

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kejahatan adalah salah satu permasalahan sosial yang masih banyak terjadi di Indonesia. Setiap Warga Negara Indonesia (WNI) dapat dikenakan sanksi pidana jika melakukan pelanggaran hukum, sehingga wajib mengikuti proses hukum yang berlaku. Setelah putusan hakim diberikan, para terpidana akan menjalankan masa hukumannya di lembaga pemasyarakatan. Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) merupakan tempat untuk orang-orang menjalani masa hukuman pidana. Keberadaan lembaga pemasyarakatan di Indonesia memiliki dasar hukum yang dijelaskan melalui Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 pasal 1 angka 3 yang berbunyi “Lembaga Pemasyarakatan yang selanjutnya disebut dengan LAPAS merupakan tempat untuk menjalankan pembinaan bagi Narapidana dan Anak Didik Pemasyarakatan”.

Seseorang yang menjalani hukumannya di lembaga pemasyarakatan disebut sebagai Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP). Pasal 1 angka 5 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 1995 merupakan undang-undang yang mengatur tentang WBP. Undang-undang ini menunjukkan bahwa Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) meliputi Narapidana, Siswa Pemasyarakatan, dan Klien Pemasyarakatan. Hak-hak narapidana diuraikan dalam pasal ini, yang juga menjadi landasan bahwa narapidana mempunyai hak atas perlakuan yang layak. Sistem

pembinaan di lembaga pemasyarakatan diatur pada UU Nomor 22 Tahun 2002 tentang Pemasyarakatan yang tertulis bahwa pembinaan kemasyarakatan bertujuan membentuk warga negara yang taat, tertib hukum, dan bertanggung jawab mampu memiliki pengaruh yang aktif terhadap pembangunan. Sehingga harapannya ketika WBP telah menyelesaikan masa tahanannya dan kembali bermasyarakat dapat berperilaku baik serta dapat diterima oleh lingkungan.

Salah satu lapas yang ada di Indonesia adalah Lapas Kelas 1 Semarang. Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Semarang memiliki kapasitas sekitar 663 Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) yang terdiri dari 12 blok hunian menggunakan blok yang setiap kamarnya berisi 21 ruangan. Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS), data jumlah WBP di Lapas Kelas 1 Semarang pada tahun 2020-2021 mengalami peningkatan dari 1.744 menjadi 1.780 orang dengan kapasitas maksimal 663 orang (<https://jateng.bps.go.id/>). Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Semarang merupakan lapas khusus laki-laki dengan mayoritas tindak pidana umum dan narkoba. Selain itu, mayoritas WBP di lapas ini memiliki rentang usia yaitu 19-40 tahun atau masa dewasa awal (Hurlock, 2009).

Masa dewasa awal adalah masa pencarian, penemuan, pemantapan, dan reproduktif, yang seringkali dipenuhi dengan masalah dan ketegangan emosional, serta penyesuaian diri terhadap fase kehidupan yang baru (Putri & Alifia, 2019). Terdapat beberapa tugas perkembangan yang harus dilakukan pada masa ini, namun kehidupan di lembaga pemasyarakatan dapat menghambat pencapaian tugas-tugas tersebut. Oleh karena itu, Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) diberikan pembinaan untuk membantu mereka menjadi pribadi yang lebih baik. Lembaga

Pemasyarakatan Kelas 1 menyediakan berbagai program pembinaan bagi WBP, diantaranya adalah pembinaan kepribadian dan kemandirian. Pembinaan kepribadian bertujuan untuk meningkatkan kesadaran WBP akan pentingnya mempelajari agama serta menumbuhkan rasa nasionalisme dan kesadaran bernegara yang baik.

Berdasarkan hasil observasi tanggal 20 Februari hingga 20 Mei di Lapas Kelas 1 Semarang, pada pembinaan kemandirian warga binaan akan diasah keterampilannya dengan beragam kursus yang dapat bermanfaat saat kembali bermasyarakat. Beberapa hasil dari pembinaan kemandirian ini adalah berbagai macam kerajinan, seperti sablon, kerupuk, *bakery*, *laundry*, anyaman rotan, kaligrafi, jahit, dan potong rambut. Adapun jadwal kunjungan dari kerabat sesuai dengan blok hunian berdasarkan kasus kejahatan, yaitu pada hari Selasa untuk blok A, B, dan C, hari Kamis untuk blok D, E, F, dan G, kemudian hari Sabtu untuk blok H, I, J, K, dengan jam kunjungan dari jam 09.00 sampai 12.00 WIB. Dengan begitu, ini membuat warga binaan memiliki waktu yang terbatas untuk bertemu dengan keluarga atau orang terdekatnya.

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 22 Februari 2023 dengan staf di Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Semarang, didapatkan hasil bahwa permasalahan yang sering ditemukan pada warga binaan adalah ketakutan dan kecemasan karena harus menyesuaikan diri atau beradaptasi dengan situasi yang baru. Wawancara juga dilakukan kepada beberapa warga binaan yang telah menjalani setengah masa hukumannya. Hasil wawancara menunjukkan bahwa warga binaan merasa masih memiliki penyesalan terhadap dirinya sendiri dan keluarga, serta merasa malu dan takut tidak dapat diterima dengan baik lagi oleh masyarakat.

Oleh karenanya, kegiatan warga binaan selama menjalani masa hukuman adalah dengan memperbanyak ibadah dan membantu para staf di Lapas. Kondisi di Lapas yang memiliki banyak batasan seperti tidak diperkenankan membawa alat komunikasi dan dilarang memasuki blok tahanan lain tanpa izin petugas membuat WBP harus mengikuti seluruh peraturan yang ada. Hasil wawancara tersebut selaras terhadap hasil riset yang telah dikaji oleh Karima dkk. (2019) di Lapas Wanita Kelas IIA Sukamiskin Bandung yang menyatakan bahwa sebagian warga binaan merasa belum siap dengan kehidupan setelah bebas. Warga binaan merasa malu, takut keluarga tidak menerima kehadirannya, kebingungan akan pekerjaan dan kondisi keuangannya, serta tujuan hidup pasca bebas yang belum ditentukan. Perasaan dan pikiran warga binaan juga berpengaruh pada kondisi fisik mereka seperti sulit tidur, sulit berkonsentrasi, hilangnya selera makan, dan mudah terbawa emosi (Karima dkk., 2019).

Kondisi psikologis yang dirasakan oleh WBP beraneka ragam. Hal ini dapat dipengaruhi oleh usia, masa hukuman, kasus atau tindak kejahatan yang dilakukan, latar belakang WBP, dan lingkungan yang diterima selama dalam sel tahanan (Handayani, 2021). Pelayanan di Lapas Kelas 1 Semarang telah diberikan secara optimal untuk mengatasi permasalahan psikologis WBP. Lapas Kelas 1 Semarang memberikan wadah sebagai tempat berkeluh kesah WBP melalui petugas blok yang menjaga blok hunian tahanan. Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu staf di Lapas Kelas 1 Semarang, didapatkan masih terdapat beberapa WBP yang memiliki keluhan seperti memiliki perasaan bersalah dengan dirinya sendiri serta keluarga dan kecemasan akan tujuan hidup setelah bebas dari masa tahanan.

Permasalahan yang dialami WBP di Lapas Kelas 1 Semarang merujuk pada permasalahan psikologis yang apabila tidak teratasi dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis dan menimbulkan perilaku serta pemikiran tidak wajar mengenai dirinya (Pardede dkk, 2021). Menurut *American Psychological Association* (APA), keadaan sejahtera atau *well-being* adalah keadaan yang dimiliki oleh individu dengan perasaan bahagia, merasa puas, mampu menghadapi stres dan tantangan, serta fisik dan mental yang sehat karena kualitas hidup yang baik. WBP yang masih dalam masa tahanan perlu meningkatkan kesejahteraan psikologisnya untuk dapat menentukan tujuan hidup serta memiliki keyakinan diri yang baik saat nantinya kembali bermasyarakat. Beberapa persoalan yang dialami oleh WBP mengarah pada hubungan dengan dimensi kesejahteraan psikologis yang disampaikan oleh Ryff (1989).

Ryff dan Keyes (1995) memaknai kesejahteraan psikologis dalam berbagai dimensi. Salah satunya ialah seseorang yang bersedia dalam menerima segala kekurangan dan kelebihan pada dirinya. Seseorang yang telah mampu menerima dirinya akan cenderung lebih mudah dalam berkembang menjadi seseorang yang lebih baik untuk mencapai kesejahteraan psikologis. Sebaliknya, seseorang dengan kesejahteraan psikologis rendah akan rentan mengalami stres, depresi, sulit membangun relasi, cenderung tidak puas dengan kondisi dirinya, sulit menerima keadaan diri sendiri, kurang mahir dalam menguasai lingkungan, kurang dapat berkembang secara optimal, masih memiliki bayang masa lalu dan tidak memiliki tujuan hidup yang jelas (Ryff & Keyes, 1995).

Ryff (1995) mengemukakan terdapat enam dimensi kesejahteraan psikologis di antaranya adalah penerimaan diri, di mana seseorang mampu menumbuhkan persepsi diri yang positif melalui penerimaan pengalaman masa lalu, kekuatan dan kekurangan pribadi, menurut penulis merupakan salah satu dari enam dimensi kesejahteraan psikologis. Dimensi berikutnya berkaitan dengan hubungan antarpribadi yang positif, khususnya membentuk hubungan akrab atau bersahabat yang ditandai dengan kepercayaan timbal balik dan kemampuan untuk mencintai orang lain. Dimensi ketiga adalah otonomi (*autonomy*) yaitu dapat menentukan pilihan dan bersikap independen atau mandiri. Dimensi selanjutnya adalah penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) yaitu memiliki kemampuan mengarahkan dan menentukan kehidupan pribadi dan lingkungannya sesuai dengan kapasitas diri dan kebutuhan. Kemudian dimensi pertumbuhan diri (*personal growth*) yaitu seseorang memiliki motivasi untuk meningkatkan potensi diri agar terus bertumbuh dan berkembang. Dimensi terakhir adalah tujuan hidup (*purpose in life*) yaitu seseorang dapat mempunyai hidup terarah, tujuan jelas, dan bermakna.

Menurut Ryff dan Keyes (1995) kesejahteraan psikologis seseorang dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial, kondisi sosial ekonomi, jaringan sosial, religiusitas, dan kepribadian. Kepribadian setiap individu memiliki peran dalam menentukan kesejahteraan psikologisnya sampai batas tertentu (Ryff, 1995). Seseorang yang memiliki kepribadian terbuka dan sadar akan penerimaan diri baik atas segala kebahagiaan dan penderitaan dalam hidup cenderung mampu mencapai kesejahteraan psikologis, yang dalam psikologi seseorang dengan kemampuan tersebut disebut dengan memiliki *Self-compassion*. *Self-compassion* menjadi cara

untuk menerima segala pengalaman yang terjadi dalam hidup dengan mengasihi diri sendiri tanpa menghakimi kegagalan atau penderitaan yang dialami (Neff, 2003).

Selain itu, diketahui bahwa mayoritas WBP berusia dewasa awal dengan beberapa tugas perkembangan (Hurlock, 2009). Tugas perkembangan ini apabila terkendala dapat mempengaruhi kehidupan WBP di lapas, seperti yang seharusnya telah memiliki karier, menentukan pasangan, dan memiliki tujuan hidup namun karena harus menjalani pembinaan di lapas seluruh tujuan ini harus berubah. Beberapa WBP juga masih memiliki masalah psikologis seperti masih memiliki penyesalan, merasa malu, dan takut tidak diterima kembali. Apabila permasalahan ini tidak disikapi dengan baik maka akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis WBP. Oleh karenanya diperlukan *self-compassion* untuk menjalani kehidupan di lapas dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Sehingga penelitian ini penting dilakukan untuk meneliti hubungan antara *self-compassion* dengan kesejahteraan psikologis pada WBP di Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Semarang.

Self-compassion dapat digambarkan sebagai kesadaran dan keterusterangan seseorang mengenai penderitaan mereka sendiri, tanpa keinginan untuk menghindarinya, dengan keyakinan bahwa hal yang dirinya rasakan merupakan suatu peristiwa yang dapat dirasakan oleh semua orang (Neff, 2003). Terdapat beberapa dimensi *self-compassion* menurut Neff (2003), diantaranya adalah *self-kindness vs self-judgment*, *sense of common humanity vs isolation*, dan *mindfulness vs overidentification*. Dimensi ini terdiri dari tiga dimensi *favorable* atau dimensi yang bersifat positif dan tiga dimensi *unfavorable* atau dimensi yang bersifat negatif.

Penelitian dengan metode kuantitatif yang melibatkan variabel kesejahteraan psikologis dan *self-compassion* pernah dilakukan pada wanita korban kekerasan dalam rumah tangga (Ramadhan & Chusairi, 2022), pada remaja korban perundungan di Kota Bandung (Naichiendami & Sartika, 2022), dan pada guru honorer Sekolah Dasar di Kota Padang (Mukhlisa & Nurmina, 2024). Selain itu, Wardi dan Ningsih (2021) juga telah melakukan tinjauan literatur untuk meneliti hubungan antara *self-compassion* dan perkembangan kesejahteraan psikologis. Berdasarkan beberapa penelitian tersebut, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan keeratn yang sedang antara *self-compassion* dengan lima dimensi pada kesejahteraan psikologis, diantaranya adalah penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, serta pertumbuhan diri. *Self-compassion* juga memiliki keeratn yang kuat dengan salah satu dimensi pada kesejahteraan psikologis yaitu tujuan hidup.

Hasil penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa *self-compassion* ditunjukkan melalui hidup dengan menerima keadaan dirinya, beradaptasi dengan kondisi dan perubahan, dan tidak melukai diri sendiri. Selain itu, ditemukan hasil pada studi literatur yaitu adanya kontribusi yang besar dari *self-compassion* terhadap terbentuknya kesejahteraan psikologis. Oleh karenanya, peneliti akan fokus meneliti terkait hubungan antara *self-compassion* dengan kesejahteraan psikologis pada warga binaan. Perbedaan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yaitu terletak pada subjek dan lokasi penelitian, subjek pada penelitian ini adalah Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Semarang.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti ingin membuktikan secara empiris hubungan antara *self-compassion* dengan kesejahteraan psikologis, sehingga peneliti merumuskan penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Self-compassion* dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Warga Binaan Lembaga di Pemasarakatan Kelas 1 Semarang”.

B. Rumusan Masalah

Permasalahan yang diajukan pada penelitian ini yaitu “Apakah terdapat hubungan antara *self-compassion* dengan kesejahteraan psikologis pada Warga Binaan Pemasarakatan (WBP) di Lembaga Pemasarakatan Kelas 1 Semarang?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk menguji secara empirik hubungan antara *self-compassion* dengan kesejahteraan psikologis pada Warga Binaan Pemasarakatan (WBP) di Lembaga Pemasarakatan Kelas 1 Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini harapannya mampu menjadi bahan evaluasi atau sebagai bentuk kontribusi bagi keilmuan psikologi khususnya di bidang forensik, klinis dan sosial.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian diharapkan mampu menjadi referensi serta bentuk kontribusi ilmiah di bidang psikologi dan dapat memotivasi peneliti selanjutnya.

b. Bagi Subjek

Bagi subjek penelitian, hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan *self-compassion* dan mencapai kesejahteraan psikologis sejak dalam masa tahanan untuk meminimalisir tekanan psikologis yang terjadi. Selain itu, juga untuk mempersiapkan diri saat bebas dan kembali bermasyarakat.

c. Bagi Instansi

Bagi instansi atau Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Semarang, penelitian ini diharapkan sebagai wawasan untuk mengurangi permasalahan psikologis narapidana serta sebagai masukan kepada Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Semarang agar lebih bisa memberikan perhatian dan dukungan sosial terkait permasalahan psikologis yang dihadapi narapidana.