

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lembaga Pemasyarakatan dan narapidana adalah dua hal yang sudah tidak asing dikalangan masyarakat. Narapidana adalah terpidana yang menjalani hukuman kehilangan kemerdekaan di Lembaga Pemasyarakatan sesuai dengan Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995. Narapidana adalah seseorang yang sedang menjalani masa hukuman dari pengadilan sebagai akibat dari keterlibatannya dengan tindakan kejahatan yang melanggar perundang-undangan dan peraturan yang berlaku dan ditempatkan di dalam Lembaga Pemasyarakatan atau Lapas sehingga hilang kemerdekaannya (Purnomo, 1980).

Lembaga pemasyarakatan mempunyai peran yang sangat penting dalam pemberian pembinaan kepada narapidana. Pembinaan yang dilakukan terhadap narapidana berupa pendidikan jasmani, pendidikan rohani, pendidikan keterampilan dan sebagainya. Salah satu lembaga pemasyarakatan yang ada di Kota Semarang adalah Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A yang juga memiliki tugas untuk membimbing para narapidana untuk menjadi insan yang berguna bagi diri sendiri, masyarakat, bangsa dan tanah air. Para narapidana tentu berharap setelah mereka keluar dari lembaga Pemasyarakatan akan dapat diterima kembali di lingkungan masyarakat sebagai individu yang baru dan layak untuk dihargai dan dihormati (Meilina, 2013).

Narapidana adalah pelaku tindak kejahatan yang telah melewati berbagai proses hukum dan sedang berada di penjara. Narapidana yang sedang menjalani masa hukuman seringkali merasa kehilangan kemerdekaan dan pembatasan ruang gerak. Menurut Priyatno (2006), pembatasan ruang gerak bagi narapidana bertujuan untuk menuntun dan mengarahkan narapidana untuk menyesali perbuatannya dan tidak mengulangi kesalahan yang sama. Tujuan lain adalah untuk mendidik narapidana agar bisa menjadi warga masyarakat yang baik dan bermanfaat bagi sesamanya. Narapidana yang sedang menjalani masa hukuman memiliki tujuan untuk merubah diri menjadi individu yang lebih baik dan tidak

jatuh kedalam kesalahan yang sama. Namun, kebanyakan narapidana memiliki permasalahan yang berupa permasalahan baik permasalahan fisik maupun permasalahan psikologis. Meilina (2013) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa berbagai pengaruh psikologis yang dialami narapidana perempuan berupa kehilangan identitas pribadi akibat peraturan yang diterapkan di Lapas, narapidana yang selalu mendapat pengawasan dari petugas, hilangnya kemerdekaan dalam berpendapat dan melakukan hobi, pembatasan komunikasi dengan orang lain di luar Lapas, kehilangan kasih sayang dari keluarga, kehilangan harga dirinya, kehilangan rasa percaya diri serta terampas kreativitasnya.

Narapidana akan mendapatkan binaan selama berada dalam lembaga pemasyarakatan sehingga ketika bebas narapidana tersebut dapat berfungsi secara sosial dan moral dengan baik ketika berada di masyarakat. Narapidana merupakan predikat menakutkan bagi sebagian orang, sehingga akan muncul keluhan seperti membenci kemudian menyalahkan diri sendiri dan orang lain serta berbagai penyebab yang dapat mempengaruhi keadaan dirinya. Hidup sebagai narapidana dianggap sebagai suatu bentuk kehidupan yang penuh dengan penderitaan.

Hasil dari wawancara penelitian yang dilakukan oleh Ula (2014) menunjukkan fakta bahwa narapidana menghadapi kemelut akan arti dalam kehidupan, narapidana tidak dapat memaklumi kondisi yang sedang ia hadapi, seperti mengalami berbagai *mental shock*, merasa bersalah dan menyalahkan hidup, merasa tidak berdaya, dan berpandangan negatif terhadap masa depannya. Permasalahan-permasalahan tersebut sangat mudah dirasakan oleh semua narapidana laki-laki dan perempuan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh *Bureau Of Justice Statistics* (<http://www.bjs.gov>) yang menyatakan bahwa sebanyak 23,6% narapidana wanita teridentifikasi mengalami gangguan kesehatan mental daripada narapidana laki-laki yang hanya berkisar 15,8%. Fakta dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa 1 dari 4 wanita dalam Lembaga Pemasyarakatan tersebut mengalami gangguan mental. Pada tahun 2005, sebesar 73,1% narapidana wanita mengalami gangguan mental dibandingkan narapidana laki-laki yang hanya sebesar 55%. Hasil penelitian serupa juga dilakukan oleh Ula (2014), tentang kebermaknaan hidup bagi narapidana memperjelas bahwa narapidana

wanita cenderung lebih mudah mengalami tekanan kejiwaan daripada narapidana laki-laki. Tidak ada perbedaan hak dan kewajiban antara narapidana perempuan dan narapidana laki-laki, akan tetapi perbedaan akan tampak jelas secara psikologis, hal ini sejalan dengan pendapat Fauziyyah & Herdiana (2013) yakni adanya perbedaan keadaan emosi dan mental antara narapidana perempuan dengan narapidana laki-laki.

Narapidana yang masuk ke dalam penjara membawa sebuah perubahan yang cukup besar bagi narapidana. Perubahan besar yang terjadi berupa perubahan fisik dan psikologis. Narapidana perempuan cenderung lebih rentan mengalami efek-efek psikis dan psikologis yang buruk selama berada di lapas, seperti rendah diri yang besar, hilang identitas diri hingga mengalami depresi. Berbagai penolakan yang datang dari keluarga dan masyarakat juga dinilai mampu memperburuk kondisi psikologis narapidana wanita, sehingga akan mengakibatkan keinginan untuk menarik diri dan enggan untuk bersosialisasi lagi ketika berada di lingkungan sosial (Naiborhu & Mailani, 2018). Kepala Lapas Perempuan Kelas II A Malang, Yusanti (2019) mengatakan bahwa perpisahan dengan keluarga, sahabat, dan orang-orang terdekat menjadi sumber stress dan masalah bagi narapidana. Narapidana perempuan memiliki perasaan yang lebih sensitif, sehingga menjadi mudah stres dalam menghadapi berbagai permasalahan hidup.

Menurut Bingswanger (2010), narapidana perempuan cenderung lebih mudah mengalami berbagai gangguan meliputi gangguan fisik dan psikis karena merasa lebih banyak menanggung beban hidup daripada laki-laki. Penelitian sebelumnya yang pernah dilakukan oleh Hayati (2015) menunjukkan hasil bahwa permasalahan yang dialami sebagian besar narapidana perempuan di Lapas Kelas IIA Semarang yaitu kekhawatiran pada anak, perasaan takut diceraikan suami, dikucilkan keluarga dan takut menjadi sampah masyarakat. Penelitian lain yang dilakukan oleh Meilina (2013) yang dilakukan di Lapas Wanita Kelas II A Malang, memberikan fakta narapidana yang tinggal di dalam penjara akan menghadapi kehidupan yang sangat berbeda ketika berada di luar penjara. Hal ini membuat narapidana harus merasakan berbagai masalah psikologis seperti tidak memiliki identitas diri karena akibat adanya berbagai peraturan dan tata cara hidup di lapas

yang berbeda, narapidana yang selalu diawasi oleh petugas, hilangnya kebebasan dalam berpendapat dan melakukan hobi, kurangnya berkomunikasi dengan orang lain terutama keluarga, merasa tidak berharga, dan kehilangan rasa percaya diri serta merasa terampas kreatifitas.

Ketidakmampuan narapidana perempuan dalam menerima kondisi ketika berada di dalam penjara dapat menjadi sumber stres bagi narapidana perempuan yang sedang menjalani masa hukuman. Narapidana perempuan yang mengalami hal tersebut akan diliputi perasaan sesal dan kekecewaan terhadap dirinya sendiri, perasaan khawatir akan dipandang tidak berguna, perasaan malu, rasa penerimaan yang kurang terhadap vonis yang tidak sesuai keinginan, perasaan takut berpisah dengan keluarga, dan sebagainya. Perasaan-perasaan tersebut bisa menjadi penyebab narapidana merasa depresi dan menurunkan kesejahteraan psikologis. Sehingga, narapidana perempuan tidak mampu maksimal memperbaiki dalam masa pembinaan dan keterampilan selama berada di lapas.

Berbagai kondisi psikologis narapidana perempuan ini mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologisnya. Menurut Field (2009), kesejahteraan psikologis dapat didefinisikan sebagai keadaan mental yang positif. Kesejahteraan psikologis individu dapat tergambar dari bagaimana individu tersebut mencapai tingkat keberfungsian yang tertinggi sebagai manusia, berjuang mencapai tujuan serta mencapai tujuan yang diinginkan tersebut (Lopez & Snyder, 2002). Selama rentang kehidupan, untuk mencapai kesejahteraan secara psikologis merupakan hal yang sedikit sulit untuk diwujudkan, sehat secara fisik dan psikologis harus bisa terpenuhi bersamaan. Individu yang sehat secara psikis akan membuat seseorang mencapai kebahagiaan secara jasmani dan rohani.

Ryff (2013) menjelaskan bahwa individu yang sehat secara mental meliputi keadaan kesejahteraan psikologis yang akan meningkatkan pertumbuhan diri dan kebahagiaan serta keadaan mental yang positif. Seorang individu yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis tinggi akan mempengaruhi hampir seluruh keadaan hidupnya. Kesejahteraan psikologis akan mempengaruhi keadaan fisik dan mental individu menuju lebih baik, juga dapat meningkatkan usia harapan

hidup serta dapat dijadikan gambaran dalam kualitas dan kebermanfaatan hidup yang dimiliki individu tersebut.

Kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh narapidana dikaji lebih dulu melalui studi pendahuluan. Wawancara dilakukan di lembaga pemasyarakatan terhadap 3 narapidana perempuan. Berikut adalah hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 20 Desember 2019 di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Kota Semarang.

Subjek 1, R 50 tahun divonis 5 tahun 3 bulan :

“Yang saya rasain sekarang masih suka sedih mbak, kadang nangis sendiri. Saya mikirnya kenapa saya bisa brengsek seperti ini? Saya gak pernah mikir akibatnya bakal seperti ini. Yang saya pikirkan cuma saya butuh ‘obat’ itu, Cuma itu. Saya menyesal mbak, saya masih suka marah sama diri sendiri. Jujur saya belum bisa maafin diri saya sendiri sampai sekarang mbak, saya masih belum bisa ikhlas sepenuhnya. Saya masih belum tau apa yang harus saya lakukan setelah kasus ini. Saya suka ngerasa gak pantes untuk disayangi sama anak-anak saya mbak. Tapi mereka baik sekali sama saya mbak, sering jenguk saya, padahal saya bilang gak usah sering-sering dijenguk. Kalau sekarang saya cuma bisa berfikiran yaudah lah jalanin aja. Anggap aja ini kayak pesantren. Penebusan dosa.”

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada subjek 1, subjek merasakan penyesalan yang sangat mendalam dan merasa sangat bersalah sehingga subjek merasa tidak pantas mendapatkan kasih sayang dari orang lain terutama anak-anak subjek. Pada subjek 2 merasa takut menjalani kehidupan setelah bebas dari lapas dengan predikat sebagai mantan narapidana. Subjek merasa pesimis tentang apa yang harus dilakukan untuk memulai kehidupan baru setelah bebas dari lapas.

Berikut adalah wawancara yang dilakukan peneliti dengan subjek 2 :

Subjek 2, RS 37 Tahun divonis 2 tahun :

“Perasaan menyesal pasti punya mbak. Masih suka terbayang-bayang di masa lalu. Terus suka mikir apa yang harus saya lakuin nanti setelah bebas dari sini? Gimana saya menghadapi pemikiran orang-orang, tetangga-tetangga, atau teman-teman terhadap saya? Apalagi saya mantan narapidana seperti ini. Masih suka ngelamun kadang-kadang. Malah dulu saya masih suka nangis yang sampe nangis banget mbak. Sampai teman saya disini nanya, saya kenapa. Saya sedih sekali mbak. Anak saya masih kecil mbak, udah saya tinggal. Iya kadang ngerasa gak pantas banget jadi seorang Ibu, sebagai istri,

sebagai anak juga. Tapi untung keluarga saya nerima apa adanya banget. Jadi ya, Alhamdulillah. Yang rasain sekarang pokoknya dijalaniin aja gitu. Ya mau gimana lagi. Tapi lama-lama saya mikirnya, gakpapa. Mungkin lewat jalan ini, Tuhan mau saya dekat dengan Dia.”

Subjek 3 merasakan perasaan yang sama dengan subjek 2, yaitu perasaan yang pesimis terhadap masa depan setelah masa bebas dari lapas. Subjek juga merasa belum dapat memaafkan diri sepenuhnya dan masih sering teringat akan kesalahan yang pernah dilakukan di masa lalu. Berikut adalah kutipan wawancara peneliti dengan subjek 3 :

Subjek 3 D, 32 Tahun, divonis 3 tahun :

“Perasaannya tentu aja sedih dong mbak. Seharusnya saya bekerja, ngurusin anak, cari uang untuk anak, saya janda mbak, jadi cari nafkah sendiri. Sedih mbak, selalu mikirin anak saya gimana. Meskipun sekarang lagi diasuh mbahnya, tapi ya gimana ya mbak namanya anak kan. Iya pernah terlintas pikiran untuk benci sama diri sendiri. Dari awal masuk sini sih, sering banget. Ngerasa kayak saya ini manusia yang buruk banget pokoknya lah. Sedih nangis sampe berhari-hari gitu awalnya. Tapi makin lama akhirnya saya bisa ikhlas mbak. Mungkin ini teguran untuk saya, yang terlalu ngejar dunia, sampe lupa akhirat. Saya ikhlas aja udah mbak, dijalaniin aja pokoknya mah.”

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa narapidana yang sedang menjalani masa hukuman tak luput dari berbagai permasalahan psikologis. Narapidana dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah maka akan sulit menerima dirinya sendiri secara utuh. Narapidana yang memiliki perasaan bersalah, perasaan tak berdaya dan perasaan tidak pantas dicintai akibat kesalahan yang pernah dilakukan di masa lalu akan menghambat narapidana dalam mencapai kesejahteraan secara psikologis. Kesejahteraan psikologis yang baik dibutuhkan dalam penerimaan diri serta pertumbuhan pribadi yang akan dijalani narapidana selama menjalani masa hukuman dan setelah narapidana selesai menjalani masa hukuman. McCullough (2000) menyatakan bahwa kondisi kesejahteraan psikologis individu akan meningkat jika individu tersebut mampu memberi maaf pada setiap peristiwa buruk dan menyakitkan yang dialami.

Worthington, dkk (2007) menyatakan bahwa perilaku sulit memaafkan diri sendiri atau memaafkan orang lain akan menyebabkan perasaan yang mudah bersedih hati, perasaan dendam, bermusuhan, perasaan benci dan marah yang tak berkesudahan, serta perasaan khawatir dan cemas terhadap masa depan, bahkan depresi. Snow (1993) menyatakan bahwa memaafkan diri sendiri berarti mengampuni diri sendiri serta sepenuhnya menerima dan mengakui telah melakukan kesalahan, dan memiliki keinginan untuk bertobat dan tidak ingin melakukan kesalahan yang sama. Setiap individu cenderung lebih mudah memaafkan orang lain, dibandingkan memaafkan dirinya sendiri terlebih dahulu. Philpot (2006) mendefinisikan pemaafan sebagai hasil dari proses yang melibatkan perubahan dalam hal sikap dan emosi tentang perilaku mengganti emosi negatif dengan emosi positif termasuk kasih sayang dan kebajikan. Penelitian awal tentang memaafkan diri telah menunjukkan bahwa kegagalan untuk memaafkan diri sendiri dapat dikaitkan dengan psikopatologi individu, termasuk neurotisme yang lebih tinggi, depresi yang lebih tinggi, kecemasan yang lebih tinggi, dan skor kesehatan umum yang lebih rendah (Maltby et al., 2001).

Sebuah studi tentang pemaafan diri yang dilakukan oleh Hall dan Fincham (2005), pemaafan diri diartikan sebagai adanya suatu perubahan keinginan individu yang mampu mengurangi motivasi untuk melawan diri seperti menghukum diri dan berperilaku merusak atau menyakiti diri sendiri serta mampu meningkatkan keinginan untuk berperilaku baik terhadap diri sendiri. Pemaafan diri terdiri dari dua jenis, yaitu memaafkan diri sendiri untuk kerugian atas diri sendiri dan kerugian atas orang lain. Enright (1996) menyatakan bahwa memaafkan diri sendiri berarti berhak untuk membenci diri atas kesalahan-kesalahan yang pernah dilakukan. Akan tetapi, juga berkewajiban untuk mengasihi, mencintai diri sendiri, serta menghargai diri sendiri. Memaafkan diri sendiri juga berarti berusaha dengan tulus untuk merubah masa depan menjadi lebih baik.

Pemaafan diri juga ditemukan membawa banyak manfaat untuk kesejahteraan psikologis seseorang, seperti tingkat kecemasan dan depresi yang rendah, kesehatan mental dan kepuasan hidup yang baik, serta memiliki berbagai

relasi yang positif dan persepsi dukungan sosial yang lebih baik (Bell dkk, 2016). Worthington (2006) menyatakan memaafkan mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis seseorang. Memaafkan dan tidak memaafkan seseorang akan berdampak terhadap kesejahteraan psikologisnya. Perbedaan individu yang memiliki sikap tidak memaafkan akan lebih mudah mengalami kemarahan dan depresi.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Raudatussalamah dan Susanti (2014) di Lapas Klas II B Pekanbaru menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara pemaafan dan *psychological well being* pada narapidana wanita. Penelitian tersebut menggunakan variabel pemaafan yang lebih luas, yaitu pemaafan pada orang lain, pemaafan pada diri sendiri, dan pemaafan situasi. Sedangkan pada penelitian ini, peneliti lebih memfokuskan pada variabel pemaafan diri sendiri. Pemaafan berperan dalam kesejahteraan individu dengan cara merubah berbagai pikiran, emosi, dan perilaku yang negatif menjadi respon yang positif. Studi ini sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Hill & Allemand (2011) menjelaskan bahwa individu dengan sikap bersyukur dan sikap pemaafan yang baik akan menimbulkan perasaan yang positif, optimis, dan memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi serta mengurangi tingkat negativitas dan pesimisme.

Berdasarkan fenomena di atas, telah banyak dilakukan penelitian mengenai hubungan antara pemaafan diri dan kesejahteraan psikologis. Namun, peneliti melakukan penelitian yang berbeda karena sepengetahuan peneliti belum ada penelitian mengenai hubungan dari kedua variabel tersebut di Lapas Kelas II A Kota Semarang, dengan demikian penelitian ini dinyatakan orisinal dan belum pernah dilakukan sebelumnya. Memaafkan diri sendiri penting dilakukan untuk membebaskan narapidana dari rasa bersalah dan merasa tidak berguna sehingga dapat mencapai kebahagiaan serta kesejahteraan psikologis bagi narapidana untuk keberlangsungan hidup narapidana selama berada di lapas dan setelah keluar dari lapas. Berdasarkan gambaran di atas maka perlu dilakukan penelitian tentang “Hubungan Antara Pemaafan Diri dengan Kesejahteraan Psikologis Narapidana Perempuan di Lapas Klas II A Kota Semarang”.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara pemaafan diri dengan kesejahteraan psikologis pada narapidana perempuan di Lapas Kelas II A Kota Semarang?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pemaafan diri dengan kesejahteraan psikologis pada narapidana Perempuan di Lapas Kelas IIA Semarang.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu kajian dan referensi dalam ilmu psikologi guna memperkaya pengetahuan mengenai hubungan antara Pemaafan Diri dengan Kesejahteraan Psikologis pada Narapidana Perempuan di Lapas Kelas IIA Semarang.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai berikut:

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan peneliti tentang pemaafan diri dan kesejahteraan psikologis.

b. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan, sumber dan dapat menjadi acuan untuk penelitian yang akan dilakukan selanjutnya.