

Hubungan antara Regulasi Diri dengan Kecemasan Menjelang Bebas Pada Warga Binaan Pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Semarang

¹Nur Wanda Audiyah Magfirah, ¹Dian Veronika Sakti Kaloeti

¹Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro

Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50725

audiyahnurwanda@gmail.com

ABSTRAK

Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) mengalami berbagai permasalahan saat menjalani masa pidana sampai akan menyelesaikan masa pidana dari Lapas, diantaranya penyesuaian diri dengan lingkungan baru, persepsi negatif dari masyarakat, terbatasnya ruang gerak serta terisolasi yang dapat menimbulkan rasa cemas pada diri WBP menjelang masa bebasnya. Regulasi diri penting bagi WBP untuk membantu menghadapi dan menyiapkan diri saat menjelang masa bebas dari Lapas. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan antara regulasi diri dengan kecemasan menjelang bebas pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) yang sudah menjalani 1/2 masa pidana. Penelitian dilakukan dengan metode kuantitatif korelasional. Populasi penelitian berjumlah 541 orang WBP yang sudah menjalani 1/2 masa pidana, serta jumlah sampel sebanyak 98 orang WBP yang dipilih berdasarkan teknik *convenience sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Regulasi Diri (51 aitem valid, $\alpha = 0,97$) dan Skala Kecemasan Menjelang Bebas (28 aitem valid, $\alpha = 0,95$). Hasil analisis data menggunakan metode analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara regulasi diri dan kecemasan menjelang bebas pada WBP di Lapas kelas 1 Semarang. Regulasi diri secara signifikan memprediksi kecemasan menjelang bebas, $\beta = -0,74$, $t(98) = -10,78$, $p < 0,001$. Regulasi diri juga menjelaskan proporsi yang signifikan dari varian skor kecemasan menjelang bebas, $R^2 = 0,55$, dan $F(1,96) = 116,28$, $p = 0,001$, $p < 0,001$. Variabel regulasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 55% terhadap variabel kecemasan menjelang bebas.

Kata kunci: regulasi diri; kecemasan menjelang bebas; Warga binaan pemasyarakatan (WBP);

Relationship between Self-Regulation and Anxiety Before Being Released in Correctional Inmates in Class 1 Correctional Institutions in Semarang

¹Nur Wanda Audiyah Magfirah, ¹Dian Veronika Sakti Kaloeti

¹Faculty of Psychology, Universitas Diponegoro

Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50725

audiyahnurwanda@gmail.com

ABSTRACT

Correctional Inmates (WBP) experience various problems while serving their criminal period until they are about to finish their sentence in prison, including adapting to a new environment, negative perceptions from society, limited space for movement and isolation which can cause feelings of anxiety in the WBP before their release period. Self-regulation is important for inmates to help them face and prepare themselves as they approach their release from prison. This research aims to empirically test the relationship between self-regulation and anxiety before being released in Correctional Inmates (WBP) who have served 1/2 of their sentence. The research was conducted using quantitative correlational methods. The research population was 541 WBP people who had served 1/2 of their sentence, and the sample size was 98 WBP people who were selected based on convenience sampling techniques. The measuring instruments used in this research were the Self-Regulation Scale (51 valid items, $\alpha = 0.97$) and the Anxiety Before Being Released Scale (28 valid items, $\alpha = 0.95$). The results of data analysis using a simple linear regression analysis method show that there is a negative relationship between self-regulation and anxiety before being released in inmates in class 1 prison in Semarang. Self-regulation significantly predicted anxiety before being released, $\beta = -0.74$., $t(98) = -10.78$., $p < 0.001$. Self-regulation also explained a significant proportion of the variance in anxiety before being released scores, $R^2 = 0.55$., and $F(1,96) = 116.28$., $p = 0.001$., $p < 0.001$. The self-regulation variable provides an effective contribution of 55% to the anxiety before release variable.

Key words: *self-regulation; anxiety before being released; Correctional inmates (WBP);*