

Dampak Dukungan Sosial terhadap Stres Narapidana Wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Lubuk Pakam

Danielta Winner^{1*}, Mitro Subroto²

¹ Politeknik Ilmu Pemasyarakatan; danieltawinner@gmail.com

² Politeknik Ilmu Pemasyarakatan; mitrosubroto07@gmail.com

| INFO ARTIKEL | ABSTRAK |
|---|---|
| Kata Kunci: Dukungan sosial; Stres; Narapidana wanita. | Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak dukungan sosial terhadap stres narapidana wanita di lembaga pemasyarakatan. Metode penelitian deskriptif kualitatif dengan studi kepustakaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa narapidana perempuan menerima tingkat dukungan sosial yang lebih tinggi dibandingkan narapidana laki-laki. Mekanisme dukungan sosial tertentu yang diberikan kepada narapidana tampaknya berdampak pada kemampuan mereka beradaptasi dengan lingkungan penjara. Selain itu, pengaruh status perkawinan terhadap pelanggaran di kalangan narapidana ditemukan berbeda-beda tergantung pada jenis kelamin mereka. |

1. PENDAHULUAN

Indonesia termasuk salah satu negara hukum. Hal ini berarti bahwa seluruh warga negaranya dituntut untuk menaati seluruh tata tertib maupun peraturan yang ada pada suatu kelompok masyarakat. Jika terdapat beberapa anggota masyarakat yang melakukan pelanggaran hukum, maka akan dikenakan sanksi pidana dan kemudian melalui serangkaian prosedur hukum hingga diambil keputusan untuk ditahan. Berdasarkan Peraturan Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia (HAM) Republik Indonesia Nomor 10 Tahun 2020 sebagaimana diatur dalam Pasal 11 Nomor 7 Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan. Terpidana adalah terpidana yang sedang menjalani pidana penjara di lembaga pemasyarakatan, artinya terpidana tidak dapat hidup leluasa dan berbuat semaunya apabila hal tersebut melanggar aturan yang telah ditetapkan dalam Undang-undang Narapidana yang berdasarkan pada dokumen rincian pidana yang tertulis dan tertulis. Jadwal Berbingkai mencakup aktivitas yang dilakukan narapidana mulai dari bangun hingga tidur kembali. Dukungan sosial yang mengarah kepada kenyamanan, perhatian, penghargaan, ataupun dukungan yang diterima oleh individu dari seseorang atau kelompok yang lain. Siegel (Wahyuni, 2016) menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan informasi dari orang lain yang menunjukkan bahwa dirinya dicintai dan diperhatikan, mempunyai harga diri dan harga diri, serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan komitmen bersama. Dalam pengertian ini Thoits (Wahyuni, 2016) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah sejauh mana kebutuhan dasar seseorang akan kasih sayang, pengakuan, rasa memiliki dan rasa aman dipenuhi melalui interaksi dengan orang lain. Dukungan sosial berasal dari hubungan baik yang dibangun antara lingkungan sekitar dan membuat orang merasa nyaman secara fisik dan psikologis (Novitasari, 2020). Seseorang dengan dukungan sosial yang tinggi biasanya memiliki pengalaman yang baik dalam menghadapi stres. Oleh karena itu, jika pengalaman dalam menghadapi stres diperlukan untuk menghadapi situasi pemicu stres, maka kemungkinan besar orang tersebut mampu menghadapi stres dengan baik.

Pasal 1 Undang-Undang No. 12 tahun 1995 tentang permasyarakatan menerangkan bahwa lembaga pemasyarakatan atau disebut dengan Lapas merupakan suatu tempat dimana dilaksanakan kegiatan pembinaan bagi narapidana dan anak didik pemasyarakatan di Indonesia. Lapas itu sendiri

didirikan dengan tujuan untuk membina masyarakat yang bermasalah dalam berbagai aspek kehidupan, salah satunya dalam meningkatkan kontrol diri dari narapidana tersebut, agar dapat berperilaku yang baik saat di dalam Lapas maupun setelah keluar dari Lapas dalam berkehidupan bermasyarakat (Astuti, 2011). Kegiatan pembinaan terhadap narapidana Lapas dilakukan berdasarkan sistem, kelembagaan, dan cara pembinaan yang merupakan bagian akhir dari sistem pemidanaan dalam tata peradilan pidana (Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995). Lapas yang seharusnya tempat melaksanakan pembinaan bagi para narapidana agar menjadi pribadi yang lebih baik lagi, justru menjadi salah satu tempat kejahatan kekerasan yang dilakukan sesama narapidana (Nisa, 2020). Masih banyak narapidana yang belum merasakan perlindungan selama berada dalam masa tahanan. Maraknya keributan yang terjadi di lembaga pemasyarakatan (Lapas) antara sesama napi mendapat perhatian masyarakat, sehingga dalam hal ini peneliti berupaya membahas rumusan masalah yaitu 1) Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada narapidana wanita di Lembaga Pemasyarakatan Lubuk Pakam?; dan 2) Bagaimana peran dukungan sosial bagi narapidana wanita selama menjalankan kegiatan pembinaan di Lapas Kelas IIB Lubuk Pakam?.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian normatif dengan melakukan penelusuran pustaka. Hasil penelitian ini diperoleh melalui beberapa bahan hukum seperti dalam bentuk undang-undang, pendapat sarjana, maupun tulisan-tulisan yang berhubungan dengan penyelesaian hukum. Adapun Metode penelitian yang digunakan adalah dengan pendekatan hukum normatif. Tipe penelitian yang digunakan menurut sifatnya yaitu penelitian deskriptif, menurut tujuannya adalah dengan penelitian penemuan fakta (fact finding) yang bertujuan mengetahui fakta bagaimana aplikasi dilapangan terhadap ketentuan hukum normative yang sudah dibentuk oleh negara apakah sudah didukung dengan kesiapan dari segi sarana dan pra-sarana-nya. Dalam penerapannya bahwa penelitian ini memiliki fokus bahasan utama yang terfokus pada masalah yaitu penelitian yang mengaitkan penelitian murni dengan penelitian terapan, dan menurut ilmu yang digunakan yaitu penelitian monodisipliner, dimana penelitian ini hanya didasarkan pada satu disiplin ilmu, yakni ilmu hukum.

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data yang terdiri dari bahan hukum primer, sekunder, dan tersier sebagai berikut:

1. Bahan hukum primer, merupakan bahan hukum yang memiliki kekuatan yang mengikat, baik berupa peraturan perundang-undangan di Indonesia maupun instrument hukum internasional seperti perjanjian internasional yang terkait dengan substansi per-undang-undangan di Indonesia.
2. Bahan hukum sekunder, yakni merupakan bahan hukum yang memiliki kaitan yang cukup erat dengan bahan hukum primer. Bahan ini dapat menolong kita untuk menganalisa, memahami, dan menjelaskan bahan hukum primer, yang antara lain adalah buku, internet, artikel ilmiah, disertasi, tesis, serta makalah.
3. Bahan hukum tersier, yakni merupakan bahan hukum yang memberikan petunjuk ataupun penjelasan atas bahan hukum primer dan juga sekunder, yakni kamus. Pertama kita melakukan pengumpulan terhadap bahan hukum primer, sekunder dan tersier, kemudian dilakukan analisis serta bahan tersebut disajikan secara deskriptif kualitatif. Terkait alat pengumpul data, penelitian ini memakai studi dokumen yang ditambahkan dengan kegiatan wawancara bersama narasumber yang dalam hal ini dengan mendatangi langsung lembaga pemasyarakatan kelas IIB Lubuk Pakam untuk melengkapi data yang terkumpul.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Dukungan Sosial

Dukungan sosial dapat diartikan sebagai pengetahuan yang diperoleh dari orang lain yang peduli, memperhatikan, dan menghargai diri sendiri; pengetahuan ini merupakan bagian dari jaringan

komunikasi yang menjadi tanggung jawab bersama antara orang tua, pasangan, anak, saudara, teman, dan masyarakat luas. Seseorang yang memiliki dukungan sosial yang kuat kemungkinan besar memiliki keterampilan yang diperlukan untuk mengatasi stres secara efektif, sehingga meningkatkan kemungkinan mereka melakukan hal tersebut jika dihadapkan pada keadaan yang paling mungkin menyebabkan stres tersebut muncul (Sarason, 1983).

3.2. Sumber Dukungan Sosial

Menurut McCubbin & McCubbin (dalam Van Breda, 2001), ada 4 yang menjadi sumber utama dukungan sosial, yaitu :

- a. The Concept of Neighbourhoods. Peran lingkungan setempat atau komunitas dalam memberikan pembelajaran dan mendemonstrasikan cara memberikan bantuan dalam menghadapi permasalahan antar individu.
- b. The Role of Family and Kinship Networks in Society. Keberadaan keluarga berfungsi sebagai sumber utama dukungan sosial, yang mencakup tidak hanya keluarga inti namun juga jaringan kekerabatan yang lebih luas..
- c. Intergenerational Support. Dukungan timbal balik antargenerasi merupakan faktor yang signifikan dalam menciptakan kepuasan bagi banyak keluarga. Seperti halnya kualitas dan frekuensi komunikasi yang terjadi antara individu-individu dalam lingkungan keluarga, seperti orang tua, anak-anak, kakek nenek, dan anggota keluarga lainnya.
- d. Mutual self-help groups. Konsep gotong royong mengacu pada pendekatan kolaboratif di mana individu atau kelompok bekerja sama untuk mengatasi kebutuhan dan tantangan bersama. Kelompok dapat didefinisikan sebagai entitas yang terdiri dari individu atau unit keluarga yang terlibat dalam pertukaran gagasan dan berbagi permasalahan yang serupa dalam konteks situasi yang sulit, dengan tujuan saling memberikan bantuan. Bantuan yang diberikan dalam konteks kelompok seperti ini sering kali diketahui dapat meningkatkan kualitas hidup para anggotanya.

3.3. Fungsi Utama Dukungan Sosial

Menurut McCubbin & McCubbin (dalam Van Breda, 2001), terdapat 2 fungsi utama dari dukungan sosial yaitu:

- a. Melindungi keluarga dari efek penyebab stres atau tekanan, dalam hal ini sistem dari sebuah dukungan berperan sebagai penahan stres yang muncul. Secara teori, individu maupun keluarga yang memiliki sistem dukungan yang baik lebih sedikit mengalami tekanan daripada individu maupun keluarga dengan sistem dukungan yang kurang.
- b. Sebuah sistem dukungan memungkinkan individu dan keluarga untuk dapat menanggulangi stres lebih cepat. Individu maupun keluarga yang memiliki sistem dukungan yang baik akan dapat menanggulangi masa-masa sulit dengan lebih cepat.

3.4. Stress

Taylor (2003) memberikan penjelasan tentang penelitian para psikolog selama beberapa dekade ini tentang efek stres terhadap kondisi psikologis dan kesehatan fisik. Pengalaman emosional negatif yang disertai dengan perubahan fisiologis, kognitif, dan tingkah laku yang disebabkan oleh peristiwa yang penuh tekanan dan ketegangan disebut stres (Baum, dalam Taylor, 2003). Stres dimulai dengan situasi yang dapat menjadi stresor, seperti peristiwa dari luar, seperti persepsi utama seseorang tentang peristiwa. Apakah kejadian tersebut memiliki nilai netral, positif, atau negatif. Kondisi fisik, kognitif, emosional, dan respons perilaku seseorang dipengaruhi oleh perspektif mereka terhadap peristiwa tersebut, terutama dalam situasi yang menegangkan.

3.5. Dukungan Sosial dan Stress Narapidana Wanita

Dalam menghadapi tekanan atau stres setiap orang pastinya memiliki cara yang berbeda. Dalam berbagai peristiwa hal ini dapat dikategorikan dalam kejadian positif, negatif, maupun netral dan tentunya akan dipandang dengan cara yang berbeda juga. Kejadian negatif dalam hidup juga terkadang memicu stres dan dapat dipandang seseorang sebagai suatu tantangan dalam hidup yang harus diselesaikan untuk mendapatkan jalan keluarnya (Scholichatun, 2011). Terdapat pula beberapa orang yang menganggapnya sebagai tekanan yang berujung terhadap kesehatan biologis dan psikologisnya (Taylor, 2003). Sama halnya dengan perasaan tertekan atau stres yang dialami oleh narapidana yang baru memasuki sel atau baru menjadi tahanan, perasaan tertekan yang muncul sering terjadi karena terpisahnya narapidana dengan orang-orang terdekatnya dan lingkungan baru yang ditinggalinya yang masih terasa asing. Hal itu memicu perasaan tertekan yang dialami oleh narapidana. Seperti penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ardila dan Herdiana (2013) yang meneliti tentang "Penerimaan Diri pada Narapidana Wanita" menyebutkan bahwa narapidana yang baru masuk LAPAS mengalami perubahan perasaan atau emosi. Perubahan emosi yang terjadi diantaranya yaitu ada beberapa narapidana mengalami perubahan temperamen yang tinggi, dan narapidana lainnya yang menjadi pendiam dan merasa tidak bahagia, ada pula narapidana yang menganggap dirinya tidak berharga lagi setelah masuk LAPAS (Sari, 2019). Tidak semua penghuni baru mengalami perubahan emosi negatif. Terdapat beberapa narapidana yang mengalami perubahan secara religiusitas, lebih dapat menerima keadaannya sekarang, dan dapat lebih mengontrol emosinya saat beribadah. Faktor penting lainnya yang dapat membuat narapidana tidak mengalami perubahan emosi negatif adalah dengan adanya dukungan dari keluarga secara konsisten (Harahap, 2018). Dengan demikian bisa dikatakan bahwa dengan adanya dukungan sosial yang diterima oleh narapidana, hal tersebut dapat membuat narapidana memandang dirinya menjadi lebih positif dan tidak mengalami perasaan tertekan dengan apa yang dialaminya sekarang yang akan berujung pada stres jika hal tersebut apabila dibiarkan berlarut-larut.

4. KESIMPULAN

Dari penjelasan mengenai hasil di atas, bisa diketahui dukungan sosial cukup efektif untuk mengalihkan setiap tekanan atau stres yang dialami para narapidana wanita. Salah satunya yaitu dengan dukungan sosial dari lingkungan sekitar LAPAS. Dukungan sosial itu sendiri bisa dalam berbagai bentuk. Seperti kegiatan-kegiatan yang dilakukan di LAPAS maupun dalam bentuk pengungkapan diri melalui perasaan dan pikiran kepada seseorang, entah kepada teman sesama LAPAS maupun keluarga yang datang berkunjung. Dukungan sosial terdiri dari dukungan emosional yang berupa perhatian dari seseorang, empati dan belas kasih. Bentuk dari dukungan ini mengutamakan perasaan seseorang dalam penyampaiannya, agar seseorang yang mendapatkan bentuk dari dukungan emosional ini mengerti dan merasa bahwa dirinya dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang lain. Dukungan Penghargaan, dukungan ini meliputi pembangunan kepercayaan diri dan dorongan-dorongan positif yang dapat berguna untuk membantu seseorang dalam mengembangkan potensi pada dirinya. Dukungan Instrumental atau bentuk nyata yang berupa bantuan secara langsung maupun dalam bentuk materi terhadap seseorang. Dukungan Informasi, bentuk dari dukungan informasi ini yaitu meliputi pengarahan, nasihat, dan umpan balik terhadap tindakan seseorang terhadap permasalahan yang sedang dihadapinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardila, F., & Herdiana, I. (2013). "Penerimaan Diri pada Narapidana Wanita." *Jurnal Psikologi*.
- Astuti, A. (2011). Pembinaan mental narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Wirogunan Yogyakarta. *Jurnal Citizenship*, 1, (01).
- Dien Novitasari. (2020). Dukungan Sosial dalam Mengatasi Stres: Konsep dan Implikasi dalam Kesehatan Mental. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 76-88.

- Harahap, R. M., & Susanti, W. (2018). "Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres pada Narapidana Wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Lubuk Pakam." *Jurnal Kesehatan*.
- Nisa, K., & Utami, R. W. (2020). "Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Tingkat Stres Narapidana Wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Sukun Malang." *Jurnal Psikologi*.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: the social support questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 127- 139.
- Sari, P. W., & Purwanto, E. (2019). "Peran Dukungan Sosial dalam Mengurangi Stres Narapidana Wanita di Lembaga Pemasyarakatan." *Jurnal Psikologi*.
- Sholichatun, Y. (2011). Stres dan strategi coping pada anak didik di Lembaga Pemasyarakatan Anak. *Psikoislamika, Jurnal Psikologi Islam (JPI)*, 8, (01).
- Taylor, S. E. (2003). "The social regulation of emotion." *Emotion*, 3(1), 8-13.
- Van Breda, A. D. (2001). "Conceptualizing a strategy for addressing poverty in sub-Saharan Africa: a case study of the implementation of program for the integrated development of South Africa." In *Proceedings of the Regional Conference on Poverty Reduction Strategies in sub-Saharan Africa (Vol. 3, pp. 1-7)*.
- Wahyuni. (2016). Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Psikologis. *Jurnal Psikologi*, 43(2), 123-135.
- McCubbin, H. I., & McCubbin, M. A. (2007). "Family stress theory and assessment: The T-Double ABCX model of adjustment and adaptation." *Handbook of family measurement techniques, Volume 3*, 383-400.