

GAMBARAN KECEMASAN DAN DUKUNGAN SOSIAL PADA WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN DI RUTAN KELAS II A KOTA PEKALONGAN

Haviesna Rizkitami Ahimsa¹⁾, Aisyah Dzil Kamalah²⁾

Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

e-mail: haviesnaltmpt@gmail.com

Submit 12/01/2024 Revision 04/04/2024 Accept 16/04/2024

ABSTRAK

Salah satu masalah psikososial yang dapat terjadi pada tahanan di Rutan adalah kecemasan. Banyaknya tahanan yang mengalami kecemasan tentang berapa lama mereka akan dipenjara, apa yang akan terjadi pada kehidupan mereka setelah dibebaskan, dan bagaimana mereka akan kembali ke masyarakat. Salah satu cara yang dapat mengurangi kecemasan pada narapidana adalah dukungan sosial. Dukungan sosial yang diterima dapat membantu warga binaan pemasyarakatan merasa tenang, diperhatikan, dicintai dan menimbulkan rasa percaya diri. Warga binaan juga membutuhkan dukungan sosial dari teman satu rutannya dan membutuhkan nasehat untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran kecemasan dan dukungan sosial pada Warga Binaan Pemasyarakatan. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Teknik sampel yang digunakan *total sampling*. Sampel pada penelitian ini adalah Tahanan di Rutan Kelas II A Kota Pekalongan sebanyak 121 responden. Instrumen penelitian berupa kuesioner kecemasan *Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS)* dan *Multidimensional Perceived Social Support (MPSS)*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 20 orang mengalami kecemasan ringan (16,5%), sebanyak 39 orang mengalami kecemasan sedang (32,2%), dan sebanyak 62 orang mengalami kecemasan berat (51,2%). Sebanyak 61 orang mengalami dukungan sosial baik (50,4%) dan 60 orang mengalami dukungan sosial buruk (49,6%). Penelitian ini menunjukkan mayoritas warga binaan mengalami tingkat kecemasan berat dan dukungan sosial yang diterima warga binaan baik. Saran diharapkan perawat di rutan dapat memberikan pendidikan kesehatan mengenai pentingnya dukungan sosial bagi warga binaan untuk mengurangi kecemasan.

Kata Kunci: *kecemasan, dukungan sosial, tahanan.*

ABSTRACT

One of the psychosocial issues that inmates at correctional facilities may experience is anxiety. Many inmates worry about how long they will be incarcerated, what will happen to their lives after release, and how they will reintegrate into society. One way to alleviate anxiety among prisoners is through social support. Social support can help inmates feel calm, cared for, and loved and boost their self-confidence. Inmates also need social support from their fellow inmates and guidance to resolve their problems. The aim of this research is to determine the description of anxiety and social support among community inmates. This study employs a quantitative approach with a descriptive design. Total sampling was used, with a sample size of 121 inmates from Class II A Prison Pekalongan. The research instruments included the Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS) to measure anxiety and the Multidimensional Perceived Social Support (MPSS) questionnaire to assess social support. This study found that 20 inmates (16.5%) experienced mild anxiety, 39 inmates (32.2%) experienced moderate anxiety, and 62 inmates (51.2%) experienced severe anxiety. A total of 61 people experienced good social support (50.4%) and 60 people experienced poor social support (49.6%). The study indicates that the majority of inmates experience severe anxiety and the social support received by

inmates is good. It is recommended that It is recommended that nurses in prisons provide health education regarding the importance of social support for inmates to reduce anxiety.

Keywords: *Anxiety, Social Support, Inmates.*

A. PENDAHULUAN

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, narapidana adalah orang yang sedang menjalani hukuman karena telah melakukan suatu tindak pidana. Menurut ketentuan Undang-Undang Nomor 22 Tahun 2022 Pasal 1 Ayat 6, narapidana didefinisikan sebagai mereka yang dinyatakan bersalah dan sedang menjalani hukuman tertentu di penjara. Warga binaan yang tinggal di lembaga pemasyarakatan adalah mereka yang telah melanggar hukum; akibatnya, kebebasan mereka ditangguhkan sejenak dan mereka diharuskan untuk memenuhi hukuman mereka di pusat penahanan (Rahmah, 2018).

Data *International Centre for Prison Studies* Tahun (2015, p.2) melaporkan bahwa ada sembilan juta Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di dunia. Indonesia menempati urutan kesembilan secara global dalam hal jumlah WBP tertinggi. Kanwil Jawa Tengah menempati urutan terbesar ke 5 di Indonesia dengan jumlah 9.493 WBP, dan Warga Binaan di Rutan kelas 2A Kota Pekalongan, pada Tahun 2019 sebanyak 345 orang, pada Tahun 2020 sebanyak 260 orang dan Tahun 2021 sebanyak 177 orang (BPS, 2022).

Narapidana ataupun tahanan di rutan dapat mengalami kecemasan. Namun, penyebab dan sumber kecemasan mereka bisa berbeda. Ada beberapa perbedaan kecemasan Narapidana dan Tahanan. Narapidana mungkin cemas tentang berapa lama mereka akan dipenjara, apa yang akan terjadi pada kehidupan mereka setelah dibebaskan, dan bagaimana mereka akan kembali ke masyarakat, Narapidana kehilangan banyak kebebasan mereka saat di penjara, termasuk kebebasan untuk bergerak, bersosialisasi, dan membuat keputusan sendiri. Kondisi hidup di rutan sering kali penuh sesak, kotor, dan tidak aman. Hal ini dapat menyebabkan stres dan kecemasan bagi narapidana. Kekerasan antar narapidana dan antara narapidana dengan staf rutan adalah hal yang umum terjadi. Hal ini dapat membuat narapidana merasa takut dan cemas untuk keselamatan mereka. Narapidana lebih berisiko mengalami masalah kesehatan mental, seperti depresi dan kecemasan, dibandingkan dengan populasi umum. Hal ini dapat memperburuk kecemasan yang sudah ada.

World Health Organization (WHO) Tahun 2016 menyatakan bahwa gangguan kecemasan dan depresi adalah penyakit mental yang paling umum. Di dunia, 4,4% orang menderita depresi, dan 3,6% orang memiliki gangguan kecemasan. Direktur pencegahan dan pengendalian kesehatan mental dan penyalahgunaan narkoba yaitu Dr. Celestinus Eigya

Munthe menyatakan tingginya prevalensi gangguan mental di Indonesia yaitu 20%. Kecemasan dilaporkan oleh 4,7% dari 37 ribu penduduk Provinsi Jawa Tengah (Hidayati dan Nunik, 2019).

Salah satu cara yang dapat mengurangi kecemasan pada narapidana adalah dukungan sosial dalam Faradhiga, Taylor, Peplau, dan Sears Tahun (2015). Dukungan sosial sebagai pertukaran interpersonal yang ditandai dengan berbagi pengetahuan, bantuan praktis, dukungan emosional, atau jenis dukungan lainnya. Diperkirakan bahwa dukungan sosial membantu orang mengelola efek berbahaya dari stres dan meningkatkan kesehatan fisik. Dukungan sosial yang diterima dapat membantu warga binaan pemasyarakatan merasa tenang, diperhatikan, dicintai dan menimbulkan rasa percaya diri. Adanya dukungan sosial juga dapat membantu menangani masalah pribadi dan sosial serta dapat mengatasi masalah kesehatan mental yang rentan terjadi seperti kecemasan (Balogun, 2014).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti pada Bulan Januari 2024 didapatkan hasil wawancara oleh peneliti kepada 5 warga binaan tahanan di rutan mengatakan sering merasa gugup saat melakukan sesuatu, tangan bergetar apabila melakukan sesuatu dan bahkan 3 dari 5 warga binaan merasakan cemas. Selain itu, 5 warga binaan juga membutuhkan dukungan sosial dari teman satu rutannya dan membutuhkan nasehat untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi. Berdasarkan pemaparan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian kepada warga binaan di rutan untuk mengetahui gambaran kecemasan dan dukungan sosial pada warga binaan yang sedang menjalani masa tahanan di Rutan Kelas II A Kota Pekalongan.

B. METODE

Jenis penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Teknik sampel yang digunakan *total sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Rutan Kelas II A Kota Pekalongan Pada Bulan Januari 2024 adalah sejumlah 282 orang, 149 Narapidana dan 129 Tahanan. Sampel pada penelitian ini adalah Tahanan di Rutan Kelas II A Kota Pekalongan sebanyak 121 responden. Instrumen penelitian berupa kuesioner kecemasan *Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS)* dan *Multidimensional Perceived Social Support (MPSS)*. Cara pengumpulan data variabel independen kecemasan dan dukungan sosial dilakukan pada waktu yang bersamaan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Penelitian ini telah dilakukan pada Tanggal 15 Juli – 20 Juli 2024 di Rutan Kelas II A Kota Pekalongan. Hasil penelitian yang telah dilakukan meliputi data demografi (usia responden, jenis kelamin, tingkat pendidikan terakhir dan pengalaman dibina), gambaran tingkat kecemasan warga binaan yang sedang menjalani masa tahanan di Rutan Kelas II A Kota Pekalongan, dan gambaran dukungan sosial pada warga binaan yang sedang menjalani masa tahanan di Rutan Kelas II A Kota Pekalongan.

a. Gambaran karakteristik responden

1) Usia dan pengalaman dibina

Rata-rata usia responden pada penelitian ini adalah 32,98 tahun, usia maksimal 59 tahun, usia minimal 18 tahun. Dan dari hasil penelitian berdasarkan pengalaman dibina yaitu rata-rata pengalaman dibina responden adalah 1,31 kali, minimal 1 kali dan maksimal 5 kali.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Pengalaman dibina Tahanan di Rutan Kelas II A Kota Pekalongan

Karakteristik Responden	Minimum	Maximum	Mean	Median
Usia	18	59	32,98	31,00
Pengalaman Dibina	1	5	1,31	1,00

2) Jenis Kelamin dan pendidikan

Gambaran karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa bahwa jenis kelamin laki-laki terdiri dari 112 (92,6%) dan perempuan 9 (7,4%). Gambaran karakteristik responden berdasarkan pendidikan terakhir didapatkan bahwa tidak sekolah sebanyak 6 orang (5%), pendidikan terakhir SD sebanyak 36 orang (29,8%), pendidikan terakhir SMP sebanyak 35 orang (28,9%), pendidikan terakhir SMA sebanyak 39 orang (32,2%), pendidikan terakhir akademi 1 orang (8%) dan pendidikan terakhir perguruan tinggi sebanyak 4 orang (3,3%).

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Pendidikan Terakhir Tahanan di Rutan Kelas II A Kota Pekalongan

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Usia	112	92,6
Pengalaman Dibina	9	7,4
Total	121	100
Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Sekolah	6	5,0
SD	36	29,8
SMP	35	28,9
SMA	39	32,2
Akademi	1	0,8
Perguruan Tinggi	4	3,3
Total	121	100

- b. Gambaran tingkat kecemasan warga binaan yang sedang menjalani masa tahanan di Rutan Kelas II A Kota Pekalongan

Perhitungan statistik yang dilakukan terhadap variabel kecemasan pada warga binaan di Rutan Kelas II A Kota Pekalongan menunjukkan bahwa terdapat sebanyak 20 orang mengalami kecemasan ringan (16,5%), sebanyak 39 orang mengalami kecemasan sedang (32,2%), dan sebanyak 62 orang mengalami kecemasan berat (51,2%).

Tabel 3 Distribusi Tingkat Kecemasan Responden Tahanan di Rutan Kelas A Kota Pekalongan

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Kecemasan Ringan	20	16,5
Kecemasan Sedang	39	32,2
Kecemasan Berat	62	51,2

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Total	121	100%

- c. Gambaran dukungan sosial warga binaan yang sedang menjalani masa tahanan di Rutan Kelas II A Kota Pekalongan

Perhitungan statistik yang dilakukan terhadap variabel dukungan sosial pada warga binaan di Rutan Kelas II A Kota Pekalongan menunjukkan bahwa sebanyak 61 orang mengalami dukungan sosial baik (50,4%) sebanyak 60 orang mengalami dukungan sosial buruk (49,6%).

Tabel 3 Distribusi Dukungan Sosial Tahanan Di Rutan Kelas 2A Kota Pekalongan

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Dukungan Sosial Baik	61	50,2
Dukungan Sosial Buruk	60	49,6
Total	121	100%

2. Pembahasan

- a. Gambaran karakteristik responden

Usia responden dalam penelitian ini berada pada usia dewasa (26 – 45 tahun). Usia merupakan lamanya hidup seseorang dalam tahun dihitung sejak lahir. Faktor usia yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan seorang warga binaan. Usia warga binaan yang masih muda memiliki resiko lebih mudah mengalami kecemasan, karena warga binaan dengan usia yang masih muda belum memiliki pengalaman hidup yang banyak sehingga akan sulit untuk menghadapi permasalahan yang dirasakannya. Sedangkan pada usia yang lebih tua mereka sudah memiliki pengalaman hidup yang lebih banyak sehingga akan mudah beradaptasi dengan keadaan yang dialaminya dan pengalaman hidup juga berpengaruh terhadap bagaimana cara seseorang dalam menghadapi suatu masalah (Salim, Komariah & Fitria, 2016).

Responden dalam penelitian ini berjenis kelamin laki-laki. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya berjudul “gambaran tingkat kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan dengan penyalahgunaan narkoba” yang menyatakan bahwa data distribusi frekuensi karakteristik responden menunjukkan lebih banyak pria dibanding wanita yaitu 40 orang pria (83%) dan 8 orang wanita (17%). Dimana pria adalah para pekerja sehingga banyak dari mereka yang mengkonsumsi narkoba

jenis stimulan untuk meningkatkan tenaga pada waktu bekerja (Niarti et al., 2021). Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian ini yaitu terdapat 42 orang laki-laki dengan kasus narkoba, 71 dengan kasus pidana umum dan 8 perempuan dengan 4 kasus narkoba, 1 penganiayaan, 2 pencuri dan 1 penadahan di Rutan Kelas II A Kota Pekalongan.

Pada penelitian ini karakteristik responden tingkat pendidikan terakhir sebagian besar SMA. Tingkat pendidikan seseorang atau individu akan berpengaruh terhadap kemampuan berpikir, semakin tinggi tingkat pendidikan akan semakin mudah berpikir dan menangkap informasi yang baru termasuk dalam menguraikan masalah yang baru (Jeniu, Widodo & Widiani, 2017). Karakteristik responden berdasarkan pengalaman dibina menunjukkan rata-rata pengalaman dibina responden adalah 1,31 kali. Periode awal penahanan dalam rutan merupakan masa transisi kehidupan bagi tahanan, yaitu transisi dari kehidupan bebas di masyarakat kepada kehidupan sebagai terdakwa di dalam rutan dengan segala bentuk perubahan pada aspek fisik lingkungan, sosial, dan psikologisnya (Welly et.al 2021). Pada saat penahanan menjalani pemeriksaan seringkali timbul kecemasan karena biasanya hidup dalam kebebasan, tiba-tiba harus dihadapkan pada situasi yang penuh dengan tekanan baik fisik maupun psikis. Selain itu terjadinya perubahan lingkungan dan situasi mendadak, dan rasa takut tidak dapat menyesuaikan diri selama di Lapas juga dapat menimbulkan kecemasan pada tahanan tersebut (Meiyanti & Hadiati, 2019).

b. Gambaran tingkat stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas tahanan yang berada di rutan kelas 2A kota pekalongan memiliki tingkat kecemasan berat. Menurut *American Psychological Association* (APA) kecemasan ringan merupakan perasaan khawatir atau ketakutan yang umum dan normal, dan sering kali membantu kita untuk tetap fokus dan waspada, contohnya kecemasan ringan sebelum berbicara di depan umum, kecemasan sedang merupakan tingkat kecemasan yang lebih tinggi yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Gejalanya mungkin termasuk gelisah atau tidak bisa diam, sulit berkonsentrasi, mudah lelah, mudah tersinggung, gejala fisik seperti berkeringat, gemetar, atau jantung berdebar kencang, dan kecemasan berat merupakan tingkat kecemasan yang sangat parah yang dapat melumpuhkan dan membuat penderitanya tidak dapat berfungsi dalam kehidupan sehari-hari. Gejalanya mungkin termasuk serangan panik, takut mati, menghindari situasi yang memicu kecemasan, pikiran untuk bunuh diri.

Kecemasan sedang-berat, jika berkelanjutan akan mengarah pada gejala depresi yang disebabkan oleh lingkungan pengaturan penjara yang tidak sehat, misalnya kepadatan yang berlebihan, tahanan yang tidur bersama di tempat tidur yang sama atau dilantai, sel yang berbau busuk, gelap dan tidak ventilasi, diet yang buruk, gaya hidup menetap, hidup dengan orang yang kejam dan agresif, termasuk petugas lapas, ruang fisik minimal, kehilangan sinar matahari dan kontak manusia (Hadi, et.al 2018). Pada penelitian ini didapatkan skor tingkat kecemasan yang mempunyai nilai tinggi yaitu pada beberapa point pertanyaan antara lain responden menganggap bahwa segala sesuatu itu berat, responden berharap dapat sebahagia orang lain. Selain itu responden mudah untuk merasakan kikuk dan responden sering mengkhawatirkan sesuatu.

c. Gambaran dukungan sosial Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP)

Hasil penelitian dukungan sosial pada warga binaan di Rutan Kelas II A Kota Pekalongan menunjukkan warga binaan mengalami dukungan sosial baik. Persepsi dukungan sosial terdiri dari *social support*, *family support*, dan *significant others support* yang merupakan adanya bentuk penghargaan, kenyamanan, perhatian, serta adanya bantuan yang diberikan dari individu atau kelompok dan dapat diterima orang lain (Sarafino Tahun 1994 dalam Husnina & Nugraha (2016).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Liyon Afridonni Tahun (2023), dengan judul penelitian pengaruh dukungan sosial terhadap perilaku agresif narapidana di Lapas Kelas II B Tanjung Balai Asahan. Dimana dukungan sosial merupakan salah satu faktor penting yang dibutuhkan oleh para narapidana untuk menjalani masa pembinaan di Lapas. Oleh karena itu, Lapas bertanggung jawab untuk memfasilitasi agar narapidana tetap mendapatkan dukungan sosial yang baik, untuk membantu memperlancar proses pembinaan narapidana di Lapas.

Dukungan sosial sekecil apapun sangat berarti bagi para narapidana. Dukungan ini bisa didapatkan dari orang tua, istri, anak, keluarga, teman, dan orang lain yang memiliki peranan penting bagi narapidana. Dukungan yang diberikan dapat berupa moril dan materil. Kondisi Lapas yang penuh sesak dengan segala dinamika yang ada serta keterbatasan kebebasan dan pergerakan, akan menimbulkan permasalahan seperti munculnya perilaku agresif para narapidana. Sehingga dengan tercukupinya dukungan sosial yang didapatkan oleh para narapidana, dapat membantu menurunkan perilaku agresif para narapidana di Lapas. Jika narapidana

memperoleh dukungan sosial yang buruk maka kecemasan dalam menghadapi masa pembebasan pada narapidana akan semakin tinggi dan sebaliknya jika memperoleh dukungan sosial yang baik maka akan semakin rendah.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Karakteristik Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Rutan Kelas II A Kota Pekalongan adalah rata-rata usia dewasa. Jenis kelamin responden terbanyak adalah laki-laki sebanyak. Mayoritas pendidikan terakhir responden adalah SMA. Rata-rata pengalaman dibina 1,31 kali. Mayoritas tingkat kecemasan adalah tingkat kecemasan berat. Mayoritas dukungan sosial baik. Saran diharapkan perawat di rutan dapat memberikan pendidikan kesehatan mengenai pentingnya dukungan sosial bagi warga binaan untuk mengurangi kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiari, G. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Warga Binaan . Bali Health Published Journal.
- BPS. (2022). Banyaknya Narapidana dan Tahanan di Lembaga Pemasyarakatan 66 (Lapas) /Rumah Tahanan Negara (Rutan) di Jawa Tengah, 2019-2021. <https://jateng.bps.go.id/statistable/2021/04/09/2242/banyaknya-narapidana-dan-tahanan-di-lembaga-pemasyarakatan-lapas-rumah-tahanan-negara-rutan-di-jawa-tengah-2019-2021.html>
- Esparanci, J. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Tingkat Depresi Narapidana Wanita Dilapas Kelas Ii A Kota Bandung . Jurnal Ilmiah Psikologi Vol2 No.02.
- Hadi, I., Rosyanti, L., & Afrianty, N. S. (2018). Tingkat Kecemasan Narapidana Wanita Di Lapas Kendari Dengan Kuesioner Taylor Manifest Anxiety Scale (Tmas). Health Information: Jurnal Penelitian.
- Ns.Dewi Eka Putri, M. S. (2014). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Kecemasan. Ners Jurnal Keperawatan Volume 10. No 1, Oktober 2014 : 118 - 135.
- Pamungkas, A. Y. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Pada Warga Binaan. Journal Of Holistic Nursing And Health Science.
- Ping, E. S. (2016). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Depresi Pada Narapidana. Psikoborneo, Vol 4, No 2, 2016: 254-262.
- Tria Monja Mandira¹, M. F. (2019). Gambaran Kecemasan Narapidana Wanita Di Sumatera Barat . Holistik Jurnal Kesehatan, Volume 13, No.3, September 2019: 213-217.
- Vrimadieska Ayuanissa Waluyan, S. (2020). Kecemasan Narapidana Kasus Pembunuhan Pada. Indonesian Journal Of Counseling & Development.
- Welly. (April, 2021 Volume 5 No. 1). Teknik Relaksasi Emotional Freedom Technique (Eft) Terhadap Tingkat. Jik (Jurnal Ilmu Kesehatan), 2021.
- Who. (2014). Prisons And Health Prisons And Health. World Health Organization,1–189. <https://Apps.Who.Int/Iris/Bitstream/Handle/10665/128603/Prisonandhealthpdf;jsessionid=9d8eb2f358676d0942f6ea53a5307f94?Sequence=1>