

EFEKTIVITAS AFIRMASI DIRI UNTUK MENURUNKAN STRES PADA NARAPIDANA DI BAWAH UMUR

Oleh:

Ardiyanti

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

ABSTRAK

Narapidana anak yang menghuni Lembaga Pemasyarakatan adalah remaja. Usia dimana anak berada pada tahap pencarian identitas. Narapidana anak secara langsung mengalami penyesuaian terhadap lingkungan baru dan kebebasan mereka yang tidak seperti anak seusia mereka pada umumnya. Hal tersebut dapat menjadi pemicu yang menimbulkan stres. Tahap ini adalah tahap terjadinya konflik internal dan eksternal yang dapat menimbulkan stres yang berat. Oleh karena itu untuk menurunkan stres pada narapidana dibawah umur adalah menggunakan afirmasi diri. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh afirmasi diri terhadap penurunan stres pada narapidana anak. Partisipan dalam penelitian ini sebanyak 10 narapidana anak dan menggunakan desain eksperimen *One Group Pretest-Posttest Design*.

Hasil uji hipotesis menggunakan *Wilcoxon Sign Rank Test* menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan pada pemberian afirmasi diri terhadap penurunan stres pada narapidana anak, diperoleh 0,312 ($p > 0,05$). Terdapat beberapa faktor penyebab tidak terbuktinya hipotesis yaitu waktu pemberian afirmasi diri yang cukup singkat, tidak diberikannya penugasan sehingga afirmasi hanya dilakukan pada saat proses intervensi, serta kelemahan pada validitas internal dan eksternal.

Kata kunci : Afirmasi diri, Stres

***AFFIRMATION EFFECTIVENESS OF SELF TO REDUCE STRESS ON
UNDER AGE PRISONERS***

By:

Ardiyanti

Psychology Faculty of Islamic Sultan Agung University

ABSTRACT

Inmates of children who inhabit Correctional Institute was a teenager. The age at which children are at the stage of search for identity. Inmates children directly adjusted to the new environment and the freedom of those who are not as young as they are in general. It could be the trigger that leads to stress. This stage is the stage of internal and external conflicts that can cause severe stress. Therefore, to reduce stress on the inmates under the age is using self-affirmation. This study aimed to examine the effect of self-affirmation to decrease stress on the child inmates. Participants in this study as many as 10 inmates of children and using design of experiment one group pretest-posttest design.

Hypothesis test results using Wilcoxon Sign Rank Test showed that there was no significant effect on the intervention of self-affirmation to the reduction of stress on the child inmates, obtained 0,312 ($p > 0.05$). There are several factors that cause not proven the hypothesis that the timing of self-affirmation is quite short, are not given the assignment so that the affirmation is only carried out during the intervention process, as well as weaknesses in the internal and external validity.

Keyword : Self affirmation and stress