

Pengaruh Religiusitas terhadap Tingkat Stres Narapidana yang Mengikuti Kelas Pesantren di Lembaga Pemasarakatan Kelas IIA Tenggarong

Sofia Zamarin¹, Padmono Wibowo²

¹ Politeknik Ilmu Pemasarakatan; sofiazamarin54@gmail.com

² Politeknik Ilmu Pemasarakatan; padmonowibowo@gmail.com

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
Kata Kunci: Religiusitas; Tingkat Stres; Narapidana; Pesantren.	Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis persepsi narapidana terhadap religiusitas, tingkat stres dan pengaruh religiusitas terhadap tingkat stres narapidana yang mengikuti kelas pesantren pada Lembaga Pemasarakatan Kelas IIA Tenggarong. Dalam penelitian ini digunakan pendekatan kuantitatif dengan populasi dalam penelitian diambil dengan rumus tabel krejcie dan morgan yang berjumlah 90 narapidana yang mengikuti kelas pesantren. Pada tahapan analisis data menggunakan software SPSS 26 dengan tingkat signifikansi 5%. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa religiusitas berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat stres narapidana dengan $Y = 38,468 + (-0,222X)$. Hasil analisis deskriptif pada religiusitas mendapat hasil cukup baik dan tingkat stres narapidana mendapat hasil cukup tinggi.

1. PENDAHULUAN

Sistem pemsarakatan merupakan suatu tatanan mengenai arah dan batasan serta metode pelaksanaan fungsi pemsarakatan secara terpadu. Tujuan sistem pemsarakatan untuk memberikan perlindungan kepada hak-hak tahanan dan anak, menyadarkan warga binaan atas kesalahan yang dilakukan agar tidak mengulangi tindak pidana dengan meningkatkan kualitas diri melalui pembinaan kemandirian dan kepribadian.

Tekanan yang dihadapi sebagai warga binaan pemsarakatan di lembaga pemsarakatan menyerang kondisi fisik, psikologi dan sosial. Hal ini dikarenakan kehidupan mereka yang terbatas dan terkekang dari masyarakat sekitar. Berdasarkan UU No. 22 Tahun 2022 tentang pemsarakatan menjelaskan pengertian narapidana adalah terpidana yang sedang menjalani pidana penjara untuk waktu tertentu dan seumur hidup atau terpidana mati yang sedang menunggu pelaksanaan putusan, yang sedang menjalani pembinaan di lembaga pemsarakatan.

Stres bukan fenomena baru dalam kehidupan manusia. Stres dapat muncul dari eksternal maupun dari internal. Peristiwa yang terjadi di kehidupan dapat menimbulkan stres jika individu tidak dapat beradaptasi dalam waktu yang sangat singkat (Psikologi, Tua, & Gaol, 2016). Adaptasi lingkungan yang baik dari segi fisik, psikologi maupun sosial akan menekan kondisi stres yang dialami narapidana (Husni, 2018). Pemicu stres yaitu tidak dapat menerima atas peristiwa yang dialami, susah memulihkan kebahagiaan yang hilang (Muslim, 2015). Individu yang sedang dilanda stres dapat dilihat dari perilaku yang tidak normal atau wajar yang biasanya dilakukan misalnya perubahan kogniti, reaksi emosional, respon perilaku dan perubahan fisiologis (Cohen, 1988).

Religiusitas menurut (Huber & Huber, 2012) yaitu pandangan seseorang tentang cara mereka melihat dunia sehingga perilaku dan pengalaman yang didapatkan melalui perspektif individu. Religiusitas adalah keyakinan pada agama serta komitmen individu terhadap agama yang dianut dan diyakini sebagai yang paling memiliki makna (ultimate meaning) (Stark, Glock, & Kelly, 1968). Pengalaman menunjukkan seberapa jauh individu mengalami pengalaman religius. Keagamaan

memberikan ketenangan jiwa, individu yang religius dapat mengendalikan emosional dengan lebih baik. Ketenangan jiwa didapatkan melalui baiknya aktivitas keagamaan yang dilakukan hal ini dapat menjauhkan individu dari stres. Religiusitas dapat melepaskan manusia dari perasaan tegang, cemas, bahkan depresi (Aulina, 2012)

Keterbatasan interaksi bersama keluarga membuat narapidana merasakan tekanan dalam dirinya. Hal yang dapat dilakukan oleh narapidana dengan memfokuskan diri untuk meningkatkan religiusitas melalui berbagai kegiatan keagamaan. Selain untuk mendekatkan diri dengan Tuhan, adanya rasa ingin bertaubat atas kesalahan yang pernah dilakukan dan tidak akan mengulangi tindak pidana. Narapidana yang tertekan dengan kondisi yang tidak mereka sukai akan memicu stres, namun dengan mendekatkan diri dengan Tuhan mampu mencegah yang paling efektif untuk mengontrol psikologis individu.

Tingginya tingkat stres narapidana jika dibarengi dengan iman dan religius yang tinggi maka akan menekan pengaruh negatif stres. Adapaun cara yang dilakukan narapidana di dalam lapas dengan mendekatkan diri pada Tuhan, berserah diri dan meminta pertaubatan dari Tuhan. Akan ada rasa ketenangan dalam diri dan menekan tingkat stres.

Dimensi religiusitas pada penelitian ini diadopsi dari (Huber & Huber, 2012) yaitu intelektual, ideologi, praktik publik, praktik tertutup dan pengalaman. Faktor yang mempengaruhi keberhasilan religiusitas dipengaruhi oleh pendidikan dan pengajaran, pengalaman hidup yang diperoleh memiliki kaitan dengan agama, kebutuhan yang belum pernah terpenuhi dan prose berpikir individu. Adapula pendapat dari Smet dalam (Asiyah, 2020) mengatakan sumber stres terbagi menjadi dua, yaitu pertama, dalam diri individu yaitu penilaian dan motivasi diri. Kedua, diluar dari individu yaitu keluarga, komunitas dan lingkungan.

Dimensi tingkat stres pada penelitian ini diadopsi dari (Safarino & Smith, 1959) yaitu, psikologi, sosial dan biologis. Menurut (Potter & Perry, 2017) tingkatan stres yang dialami manusia dibagi menjadi 3 (tiga) kelompok yaitu, stres ringan, hampir setiap individu merasakannya yang terjadi karena kesehariannya. Stres sedang, adanya ketegangan dan timbulnya rasa kewaspadaan dalam kemampuan mengatasi permasalahan yang dihadapi. Stres berat, ketidakmampuan seseorang dalam mengatasi masalah yang dihadapi dan tidak mampu mengontrol aktifitas fisik dan psikologi dalam hitungan bulan maupun tahun.

Penelitian ini memiliki tujuan untuk menguji pengaruh religiusitas terhadap tingkat stres narapidana yang mengikuti kelas pesantren di Lembaga Pemasarakatan Kelas IIA Tenggarong. Berdasarkan penjelasan diatas didapatkan 2 (dua) hipotesis, yaitu:

H₀ : Tidak Terdapat Pengaruh Religiusitas Terhadap Tingkat Stres Narapidana yang Mengikuti Kelas Pesantren di Lembaga Pemasarakatan Kelas IIA Tenggarong

H_a : Terdapat Pengaruh Religiusitas Terhadap Tingkat Stres Narapidana yang Mengikuti Kelas Pesantren di Lembaga Pemasarakatan Kelas IIA Tenggarong

2. METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Menurut (Creswell, 2016) mengungkapkan bahwa teknik penelitian kuantitatif adalah teknik penelitian yang dipakai untuk menguji teori objektif terhadap hubungan tiap variabel. Lokus penelitian ini dilaksanakan di Lapas Kelas IIA Tenggarong. Desain penelitian yang digunakan *Cross-sectional Survey Design* yaitu penelitian observasi yang menganalisis data variabel yang dikumpulkan pada waktu tertentu diseluruh sampel yang telah ditentukan. Sampel penelitian ini menggunakan rumus dari Krejcie dengan hasil perhitungan sampel yang diambil sebanyak 90 orang (Krejcie, V.Morgan, & W., 1996).

Operasional variabel dalam penelitian ini menggunakan variabel bebas dan terikat. Variabel operasional pada penelitian ini menggunakan variabel religiusitas (X) dan variabel tingkat stres (Y) yang ditujukan kepada narapidana yang mengikuti kelas pesantren di Lapas Kelas IIA Tenggarong. Untuk indikator variabel religiusitas peneliti menggunakan indikator dari teori (Huber & Huber, 2012) yang terbagi menjadi 5 (lima) dimensi yaitu, dimensi intelektual, dimensi ideologi, dimensi praktik publik, dimensi praktik tertutup dan dimensi pengalaman. Sedangkan untuk indikator variabel stres peneliti

menggunakan indikator dari teori (Safarino & Smith, 1959) yang terbagi menjadi 3 (tiga) dimensi yaitu, dimensi psikologi, dimensi sosial dan dimensi fisik. Skala penilaian yang dipakai dalam penilaian ini ialah skala Likert 1-4. Kuesioner akan diuji validitas dan reliabilitasnya sebelum disebarikan untuk mengetahui apakah pernyataan tersebut memuat seluruh dimensi dari masing-masing variabel. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier sederhana, dimana analisis tersebut dilakukan terhadap satu variabel terikat dan satu variabel bebas dengan bantuan program komputer IBM SPSS statistic versi 26 untuk dapat menjawab rumusan masalah tersebut. Masalah dalam penelitian dan untuk menguji hipotesis yang diajukan sebelumnya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Uji Normalitas Data

Table 1. Hasil Uji Normalitas Data

		Unstandardized Residual
N		90
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.70994520
Most Extreme Differences	Absolute	.082
	Positive	.078
	Negative	-.082
Test Statistic		.082
Asymp. Sig. (2-tailed)		.181 ^c

Dari hasil uji normalitas yang terdapat pada tabel diatas dapat diketahui nilai signifikansi sebesar 0.181 yang menyatakan > 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal dan dapat digunakan untuk analisis berikutnya yang dibutuhkan oleh peneliti dalam memperoleh data.

3.2. Uji Regresi Linear Sederhana

Table 2 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	157.839	1	157.839	11.057	.001 ^b
	Residual	1256.261	88	14.276		
	Total	1414.100	89			

Tabel Anova digunakan untuk menjelaskan seberapa besar nilai signifikan antara variabel religiusitas (X) terhadap variabel tingkat stres (Y). Dari nilai output diatas dapat dilihat pada nilai F hitung sebesar 11.057 dengan tingkat signifikansi atau nilai probabilitas sebesar 0.001 menunjukkan nilai signifikansi < 0.005 sehingga model regresi dapat digunakan untuk memprediksi variabel stres. Uji regresi linier sederhana yang dilakukan pada penelitian ini memberikan kesimpulan bahwa terdapat pengaruh variabel religiusitas terhadap stres narapidana yang mengikuti kelas pesantren.

3.3 Uji Signifikansi

Table 3. Hasil Uji Signifikansi

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	38.468	3.502		10.985	.000
	religiusitas	-.222	.067	-.334	-3.325	.001

Hasil uji signifikansi yang ada diatas dapat diambil kesimpulan bahwa nilai pada t hitung sebesar 3.325 dan nilai t tabel sebesar 1,987 dengan nilai sig sebesar 5% sehingga menghasilkan sesuai dengan syarat uji signifikansi yaitu jika nilai t hitung > dari t tabel yaitu $3.325 > 1.987$ maka hal tersebut menunjukkan nilai pengaruh yang positif antara variabel X terhadap variabel Y. H0 diterima dan Ha ditolak apabila nilai t hiurung < t tabel yang menandakan tidak ada pengaruh positif antar variabel, dan jika nilai t hitug > t tabel maka dapat diambil kesimpulan bahwa adanya pengaruh yang positif antara variabel religiusitas terhadap variabel stres hal ini dilihat dari nilai t hitung $3.325 >$ dari t tabel 1.987 hal ini dapat disimpulkan bahwa Ha diterima dan H0 ditolak yaitu adanya pengaruh yang positif antara religiusitas terhadap stres narapidana yang mengikuti kelas pesantren di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Tenggarong.

3.4 Uji Determinasi

Table 5. Hasil Uji Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.334 ^a	.112	.102	3.778

Pada hasil uji besar pengaruh variabel digunakan sebagai uji besaran nilai korelasi/hubungan (R) antar variabel yang diperoleh sebesar 0.334 dan terdapat hasil dari besarnya presentase pengaruh antara Variabel bebas (Religiusitas) terhadap Variabel Terikat (Stres). Dapat dilihat pada ouput nilai koefisien determinasi (R²) yang merupakan nilai dari oengkuadratan nilai korelasi (R) sebesar 0.112 yang berarti pada hasil uji menunjukkan bahwa pengaruh variabel bebas (Religiusitas) terhadap variabel terikat (Stres) sebesar 11.2% sedangkan sisanya 88.8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain diluar variabel religiusitas.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini, disimpulkan bahwa terdapat pengaruh sebesar 11.2% dari pengaruh variabel religiusitas terhadap tingkat stres narapidana yang mengikuti kelas pesantren di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Tenggarong sedangkan 88.8% dipengaruhi oleh variabel lainnya. Yang berarti dapat dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai variabel apa saja yang dapat mempengaruhi variabel stres narapidana yang mengikuti kelas pesantren di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Tenggarong ini selain dengan variabel religiusitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Asiyah, S. N. (2020). *Psikologi Kesehatan*. 21(1), 1–9. Retrieved from <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>
- Aulina, B. (2012). *Religiositas dan Stres Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa Sekolah Menengah Umum*. 21–28.
- Cohen, S. (1988). Psychosocial models of the role of social support in the etiology of physical disease. *Health Psychology: Official Journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*, 7(3), 269–297. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.7.3.269>
- Huber, S., & Huber, O. W. (2012). The Centrality of Religiosity Scale (CRS). *Religions*, 3(3), 710–724. <https://doi.org/10.3390/rel3030710>
- Husni, H. (2018). Distress Psikologi Pada Resiko Kerentanan Bunuh Diri. *Jurnal Media Kesehatan*, 11(1), 085–092. <https://doi.org/10.33088/jmk.v11i1.361>
- Krejcie, R., V.Morgan, & W., D. (1996). (1970) "Determining sample Size for Research Activities", Educational and Psychological Measurement. *International Journal of Employment Studies*, 18(1), 89–123.
- Muslim, M. (2015). Manajemen Stres Upaya Mengubah Kecemasan Menjadi Sukses. *Ekp*, 13(3), 1576–1580.

- Psikologi, B., Tua, N., & Gaol, L. (2016). *Buletin Psikologi Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional*. 24(1), 1–11.
- Creswell, J. W. (2016). Qualitative, Quantitative, and Mized Methods Approaches. In *Nucl. Phys.* (Vol. 13).
- Krejcie, R., V.Morgan, & W., D. (1996). (1970) "Determining sample Size for Research Activities", Educational and Psychological Measurement. *International Journal of Employment Studies*, 18(1), 89–123.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2017). Fundamentals of Nursing. In *Key to Success Staff Nurses Recruitment Exam*. https://doi.org/10.5005/jp/books/12954_32
- Safarino, E. P., & Smith, T. W. (1959). Health Psychology Biopsychosocial Interactions. In *Nucl. Phys.* (Vol. 13).
- Stark, R., Glock, C. Y., & Kelly, J. R. (1968). American Piety: The Nature of Religious Commitment. *Sociological Analysis*, Vol. 29, p. 164. <https://doi.org/10.2307/3710152>