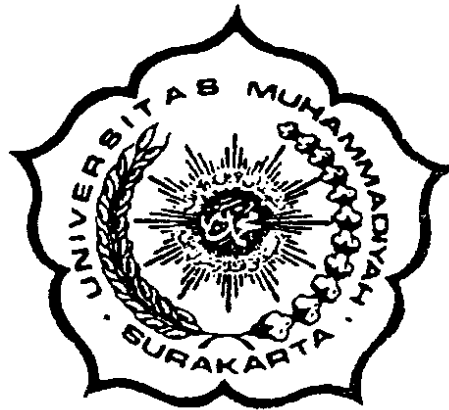


**KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA NARAPIDANA DI LEMBAGA
PEMASYARAKATAN KELAS II A SRAGEN**

NASKAH PUBLIKASI
Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Psikologi



Diajukan Oleh :

FARKHAN ARI PRATAMA

F 100 110 157

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2016

**KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA NARAPIDANA DI LEMBAGA
PEMASYARAKATAN KELAS II A SRAGEN**

NASKAH PUBLIKASI
Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Psikologi

Diajukan Oleh :

FARKHAN ARI PRATAMA

F 100 110 157

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2016

**KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA NARAPIDANA DI LEMBAGA
PEMASYARAKATAN KELAS IIA SRAGEN**

Yang diajukan oleh:

FARKHAN ARI PRATAMA
F 100 110 157

Telah disetujui untuk dipertahankan

Di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh:

Pembimbing



Aad Satria Permadi, S.psi, MA

Surakarta, 31 Desember 2015

ABSTRAKSI

KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA NARAPIDANA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS II A SRAGEN

Farkhan Ari Pratama

Aad Satria Permadi, S.Psi, M.A

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Kehidupan narapidana di Lembaga Pemasyarakatan merupakan bentuk dari konsekuensi hukuman atas perilaku melanggar hukum yang pernah dilakukan. Berbagai permasalahan dialami narapidana dalam menjalani kehidupan di Lembaga Pemasyarakatan, diantaranya perubahan hidup, hilangnya kebebasan dan hak-hak yang semakin terbatas, hingga perolehan label panjahat yang melekat pada dirinya serta kehidupan di Lembaga Pemasyarakatan membuat mereka harus terpisah dari keluarga dan hidup bersama narapidana lain.

Status sebagai narapidana bukan suatu hal yang dengan mudah dapat diterima oleh seseorang, namun secara tidak langsung narapidana dituntut untuk mempertanggungjawabkan tindak pidana yang ia lakukan serta kemudian mampu memiliki penerimaan diri, memiliki hubungan positif dengan orang lain, memiliki cara dalam penguasaan lingkungan, dan memiliki tujuan hidup. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dinamika Kesejahteraan Psikologis Pada Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Sragen. Informan penelitian ini sebanyak 4 orang yang dipilih secara *purposive sampling* dengan karakteristik, antara lain: a) narapidana berusia 21 sampai 50 tahun, b) narapidana sedang menjalani setengah atau lebih masa hukuman, dan c) narapidana pertama kali menghuni lapas, bukan residivis. Penelitian ini menggunakan metode wawancara dan observasi. Hasil dari penelitian ini adalah narapidana yang memiliki kesejahteraan psikologis adalah mereka yang mampu beradaptasi dengan lingkungan, memiliki hubungan sosial yang baik, mampu untuk menghilangkan stres, sehingga mampu menciptakan keadaan sesuai kondisi jiwanya, serta memiliki harapan hidup untuk lebih baik dan tidak mengulangi perbuatan itu lagi. Sedangkan narapidana yang tidak memiliki kesejahteraan psikologis, mereka yang tidak memiliki hubungan sosial yang baik dan tidak memiliki cara mengatasi stress.

Kata kunci : Kesejahteraan Psikologis, Narapidana

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF PRISONERS IN CORRECTIONAL INSTITUTION CLASS II A SRAGEN

Farkhan Ari Pratama

Faculty of Psychology, Muhammadiyah Surakarta of University

Farkhanaripratama10@gmail.com

Abstract

The lives of prisoner at the Correctional Institution is a form of punishment for the consequences of unlawful behavior ever conducted. The problems experienced by prisoner to live a life in Prison, including a change of life, loss of freedom and rights are more limited, until the acquisition of villain label inherent and lives in Penitentiary making them must be separated from their families and live with other prisoner.

Title as an inmate is not something that can easily be accepted by someone, but indirectly prisoner are required to account for criminal acts that he did, and then were able to have self-acceptance, have positive relationships with others, have a way in the mastery of the environment, and has a purpose life. The aim of this study was to describe the dynamics of Psychological Well-Being of Prisoners in Penitentiary In Class IIA Sragen. The informants as many as four people were selected by purposive sampling characteristics, among others: a) prisoner aged 21 to 50 years, b) the prisoner is serving a sentence and a half or more, and c) the prisoner were first inhabited the prison, not convicts. This study using interviews and observation. The results of this study are prisoners who have psychological well-being is that they are able to adapt to the environment, having good social relationships, able to relieve stress, so as to create a state according to the condition of his soul, and has a life expectancy for the better and not to repeat the act again , While prisoner who do not have the psychological well-being, those who do not have good social relationships and have no way to cope with stress.

Keywords: Psychological Well-Being, Prisoner

PENDAHULUAN

Narapidana adalah terpidana yang menjalani pidana di Lembaga Pemasyarakatan (UU RI No.12 Th.1995 tentang Pemasyarakatan Pasal 1 ayat 7). Lembaga Pemasyarakatan adalah tempat untuk melaksanakan pembinaan terhadap narapidana dan anak didik pemasyarakatan (UU RI No.12 Th.1995 tentang Pemasyarakatan Pasal 1 ayat 2).

Kehidupan narapidana di Lembaga Pemasyarakatan merupakan bentuk dari konsekuensi hukuman atas perilaku melanggar hukum yang pernah dilakukan.

Berbagai permasalahan dialami narapidana dalam menjalani kehidupan di Lembaga Pemasyarakatan, diantaranya perubahan hidup, hilangnya kebebasan dan hak-hak yang semakin terbatas, hingga perolehan label penjahat yang melekat pada dirinya serta kehidupan di Lembaga Pemasyarakatan membuat mereka harus terpisah dari keluarga dan hidup bersama narapidana lain.

Pergaulan di dalam penjara akan mempengaruhi perkembangan jiwa narapidana yang bersangkutan. Berkenaan dengan prasangka buruk

dari masyarakat. Permasalahan yang perlu dicermati adalah mengenai label “penjahat” yang didapat narapidana . Kata “penjahat” mempunyai konotasi buruk terhadap seseorang dan tentunya label ini akan melekat dalam dirinya yang kemudian akan berpengaruh terhadap kepribadian Yulia (2008). Pendapat Yulia dikuatkan oleh Zamble dkk (dalam Bartol, 1994) bahwa secara umum dampak kehidupan di penjara merusak kondisi psikologis seseorang. Studi ini mendeskripsikan gejala-gejala psikologis yang diakibatkan oleh pemenjaraan terhadap seseorang. Gejala-gejala psikologis yang muncul meliputi depresi berat, kecemasan, dan sikap menarik diri dari kehidupan sosialnya. Selanjutnya, Zamble dkk (dalam Bartol, 1994) juga menjelaskan mengenai sikap menarik diri dari kehidupan sosial yang dialami para tahanan di dalam penjara. Para tahanan mempunyai kecenderungan menghabiskan waktu di dalam sel masing-masing atau dengan beberapa teman dekat saja. Permasalahan-permasalahan tersebut disebabkan oleh ketidakbebasan atas aturan-aturan di penjara.

Salah satu permasalahan yang rawan terjadi di Lembaga Pemasyarakatan adalah berkaitan dengan kesehatan. Kesehatan yang dimaksud adalah kesehatan fisik dan psikis. Saputra (2008) menggambarkan permasalahan kesehatan fisik para narapidana berkaitan dengan kondisi makanan, yaitu kurang terpenuhinya gizi, sedangkan permasalahan kesehatan psikis digambarkan dengan adanya berbagai tekanan di Lembaga Pemasyarakatan, meliputi kekurangan kualitas fasilitas, dan makin padatnya penghuni Lembaga Pemasyarakatan. Kondisi tersebut menjadi penyebab utama terganggunya kondisi kesehatan para narapidana penghuni Lembaga Pemasyarakatan, baik itu kesehatan fisik, maupun kesehatan psikologis (Rininta dkk, 2004).

Kehidupan seorang narapidana Lembaga Pemasyarakatan tentunya berbeda dengan kehidupan seseorang yang tinggal di luar Lembaga Pemasyarakatan. Mereka tidak dapat merasakan kebebasan seperti kehidupan di luar Lembaga Pemasyarakatan. Kondisi ini dikemukakan Mulyadi (2005) sebagai akibat bahwa pidana penjara

merupakan pidana bersifat perampasan kemerdekaan pribadi terpidana karena penempatannya dalam bilik penjara. Menurut Sykes, (dalam Susilawati, 2002) kehilangan kemerdekaan itu antara lain hilangnya hubungan heteroseksual (*loos of heterosexual*), hilangnya kebebasan (*loos of autonomy*), hilangnya pelayanan (*loos of good and service*), dan hilangnya rasa aman (*loos of security*), di samping kesakitan lain, seperti akibat prasangka buruk dari masyarakat (*moral rejection of the inmates by society*). Pemenjaraan yang terjadi pada narapidana seringkali muncul adanya rasa rendah diri dan kontak-kontak yang minim dengan dunia luar Kartono, (1999). Kondisi tersebut mengakibatkan para narapidana sukar untuk diterimakembali di tengah-tengah masyarakat ketika nantinya mereka bebas. Isolasi yang dialami narapidana menimbulkan efek yaitu, tidak ada partisipasi sosial. Narapidana dianggap sebagai bagian masyarakat yang terkucilkan. Efek lain yang timbul adalah adanya tekanan-tekanan batin selama berada dalam hukuman penjara. Kondisi-kondisi tersebut dapat memunculkan kecenderungan-

kecenderungan menutup diri dan usaha lari dari realitas yang traumatik. Seseorang yang pernah berstatus menjadi seorang narapidana juga berdampak pada sulitnya mendapatkan kepercayaan dari masyarakat dan sulit dipercaya untuk diberitanggung jawab, sehingga sulit bagi para narapidana mendapatkan pekerjaan setelah mereka keluar dari hukuman penjaranya.

Kesejahteraan psikologis dapat menjadikan gambaran mengenai level tertinggi dari fungsi individu sebagai manusia dan apa yang diidam-idamkannya sebagai makhluk yang memiliki tujuan dan akan berjuang untuk tujuan hidupnya (Snyder dan Lopez, 2002). Individu yang merasa sejahtera akan mampu memperluas persepsinya di masa mendatang dan mampu membentuk dirinya sendiri (Fredrickson, dalam Eid & Larsen, 2008). Adanya perasaan sejahtera dalam diri akan membuat individu untuk mampu bertahan serta memaknai kesulitan yang dialami sebagai pengalaman hidupnya.

Menurut Campbell (dalam McDowell & Newel, 1996), kesejahteraan psikologis adalah suatu kondisi individu tanpa adanya distress

psikologis. Distres merupakan keadaan sakit secara fisik dan psikologis yang merupakan salah satu indikator utama dalam kesehatan mental. Distres psikologis dan kesejahteraan dapat dipengaruhi oleh masyarakat, lingkungan sekitar, dan ketahanan individu secara mental dalam menghadapi kecemasan dan depresi. Kaitan antara kesejahteraan psikologis dengan depresi atau masalah psikologis lain yaitu pada efek negatif psikis yang dialami individu tersebut akan menghambat perkembangan dirinya dan dapat mengakibatkan timbulnya ketidakberdayaan diri sehingga menerima keadaan apa adanya tanpa ada usaha dari dirinya untuk membuat hidupnya menjadi lebih baik.

Kasus yang terjadi di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Sragen, menunjukkan bahwa beberapa narapidana mampu menunjukkan kualitas hidup yang baik namun juga ada yang kurang mampu menunjukkan kualitas hidupnya dengan baik, sehingga berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologisnya. Narapidana yang merasa tertekan dan memiliki pikiran-pikiran negatif

tentang dirinya dan lingkungan sekitarnya akan memperburuk keadaan dan sulit untuk meningkatkan kualitas hidupnya. Sedangkan mereka yang mampu menerima kenyataan, memperbaiki kesalahan dan membenahi hidupnya, maka dapat menjadi manusia yang lebih baik dan diterima di masyarakat kembali

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Lembaga Pemasarakatan Kelas II A Sragen. Menggunakan metode penelitian kualitatif dengan alat ukur wawancara dan observasi. Teknik pemilihan informan yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling*. Herdiansyah (2012) menjelaskan bahwa *purposive sampling* adalah teknik dalam *non-probability sampling* yang berdasarkan kepada ciri-ciri yang dimiliki oleh subyek yang dipilih karena ciri-ciri tersebut sesuai dengan tujuan penelitian yang akan dilakukan. Subjek penelitian ini adalah ke 4 subjek penelitian dari Devi, S.Psi tentang resiliensi, kemudian di review ulang dan di teliti kembali menggunakan tema Kesejahteraan Psikologis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Penerimaan Diri

Keadaan di awal masa pembinaan semua informan mengalami beberapa keadaan, informan FZ mengalami kondisi tertekan karena merasa dirinya dituduh masih menyimpan uang yang banyak (Verbatim A.4) tetapi kemudian setelah lima bulan pertama informan mampu beradaptasi baik dengan lingkungan (Verbatim A.5). Informan GYT mengalami kondisi drop karena dampak dari penyesuaian diri di dalam lapas (Verbatim B.4) tetapi setelah tiga bulan pertama informan mampu beradaptasi (Verbatim B.5). Informan LE mengalami kondisi sedih karena ingat anak yang ditinggal dan dititipkan ke tetangga saat diawancarai terlihat sedih dan termenung (Verbatim C.1/ C.2/

C.3/ C.4/ C.6) tetapi kemudian setelah empat bulan awal informan mampu beradaptasi (Verbatim C.7). Informan SS mengalami kondisi sedih karena tidak merasa bersalah atas kasusnya (Verbatim no D.1/ D.2/ D.3/ D.4) tetapi kemudian setelah lima bulan awal informan mampu beradaptasi (Verbatim D.6). Dari kondisi yang beraneka ragam ini informan mengalami masa adaptasi yang harus dilalui, masa penerimaan diri atas pembinaan ini adalah rentang waktu tiga bulan sampai enam bulan. Semua informan sudah mulai bisa beradaptasi dan mengenali lingkungannya, ini adalah upaya informan dari menjadikan masa lalu sebagai pelajaran hidup dan mau memperbaiki diri. Ryff (1989) mengungkapkan bahwa

penerimaan diri mengandung arti sebagai sikap yang positif terhadap diri sendiri. Sikap positif ini adalah mengenali dan menerima berbagai aspek dalam dirinya, baik yang positif maupun negatif, serta memiliki perasaan positif terhadap kehidupan masa lalunya.

2. Hubungan Yang Positif Dengan Orang Lain

Hasil penelitian tentang hubungan sosial menunjukkan bahwa beberapa informan memiliki hubungan yang baik terhadap sesama NAPI tetapi juga ada informan menutup diri terhadap lingkungan sosialnya. Informan FZ memiliki sikap rendah hati dan memiliki hubungan sosial yang baik, terbukti dari sikap informan yang tidak berlebihan dalam bersikap dan menjalin komunikasi yang baik dengan sesama NAPI

(Verbatim A.14/ A.18). Informan GYT memiliki hubungan baik dengan NAPI lain seperti saling menghargai sesama dan saling menolong (Verbatim B.10/ B.16/ B.17). Informan LE memiliki hubungan baik dengan NAPI lain dan petugas lapas, terbukti seperti sering berbincang kepada sesama teman, sering cerita ketika ada masalah (Verbatim C.12/ C.15/ C.16/ C.22). Informan SS lebih memilih menutup diri terhadap lingkungan sosialnya, dikarenakan informan merasa kecemburuan sosial di dalam lapas sangat tinggi (Verbatim D.10/D.13/D.14/D.15). Dari ke empat subjek diketahui subjek FZ,GYT, dan LE memiliki hubungan baik dengan sesama narapidana ataupun pembina lapas, dilihat dari upaya ketiga informan untuk menghargai dan saling

menolong.Sedangkan untuk informan LE memiliki hubungan kurang baik terhadap lingkungan sekitarnya, karena informan memilih untuk menutup diri. Ryff (1989) mengungkapkan bahwa dimensi hubungan yang positif dengan orang lain sebagai dimensi yang mencerminkan kemampuan seseorang untuk menjalin hubungan yang hangat, saling mempercayai, dan saling mempedulikan kebutuhan serta kesejahteraan pihak lain. Menurut Ryff, kemampuan seseorang untuk menjalin hubungan yang positif ini juga dicirikan oleh adanya empati, afeksi, dan keakraban, serta adanya pemahaman untuk saling memberi dan menerima.

3. Penguasaan lingkungan

Sebagian informan mengalami situasi stres yang

menekan, tidak hanya pada masa awal menghuni Lembaga Pemasyarakatan, namun hal tersebut dalam waktu tertentu juga dirasakan subjek ketika mereka merasa jenuh dengan kegiatan di Lapas, memikirkan keadaan dirinya dan keluarga, dan menyesali kesalahan di masa lalu membuat mereka mengalami stres. Informan FZ dalam mengatasi stres lebih banyak melakukan kegiatan yang disarankan oleh pihak lapas, diantaranya ikut pengajian, ikut senam, membaca buku yang difasilitasi oleh perpustakaan keliling dari kabupaten (Verbatim A.11/ A.12/ A.19). Informan GYT lebih banyak melakukan ibadah untuk mengatasi keadaan stress, seperti rajin sholat dan rajin dzikir (Verbatim B.8). Informan LE melakukan kegiatan menjahit tas

dalam upaya mengatasi stress, tetapi dalam upayanya itu sering kali informan memikirkan anaknya yang sedang tinggal bersama tetanganya. Kondisi demikian membuat informan menjadi depresi dikarenakan selalu terbayang-bayang kondisi anak (Verbatim C.10/ C.21/ C.23). Informan SS melakukan kegiatan untuk mengatasi stress, seperti menyongket dan membuat tas (Verbatim D.11). Dari keempat subjek, ketiga subjek FZ, GYT dan, SS dalam upaya mengatasi stress mereka melakukan kegiatan seperti olahraga, mengikuti pengajian. Upaya ini dilakukan agar mereka mampu mengatur emosi dengan baik dan stabil. Sedangkan Informan LE berupaya mengatasi stress dengan melakukan kegiatan membuat tas tetapi selalu ingat

anak dan membuat kondisi informan menjadi depresi. Dimensi ini menggambarkan adanya suatu perasaan kompeten dan penguasaan dalam mengatur lingkungan, memiliki minat yang kuat terhadap hal-hal di luar diri, dan berpartisipasi dalam berbagai aktivitas serta mampu mengendalikannya. Menurut Ryff, orang yang memiliki penguasaan lingkungan adalah orang yang memiliki kemampuan dan kompetensi untuk mengatur lingkungannya. Individu seperti ini mampu mengendalikan kegiatan-kegiatannya yang kompleks sekalipun. Ia juga dapat menggunakan kesempatan-kesempatan yang ada secara efektif, dan mampu memilih, atau bahkan menciptakan lingkungan

yang selaras dengan kondisi jiwanya.

4. Tujuan hidup

Mayoritas narapidana memiliki keyakinan pada dirinya bahwa mereka mampu menjadi individu yang lebih baik dengan usaha yang ia lakukan untuk memperbaiki diri, merespon dan menyelesaikan masalah yang muncul. Masalah yang menimpa mereka dan keadaan sekarang yang mereka jalani merupakan titik balik dari kesalahan di masa lalu, kesempatan keadaan yang mewajibkan bersikap dan berperilaku baik sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa sehingga mereka yakin suatu saat akan berhasil dan sukses dalam memperbaiki diri dan memperoleh kehidupan yang lebih baik. Seperti

yang diungkapkan oleh ke empat informan FZ, GYT, LE, SS mereka ingin memperbaiki kehidupan, menjadi manusia yang baik, serta ingin kembali kepada keluarga dengan kondisi yang baik pula. Informan FZ tidak ingin mengulangi perbuatannya lagi dan ingin menata hidupnya (Verbatim A.24). Informan GYT tidak ingin mengulangi perbuatannya lagi, ingin menunjukkan perubahan hidup dan ingin kembali ke keluarganya (Verbatim B.23/ B.24). Informan LE ingin merawat dan membesarkan anaknya setelah bebas nanti (Verbatim C.20). Informan SS ketika bebas nanti ingin dirumah terlebih dahulu sebelum mencari pekerjaan (Verbatim D.21). Ketika mereka diwawancarai tentang harapan hidup, rata-rata mereka terlihat

senang dan memiliki optimisme untuk menyambut kehidupan mereka yang baru. Ryff (1989) mengungkapkan bahwa orang yang memiliki tujuan hidup adalah orang yang memiliki keterarahan dan tujuan-tujuan yang hendak dicapai dalam hidupnya. Ia memiliki keyakinan dan pandangan tertentu yang dapat memberikan arah dalam hidupnya. Selain itu, individu ini juga menganggap bahwa hidupnya itu bermakna dan berarti, baik di masa lalu, kini, maupun yang akan datang. Individu ini memiliki perasaan menyatu, seimbang, dan terintegrasinya bagian-bagian diri.

Informan yang memiliki kesejahteraan psikologis adalah yang memiliki Penerimaan diri yang baik, Hubungan yang positif dengan orang lain, Penguasaan lingkungan, dan Tujuan hidup.

. Informan yang memiliki kesejahteraan psikologis dibuktikan dari mampu beradaptasi dengan lingkungannya, memiliki hubungan sosial yang kemudian mampu terciptanya dukungan sosial, memiliki cara untuk mengatur dirinya terhadap lingkungannya dan memiliki tujuan hidup yang baik.

Informan yang tidak memiliki kesejahteraan psikologis adalah mereka yang tidak memiliki hubungan sosial yang baik dan tidak memiliki cara dalam penguasaan lingkungan. Subjek yang tidak memiliki hubungan sosial yang baik tidak mampu mencapai kebahagiaan insaninya, karena setiap orang membutuhkan orang lain untuk kerjasama dan berinteraksi. Informan yang tidak memiliki cara dalam penguasaan

lingkungan maka memiliki dampak pada buruknya pola hubungan dengan orang lain, mudah memiliki rasa cemas dan depresi.

Berdasarkan dinamika kesejahteraan psikologis pada narapidana di atas, keadaan psikologis informan yang memiliki faktor kesejahteraan psikologis yaitu mampu beradaptasi dengan lingkungan, memiliki hubungan positif dengan orang lain, memiliki cara dalam penguasaan lingkungan, dan memiliki tujuan hidup. Dari penelitian di atas menunjukkan adanya perbedaan yang dirangkum berdasarkan hasil wawancara dan observasi penelitian bahwa subjek narapidana yang memiliki kesejahteraan psikologis, mereka mampu menerima keadaan diri selama di lapas, memiliki hubungan baik dengan narapidana

lain seperti berbagi tugas, saling mengingatkan, saling memberi dukungan, kemudian memiliki hubungan yang baik dengan petugas lapas, memiliki upaya untuk dekat dengan Tuhan Yang Maha Esa, selain itu juga mendapat dukungan dengan keluarga. Memiliki tujuan hidup yang senantiasa memberikan harapan untuk mereka lebih baik dan harapan menjadi manusia yang sukses. Sedangkan, subjek narapidana yang tidak memiliki kesejahteraan psikologis, mereka yang tidak memiliki hubungan sosial yang baik dan tidak memiliki cara dalam penguasaan lingkungan. Subjek yang tidak memiliki hubungan sosial yang baik tidak mampu mencapai kebahagiaan insaninya, karena setiap orang membutuhkan orang lain untuk

kerjasama dan berinteraksi, tidak memiliki cara dalam penguasaan lingkungan maka berdampak pada buruknya pola hubungan dengan orang lain, mudah memiliki rasa cemas dan depresi.

KESIMPULAN

Kesejahteraan Psikologis pada narapidana muncul apabila mereka memiliki penerimaan diri yang baik, memiliki hubungan positif dengan orang lain, memiliki cara dalam penguasaan lingkungan, sehingga mampu menciptakan keadaan sesuai kondisi jiwanya, serta memiliki tujuan hidup untuk lebih baik dan tidak mengulangi perbuatan itu lagi. Sedangkan narapidana yang tidak memiliki kesejahteraan psikologis, mereka yang tidak memiliki hubungan sosial yang baik dan tidak memiliki cara dalam penguasaan lingkungan. Subjek yang tidak memiliki hubungan

sosial yang baik tidak mampu mencapai kebahagiaan insaninya, karena setiap orang membutuhkan orang lain untuk kerjasama dan berinteraksi, tidak memiliki cara dalam penguasaan lingkungan maka berdampak pada buruknya pola hubungan dengan orang lain,serta mudah memiliki rasa cemas dan depresi.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti mengajukan beberapa saran untuk berbagai pihak, sebagai berikut:

1. Bagi subjek penelitian yang menjadi warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Sragen disarankan untuk mengikuti kegiatan yang di sarankan oleh Pembina lapas, kemudian selalu berdoa dan beribadah kepada Tuhan Yang Maha Esa agar mental dan penerimaan diri

terhadap lingkungan semakin baik, kemudian menjalin hubungan yang baik terhadap sesama napi karena hubungan baik dengan sesama akan menimbulkan perasaan saling menghargai, saling memiliki dan akhirnya sikap empati dan tolong-menolong akan selalu mereka terapkan, selain itu juga untuk mengurangi rasa cemas ataupun keadaan tertekan selama menjalani hukuman. Serta mematuhi peraturan yang ada di dalam lapas supaya mudah diberikan pengurangan masa hukuman.

2. Bagi Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Sragen untuk lebih melihat kondisi psikologis narapidana seperti memaksimalkan peran petugas di lapangan untuk berinteraksi lebih dalam kepada narapidana supaya

narapidana merasa lebih baik dan menerima serta memiliki tujuan hidup yang benar-benar mereka inginkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alsa, A. (2003). *Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Serta Kombinasinya Dalam Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azani. (2012). Gambaran Psychological Well-Being Mantan Narapidana. *Empathy*, 1 (01), 1-18.
- Azani. (2012). Gambaran Psychological Well-Being Mantan Narapidana. *Empathy*, 1 (01), 1-18.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial, Edisi 10*. Jakarta: Erlangga.
- Bradburn, Norman F. 1969. *The Structure of Psychological Well-Being*. Chicago: Aldine Pub. Co
- Bukhori, Baidi (2012). Hubungan Kebermaknaan Hidup Dan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesehatan Mental Narapidana. *Jurnal Ad-Din*, Vol. 4, No.1
- Compton, W.C. 2005. *Introduction to Positive Psychology*. New York: Thomson Wodsworth.
- Diener, E. & Suh, E.M. 2000. *Culture and Subjective Well Being*. MIT Press.
- Diener, E. dkk. 1999. *Subjective Well Being : Three Decades of Progress*.
- Creswell, J. W. (2012). *Research design pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Neuman, W. L. (2007). *Basic of social research: Qualitative and quantitative approaches, second edition*. Pearson Education, Inc.
- Weiner, I. (2003). *Handbook of psychology vol.02: Research methods in psychology*. John Wiley & Son Inc: New Jersey
- Devi (2015). Resiliensi Narapidana Dewasa Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Sragen. Skripsi. Fakultas Psikologi. UMS
- Faisal, Sanapiah. 1990. *Penelitian Kualitatif Dasar-dasar dan Aplikasi*. Malang: Yayasan Asih Asah Asuh Malang (YA3 Malang)
- Fransisca Iriani, Ninawati (2005). Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Dewasa Muda Ditinjau Dari Pola Attachment. *Jurnal Psikologi* Vol. 3 No. 1, Juni 2005
- Herdiansyah, H. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.

- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga.
- Kemenkumham. (2010). *Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 Tentang Pemasyarakatan*. Retrieved April 19, 2014, from http://www.kemenkumham.go.id/attachments/article/167/uu12_1995.pdf
- Kristanto, A. D. (2015, Januari 15). *Kehidupan Narapidana LP Kelas IIA Sragen*. (R. R. Devi, Pewawancara)
- Lightsey, O. (2008). Resilience Meaning and Well-Being. *Journal of Counseling Psychologist Association*, 34, 96-107.
- Mohino, Susan, et al. 2004. Coping Strategies in Young Male Prisoners. *Journal of Youth and Adolescent*, Vol 33, page 41
- Munandar, A.S. 2001. *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta: UI Press. Pannen, P. 2005. *Pendidikan sebagai Sistem*. Jakarta: Pusat Antar Universitas Untuk Peningkatan dan Pengembangan Aktivitas Instruksional Universitas Terbuka (PAUPPAI-UT)
- Patilima, H. (2005). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Psychological Bulletin, 2: 276-302.
- Eid, M. & Larsen, R.J. 2008. *The Science of Subjective Well Being*. New York: The Guilford Press.
- Kahneman, D. & Krueger, A.B. 2006. Developments in the Measurement of Subjective Well Being. *Journal of Economic Perspectives*, 20: 3-24.
- Robinson, J.P., & F.M. Andrews. (1991). *Measures of Subjective Well-Being* in Robinson, John, P., Shaver, Philip R., & Wrigthman, Lawrence. (1991). *Measures of Personality and Social Psychological Attitudes*. Academic Press, Inc: 61-114
- Russell, J.E.A. 2008. Promoting Subjective Well-Being at Work. *Journal of Career Assessment*, 16: 118-132.
- Ryff, C. D. 1989. Psychological Well-Being in Adult Life. *Journal of Psychological Science*, Vol. 4, No. 4 (Aug., 1995), pp. 99-104
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? exploration on the meaning of Psychological Well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 6, 1069 – 1081

- Ryff & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 4, 719 – 727
- Ryff & Burton. 2006. Know thyself and become what you are: a eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of happiness studies*. Vol. 9. Iss: 13. page 39.
- Sarosa, S. (2012). *Penelitian Kualitatif, Dasar-Dasar*. Jakarta: PT. Indeks.
- Sarwono, J. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.