, Si, Psi
2. Psikolog 2 : Titin Suprihatin, S.Psi, M.Psi

Keterangan Nilai

Keterangan	Nilai
Tidak Baik	1
Kurang Baik	2
Cukup Bagi	3
Baik	4
Sangat Baik	5

4

1. Penilaian oleh Ahli Agama 1

No.	Aspek Penilaian	Nilai
1.	Modul memiliki pengantar yang didalamnya telah memperhatikan <i>building rapport</i>	
2.	Modul menjelaskan mengenai proses pelatihan dan kemudian menyepakati kesediaan untuk mengikuti pelatihan.	
3.	Modul memberikan kesepakatan waktu dalam melakukan pelatihan.	
4.	Modul memberikan kesepakatan mengenai tata tertib dalam melakukan pelatihan.	
5.	Modul membangkitkan kebutuhan peserta dalam mengikuti pelatihan, sehingga dapat menurunkan pemikiran buruk tentang penilaian orang lain pada dirinya.	
6.	Modul menggunakan tata cara yang benar dan mudah dipahami.	

2. Kritik dan Saran

.....

.....

.....

.....

.....

Lampiran 2. *Informed Consent* Terapi Kilat Dhuha**LEMBAR PERSETUJUAN (*INFORMED CONSENT*)**

Selamat Pagi/Siang/Sore

Pelatihan Kilat Dhuha diselenggarakan sebanyak 5 (lima) kali pertemuan. Kami memohon kesediaan Anda untuk membantu melancarkan pelatihan ini. Partisipasi Anda dalam pelatihan ini bersifat *volunteer* (relawan). Kami akan menjamin kerahasiaan identitas pribadi dari semua informasi yang akan Anda berikan serta akan menggunakan data tersebut hanya untuk kepentingan pelatihan semata.

Jika bersedia, Anda dipersilahkan untuk menandatangani formulir persetujuan dan mengisi lembar identitas yang tersedia di lembar berikutnya. Atas bantuan dan waktu yang Anda berikan, kami ucapkan terima kasih.

IDENTITAS DIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama :

Agama :

Waktu bebas :

Pidana/Pasal :

Bahwa Saya Bersedia untuk mengikuti Pelatihan Kilat Dhuha hingga pelatihan ini selesai.

	Hari/Tanggal	Waktu	Hadir / Tidak Hadir
Pertemuan 1			
Pertemuan 2			
Pertemuan 3			
Pertemuan 4			
Pertemuan 5			

Semarang, _____2019

Lampiran 3. Evaluasi Pelatihan (Terapi Kilat Dhuha)

LEMBAR EVALUASI

PELATIHAN KILAT DHUHA

Nama :

Agama :

Waktu Bebas :

Pidana / Pasal :

Di bawah ini terdapat beberapa pernyataan yang berkaitan dengan pelatihan kilat dhuha yang telah Anda terima. Pernyataan tersebut berupa pasangan kata-kata yang dapat Anda gunakan untuk menggambarkan perasaan Anda pada pelatihan kilat dhuha ini. Berikan tanda lingkaran (O) pada angka yang sesuai dengan perasaan Anda.

Contoh :

- Pelatihan kilat dhuha (dzikir dan sholat dhuha)

	1	2	3	4	5
Tidak bermanfaat					
Bermanfaat					

Semakin ke kanan Anda melingkari, maka pelatihan kilat dhuha bermanfaat. Sementara semakin ke kiri Anda melingkari, maka pelatihan kilat dhuha tidak bermanfaat.

1. Materi pelatihan kilat dhuha (dzikir dan sholat dhuha) :

	1	2	3	4	5
--	----------	----------	----------	----------	----------

Sulit dilakukan
dilakukan

Mudah

1 **2** **3** **4** **5**

Tidak bermanfaat
Bermanfaat

1 **2** **3** **4** **5**

Sulit dipahami
dipahami

Mudah

2. Penyampaian (yang memberikan pelatihan) saat memberikan pelatihan
:

1 **2** **3** **4** **5**

Tidak jelas

Sangat jelas

1 **2** **3** **4** **5**

Membosankan

Menarik

3. Apa yang Anda peroleh selama mengikuti pelatihan ini?

4. Tuliskan apa yang Anda rasakan selama dan setelah mengikuti pelatihan ini ?

5. Tuliskan kritik dan saran tentang pelatihan ini!

Lampiran 4. Modul Pelatihan Terapi Kilat Dhuha

MODUL PELATIHAN KILAT DHUHA



Disusun Oleh : Raeda Nur Lailani