

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KECEMASAN
PADA WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN WANITA
KASUS NARKOTIKA DI KALIMANTAN TIMUR**

Ajeng Putri Nawang Wulan

15010114140139

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

ABSTRAK

Permasalahan yang ada pada warga binaan pemasyarakatan adalah kehilangan kebebasan, hidup berjauhan dari keluarga, dan persepsi negatif dari masyarakat. Bagi warga binaan pemasyarakatan wanita yang harus meninggalkan peran dalam merawat keluarga, dapat mengalami kecemasan karena adanya rasa takut tidak dapat diterima keluarga ataupun sosial. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan wanita kasus narkoba di Kalimantan Timur. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu ada hubungan negatif antara penerimaan diri dengan kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan wanita kasus narkoba di Kalimantan Timur. Subjek penelitian ini adalah 98 Warga Binaan Pemasyarakatan Wanita di Lembaga Pemasyarakatan Narkoba kelas III di Samarinda, Kalimantan Timur, terjerat kasus narkoba, baik sebagai pengguna ataupun pengedar, dan telah menjalani masa hukuman minimal 3 bulan. Sampel diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan dua skala psikologis, yaitu *Depression Anxiety Stress Scale* (11 aitem $\alpha = 0,958$) dan *Berger's Self-Acceptance Scale* (28 aitem $\alpha = 0,904$). Hasil analisis data dengan analisis korelasi *Spearman's Rho* menunjukkan ada hubungan negatif antara penerimaan diri dengan kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan wanita kasus narkoba di Kalimantan Timur ($r_{xy} = -0,371; p = 0,000$). Hal ini menunjukkan semakin tinggi penerimaan diri, maka semakin rendah kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan wanita kasus narkoba di Kalimantan Timur, dan sebaliknya.

Kata Kunci: penerimaan diri, kecemasan, warga binaan pemasyarakatan

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perang terhadap narkoba, khususnya dalam menanggulangi peredaran Narkoba saat ini bukan hanya sekedar slogan, akan tetapi sudah merupakan perang terbuka. Sebagai langkah yang dilakukan oleh badan PBB dalam penanganan masalah Narkoba yaitu *United Nation Office on Drugs and Crime (UNODC)* telah mengeluarkan model penanggulangan narkoba yaitu melalui pengurangan permintaan (*demand reduction*), yaitu upaya yang dilakukan untuk menekan atau menurunkan seminimal mungkin ketersediaan narkoba di pasar gelap atau di tengah-tengah masyarakat. Kedua, Pengurangan persediaan (*supply reduction*) yaitu upaya yang dilakukan guna menekan atau menurunkan permintaan pasar atau dengan kata lain untuk meningkatkan ketahanan masyarakat sehingga memiliki daya tangkal untuk menolak keberadaannya. Ketiga, pengurangan dampak buruk (*harm reduction*) merupakan upaya yang dilakukan terhadap pengguna atau korban dengan maksud untuk menekan atau menurunkan dampak yang lebih buruk akibat penggunaan dan ketergantungan terhadap narkoba (Andah, 2014). Salah satu wilayah di Kalimantan yang rawan terhadap peredaran narkoba adalah wilayah Kalimantan Timur.

Pada survei Badan Narkoba Nasional pada tahun 2008, 2011, 2014, dan 2017 menyebutkan bahwa Kalimantan Timur menduduki urutan kedua provinsi

paling rawan narkoba se-Indonesia. Menurut data yang didapat dari sistem *data base* pemasyarakatan, hingga April 2018, terdapat 11.126 orang narapidana dan tahanan di Kalimantan Timur. Penghuni terbanyak berada di Rumah Tahanan Klas II A Samarinda, yakni 1.459 orang. Selanjutnya, penghuni Lembaga Pemasyarakatan Narkoba Klas III Samarinda sebanyak 1.412 orang dengan jumlah laki-laki 1.250 orang dan wanita 162 orang (Ditjenpas, 2018). Peningkatan peredaran narkoba di wilayah Kalimantan Timur tidak terlepas dari keterlibatan kaum wanita dalam peredaran narkoba.

Hasil penelitian Anastasia (2012), menyatakan bahwa terlibatnya wanita dalam aktivitas kriminal menunjukkan terdapat hubungan antara sejarah hidup para wanita dengan pelanggaran hukum yang telah mereka lakukan. Berbagai faktor membuat wanita menjadi salah satu pelaku dalam tindak penyalahgunaan narkoba.

Adanya Lembaga Pemasyarakatan memberikan respon yang baik dari masyarakat untuk menjamin keselamatan dari adanya gangguan pelaku penjahat yang melakukan tindak kriminal (Kartono, 2009). Secara umum, permasalahan yang ada pada warga binaan pemasyarakatan adalah kehilangan kebebasan dan *privacy*, hidup berjauhan dari keluarga, fasilitas di Lembaga Pemasyarakatan yang sangat terbatas, dan adanya persepsi negatif dari masyarakat. Khususnya bagi warga binaan pemasyarakatan wanita yang harus meninggalkan perannya dalam merawat keluarga (Amandari dan Sartika, 2015).

Para wanita yang selama ini dipersepsikan sebagai kaum yang lemah lembut dan halus, ternyata dapat juga melakukan tindak kriminal yang membuat para

wanita terjerat dengan hukum. Menurut penelitian yang dilakukan oleh *University of South Wales* (Butler, dkk. 2005), sebanyak 36% masalah kesehatan mental pada penghuni Lembaga Pemasyarakatan adalah kecemasan. Kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan wanita lebih banyak dirasakan dibandingkan dengan warga binaan pemasyarakatan pria. Hak dan kewajiban warga binaan pemasyarakatan wanita sama saja dengan warga binaan pemasyarakatan pria, namun warga binaan pemasyarakatan wanita memiliki keadaan psikologis, emosi, dan kesehatan mental yang berbeda dibandingkan dengan warga binaan pemasyarakatan pria (Ardilla, 2013).

Menurut Butterfield (dalam Gussak, 2009) warga binaan pemasyarakatan wanita lebih rentan mengalami kesulitan serta gangguan mental. Permasalahan psikologis yang dialami warga binaan pemasyarakatan wanita, yaitu depresi, cemas, pobia, serta kepribadian anti sosial. Permasalahan psikologis ini timbul karena warga binaan pemasyarakatan wanita, merasa khawatir akan diperlakukan kurang baik atau dianggap tidak berharga, tidak dapat menerima keadaan dirinya dengan status yang diterima serta adanya kekhawatiran bagaimana masa depannya nanti setelah menjalani hukuman di Lembaga Pemasyarakatan (Azani dalam Santi, 2015).

Menurut Kartono (2009), warga binaan pemasyarakatan yang telah lama terisolasi dalam penjara menyebabkan hilangnya partisipasi sosial. Warga binaan pemasyarakatan yang dulunya memiliki sifat baik dan rasa empati terhadap lingkungan, namun setelah masuk penjara tidak menjadi sadar akan kesalahan justru keluar tanpa adanya perbaikan sifat yang lebih baik dari sebelumnya. Bahkan,

ada yang mengulangi tindak kejahatan untuk kedua kalinya. Para warga binaan pemasyarakatan semakin tidak memiliki rasa empati dan kesadaran dalam lingkungan sosial akan membuat kemampuan mereka juga ikut menghilang atau tidak berkembang. Selain itu ada juga warga binaan pemasyarakatan yang setelah mendapatkan vonis dari pengadilan kemudian kondisi kejiwaannya menurun dan membuatnya rasa kepedulian terhadap lingkungannya menjadi tertutup. Warga binaan pemasyarakatan merasa cemas apabila mendapatkan penolakan dari lingkungan tempat tinggalnya.

Fahruliana (2011) berpendapat bahwa tingkat kecemasan semakin bertambah akan dihadapi oleh warga binaan pemasyarakatan menjelang masa pembebasan. Hal ini dikarenakan adanya sikap masyarakat yang sulit menerima kembali kedatangan warga binaan pemasyarakatan ke dalam kehidupan dan lingkungan sekitarnya. Warga binaan pemasyarakatan mengalami perasaan yang tidak diinginkan seperti perasaan tertekan, malu kepada masyarakat, rasa takut tidak dapat lagi diterima oleh lingkungan sosial, dan sulitnya mendapat pekerjaan. Hal ini membuat timbulnya kecemasan dan rasa rendah diri saat harus berhadapan dengan orang-orang di lingkungan sosialnya nanti.

Kecemasan yang berlebihan akan menjadi gangguan yang menghambat fungsi kehidupan seseorang (Fausiah, 2005). Salah satu faktor munculnya kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan adalah adanya ancaman terhadap fisik maupun psikis seperti kehilangan arti kehidupan (merasa bahwa masa depannya akan suram) dan merasa tidak berharga dan berguna lagi. Kecemasan yang tinggi dapat menurunkan konsentrasi, menimbulkan kemarahan, dan merasa

kebingungan (Stuart, 2006). Seseorang akan mengalami kecemasan apabila tidak mampu menerima stressor psikososial yang dihadapinya (Hawari, 2013).

Pembinaan yang dilakukan pihak Lembaga Pemasyarakatan memiliki peran penting bagi warga binaan pemasyarakatan wanita untuk menghadapi kecemasan. Usaha pembinaan pada warga binaan pemasyarakatan selama menjalani masa pidana ini ternyata memberikan dampak psikologis akibat pidana di dalam Lembaga Pemasyarakatan jauh lebih berat dibandingkan sanksi pidana itu sendiri. Sehingga seorang warga binaan pemasyarakatan tidak hanya dipidana secara fisik, tetapi juga secara psikologis. Pidana secara psikologis merupakan beban yang berat bagi pada warga binaan pemasyarakatan. Padahal, warga binaan pemasyarakatan tersebut telah menebus perbuatan salahnya dengan sanksi hukuman selama berada di dalam Lembaga Pemasyarakatan (Setiawan, 2009).

West (2015) menyatakan bahwa salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kecemasan adalah penerimaan diri. Penerimaan diri mampu menjadikan individu mengelola masalah-masalah emosional, seperti halnya dengan kecemasan. Hal ini dikarenakan penerimaan diri dapat membebaskan pikiran dari perasaan tidak mampu dan pikiran menyalahkan diri sendiri, sehingga individu dapat terhindar dari kecemasan.

Menjadi warga binaan pemasyarakatan narkoba tentu bukan keinginan setiap individu, namun jika telah terjadi maka individu tersebut harus dapat menerima diri. Keadaan psikologis yang terjadi pada warga binaan pemasyarakatan muncul karena adanya kecenderungan tidak dapat menerima keadaan dirinya. Hurlock (2012) mengatakan bahwa individu yang mampu menerima diri sendiri

berarti mampu menerima dirinya secara apa adanya, bukan seperti apa yang diinginkan, serta adanya harapan yang sesuai dengan kemampuannya.

Studi yang dilakukan oleh Chamberlain dan Haaga (dalam Palos dan Viscu, 2014) menyoroti kenyataan bahwa penerimaan diri tanpa syarat berkaitan dengan depresi dan kecemasan. Penerimaan diri adalah sikap yang pada dasarnya puas dengan diri sendiri, pada kualitas serta bakat, dan mengakui keterbatasan diri sendiri (Chaplin, 2011). Penerimaan diri yang dimiliki warga binaan pemasyarakatan wanita kasus narkoba di Kalimantan Timur, akan dapat menghindarkan terjadinya kecemasan.

Ryff (dalam Papalia dkk, 2009) menyatakan bahwa salah satu dimensi kesejahteraan psikologis adalah penerimaan diri (*self acceptance*). Penerimaan diri dianggap sebagai ciri-ciri penting dalam kesehatan mental seseorang dan juga sebagai karakteristik aktualisasi diri, *optimal functioning*, dan kematangan. Penerimaan diri merupakan dasar pembentukan konsep diri yang positif. Penerimaan diri ini terjadi karena orang dengan konsep diri di samping mengenal dan memahami diri sendiri juga mengenal dan dapat menerima orang lain. Penerimaan diri juga muncul ketika individu memiliki *self-efficacy* yang baik, sehingga individu memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu mencapai suatu tujuan.

Selama berada di Lembaga Pemasyarakatan, warga binaan pemasyarakatan menyadari bahwa mereka jauh dari keluarga, dijauhi oleh lingkungan sosialnya, serta memiliki kebebasan yang terbatas. Keadaan serba terbatas ini yang menyebabkan warga binaan pemasyarakatan merasa tidak aman, cemas, dan ingin

segera bebas. Namun disisi lain warga binaan pemasyarakatan merasa takut untuk bebas karena membayangkan adanya penolakan sosial, pengasingan, dan pengucilan dari masyarakat, serta sulitnya mendapatkan pekerjaan.

Puspitasari (2015) menyatakan bahwa status sebagai mantan warga binaan pemasyarakatan merupakan beban yang berat. Hal ini karena warga binaan pemasyarakatan yang telah keluar dari Lembaga Pemasyarakatan, harus mampu beradaptasi dalam menjalani rintangan dalam kehidupan bermasyarakat. Setelah menjalani masa pembinaan, warga binaan pemasyarakatan akan kembali bebas sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Warga binaan pemasyarakatan tentu sangat menantikan masa pembebasan ini, namun masa pembebasan juga merupakan hal yang menakutkan bagi warga binaan pemasyarakatan. Warga binaan pemasyarakatan merasa takut akan adanya persepsi masyarakat, selain itu adanya perilaku diskriminatif yang akan diterima tentu akan semakin menyulitkan. Persepsi buruk tentang status sebagai mantan warga binaan pemasyarakatan akan membuat mantan warga binaan pemasyarakatan kesulitan dalam mencari pekerjaan. Banyak perusahaan yang tidak menginginkan mantan warga binaan pemasyarakatan untuk bekerja bersama sebagai karyawan.

Individu yang dapat menerima diri akan memiliki harapan yang sesuai dengan kemampuannya termasuk mengetahui kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, sehingga individu tidak merasakan kecemasan terhadap masa depannya kelak. Warga binaan pemasyarakatan dengan penerimaan diri yang rendah akan merasakan kecemasan karena tidak mampu berpikir jernih bagaimana menghadapi masa depan. Warga binaan pemasyarakatan yang dapat menerima diri

secara apa adanya tidak akan mengulangi kesalahan yang sama yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain.

Warga binaan pemasyarakatan dalam sistem pemasyarakatan dibimbing dengan diberikan pembinaan dalam segala kekurangannya. Situasi pemasyarakatan harusnya dibentuk menjadi situasi yang identik dengan situasi kekeluargaan. Situasi ini harus memiliki sifat *peace* (kedamaian), dan *security* (keamanan). Adanya *peace* dan *security* ini merupakan pendorong yang kuat terhadap terbentuknya eksplorasi dan penurunan kecemasan yang terjadi pada warga binaan pemasyarakatan. Diharapkan setelah selesai menjalankan masa pidana, warga binaan pemasyarakatan harus memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan kehidupan di luar Lembaga Pemasyarakatan sebagai warga Negara yang baik, taat pada hukum yang berlaku, menjunjung tinggi norma-norma yang berlaku, menjaga nilai moral, sosial, dan keagamaan sehingga memiliki kehidupan bermasyarakat yang aman, tertib, dan damai.

Penelitian-penelitian terdahulu yang mengkaji pengaruh penerimaan diri terhadap kecemasan masih belum mampu menunjukkan hasil yang konsisten mengenai pengaruh penerimaan diri terhadap kecemasan. Seperti halnya penelitian Chamberlain dan Haaga (dalam Palos dan Viscu, 2014) yang menunjukkan bahwa penerimaan diri berpengaruh negatif terhadap kecemasan, sedangkan penelitian Wahyudi dan Uyun (2007) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara penerimaan diri dan kecemasan terhadap masa depan.

Berdasarkan uraian di atas dapat dilihat bahwa seorang warga binaan pemasyarakatan wanita pasti membutuhkan waktu untuk menerima dirinya dengan

status saat ini maupun yang akan datang agar dapat menurunkan perasaan cemas yang dirasakan. Kecemasan dan penerimaan diri penting untuk dikaji karena selama menjalani masa hukuman, meskipun warga binaan pemasyarakatan mampu menerima dirinya namun bukan berarti dapat menghilangkan kecemasan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas didapatkan rumusan masalah, yaitu apakah ada hubungan antara penerimaan diri dan kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan wanita kasus narkoba di Kalimantan Timur?

C. Tujuan Penelitian

Sehubungan dengan latar belakang masalah dan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan wanita kasus narkoba di Kalimantan Timur.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat bagi banyak pihak.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi, khususnya Psikologi Forensik dan Psikologi Klinis yang berkaitan dengan penerimaan diri dan kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan wanita kasus narkoba di Kalimantan Timur.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan informasi pada pihak yang berkepentingan maupun pihak yang terkait, yaitu pihak di Lembaga Pemasyarakatan sebagai dasar pengambilan keputusan serta penyusunan program kebijakan dalam pembinaan warga binaan pemasyarakatan wanita.