

PENGALAMAN PROSES MENUJU RESILIENSI PADA TERPIDANA KASUS NARKOTIKA

Endari Lugina Utami¹, Achmad Mujab Masykur²

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto SH Tembalang Semarang 50275

endarilugina@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman proses menuju resiliensi pada terpidana kasus narkoba. Karakteristik partisipan dalam penelitian ini adalah tiga orang warga binaan yang menjadi terpidana kasus narkoba. Penelitian ini menggunakan metode wawancara dalam pengambilan data. Metode analisis data pada penelitian ini menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)*. Prosedur IPA bertitik fokus pada pengalaman partisipan melalui kehidupan pribadinya. Eksplorasi yang dilakukan partisipan menghasilkan makna dalam peristiwa yang dirasa unik. Hasil penelitian ini menggambarkan kemampuan ketiga partisipan untuk resilien dalam menghadapi stressor proses pemenjaraan yang dihadapinya. Adanya dorongan dari keluarga, dari dalam diri, dan dukungan lingkungannya memberikan pengaruh positif bagi partisipan untuk memunculkan resiliensi. Faktor internal dan eksternal yang membantu partisipan untuk resilien sehingga mampu beradaptasi dengan lingkungan baru dan tekanan yang dihadapinya, serta tetap berharap dan berusaha tidak putus asa meski harus merasakan hukuman kurungan penjara.

Kata kunci : Resiliensi, narapidana, narkoba

ABSTRACT

This study discussed the resilience process experience towards narcotics inmates. The characteristics of the participants in this study were three persons that convicted as narcotics offender. This research used interview method in collecting the data and analyzed using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) procedure. IPA procedure focused on the experience of the participants through their personal life. This procedure let the participants explore and interpreting the unique events they have experienced. The result of this study showed the abilities of participants to cope with the stress of the imprisonment process they faced. The encouragement from the families, motivation of the participants themselves, and the supports of the environment gave positive impacts to show resilience representation. Internal and external factors helped participants to be able to adapt with the new environment and the stressor of imprisonment, keep moving forward, and tried not to be dispondent after their jail penalty.

Keywords: Resilience, inmate, narcotics

Kurniawan (2018) dan Handoyo (2009) menyebutkan bahwa penyalahgunaan narkoba merupakan kejahatan yang terorganisir sehingga tidak mudah untuk menangkap dan yang sebenarnya. Atas permasalahan tersebut, maka dicetuskan peraturan khusus yang diatur dalam UU No. 35 Tahun 2009 tentang narkoba. Peraturan tersebut ditegakkan untuk mencegah, melindungi, dan menyelamatkan Indonesia dari tindakan penyalahgunaan narkoba (Rachman, 2018). UU

tentang narkotika yang beredar di dalam lingkungan baru yang penuh dengan peraturan, bergaul dengan orang-orang baru yang sebagian besar pernah melakukan kejahatan, jauh dengan keluarga dan orang-orang yang disayangi, merasa hidupnya tidak bebas, memikirkan bagaimana nasib keluarga yang ditinggalkannya, dan memikirkan bagaimana nasib setelah bebas dari lembaga pemasyarakatan (Lapas) semakin meningkat (Handoyo, 2009).

Ekasari dan Susanti (2009) menyebutkan bahwa berada di dalam lingkungan baru yang penuh dengan peraturan, bergaul dengan orang-orang baru yang sebagian besar pernah melakukan kejahatan, jauh dengan keluarga dan orang-orang yang disayangi, merasa hidupnya tidak bebas, memikirkan bagaimana nasib keluarga yang ditinggalkannya, dan memikirkan bagaimana nasib setelah bebas dari lembaga pemasyarakatan (Lapas) semakin meningkat (Handoyo, 2009).

Arief (dalam Lubis & Maslihah, 2012) menyatakan bahwa pidana penjara tidak hanya mengakibatkan perampasan kemerdekaan, tetapi juga menimbulkan akibat negatif terhadap hal-hal yang berhubungan dengan dirampasnya kemerdekaan itu sendiri. Akibat negatif dari dirampasnya kemerdekaan, pertama, terampasnya kemerdekaan untuk berusaha dari orang itu yang dapat mempunyai akibat serius bagi kehidupan sosial ekonomi keluarganya. Kedua, memberikan cap jahat yang akan terbawa terus walaupun yang bersangkutan tidak lagi melakukan kejahatan. Ketiga, pengalaman penjara dapat menyebabkan terjadinya degradasi atau penurunan derajat dan harga diri manusia. Resiliensi bagi terpidana yang kehilangan kebebasannya selama bertahun-tahun dengan segala keterbatasan di penjara penting untuk dimiliki. Hal tersebut dikarenakan dengan adanya resiliensi, seseorang dapat tetap menunjukkan fungsi psikologis yang utuh meskipun mengalami suatu trauma atau keterpurukan (Bonanno; Smith, Tooley, Christopher, & Kay dalam Segovia, Moore, Linnville, Hoyt, & Hain, 2012).

Sliva (2014) dalam penelitiannya mengidentifikasi tiga tema besar yang dialami oleh narapidana dalam proses mencapai resiliensi, diantaranya : (1) berduka atas diri yang harus meninggalkan kehidupan normalnya yang bebas, (2) usaha menerima kenyataan, dan (3) mencapai resiliensi. Dalam tahap berduka atas diri yang harus meninggalkan kehidupan normalnya yang bebas, individu merasakan perasaan kehilangan yang mendalam akibat kondisinya yang harus terpisah dari keluarga, teman-teman, serta kehilangan harapan dan impian dalam kehidupannya. Dalam tahap ini individu mengalami fase-fase dimana diri melakukan penyangkalan (*denial*), kemarahan (*anger*), tawar-menawar (*bargaining*), depresi (*depression*), dan penerimaan (*acceptance*). Dalam usaha menerima kenyataan, narapidana mengalami fase-fase psikososial yang penting dalam usahanya untuk beradaptasi dengan kenyataan pahitnya, diantaranya melatih keputusan personal, menjaga pikiran untuk tetap positif, dan pencarian makna. Dalam tahap mencapai resiliensi, melalui kehilangan yang intens dan penderitaan yang melekat atas hukuman yang diterima, narapidana menunjukkan resiliensi yang luar biasa. Seiring berjalannya waktu, pengalaman tersebut kemudian mengembangkan empati, kebijaksanaan, dan kejujuran yang lebih besar pada narapidana. Disebutkan bahwa pengalaman tersebut dianggap oleh narapidana sebagai pengalaman yang menyakitkan namun bermakna untuk membangkitkan diri. Tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu untuk memahami pengalaman proses menuju resiliensi pada terpidana kasus narkotika.

METODE

Partisipan dalam penelitian ini diantaranya adalah CG, HS, dan CK. Penelitian ini menggunakan metode fenomenologi. Moleong (2017) mengartikan fenomenologi sebagai proses kognitif yang berfokus pada pengalaman-pengalaman subjektif individu dan interpretasinya terhadap dunia, sehingga dapat dipahami bagaimana dunia diartikan dalam perspektif orang lain. Analisis penelitian dilakukan sesuai dengan prosedur *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA)

yang memiliki fokus pada interpretasi satu subjek, kemudian melanjutkan ke subjek berikutnya untuk menentukan persamaan dan perbedaan yang dialami tiap subjek sehingga dapat dirincikan pola makna dan pengalaman-pengalaman subjek (Smith, Flowers, & Larkin 2009). Analisis data dalam penelitian ini menggunakan IPA sebagai pendekatan analisis untuk mengetahui pengalaman proses menuju resiliensi pada terpidana kasus narkoba. Penelitian ini menggunakan teknik purposif yang berarti teknik *non-probability* yang didasarkan pada karakteristik yang ada pada narasumber yang dipilih karena karakteristik tersebut sesuai dengan tujuan dari penelitian yang akan dilakukan (Moleong, 2017).

Kriteria narasumber penelitian ini, diantaranya : (1) Narasumber dari penelitian ini adalah terpidana kasus narkoba yang menjadi warga binaan di dalam Lapas, (2) narasumber bukan merupakan pecandu narkoba, (3) menjadi terpidana akibat tuduhan kepemilikan narkoba atau perantara peredaran gelap narkoba, (4) bersedia menjadi narasumber penelitian melalui *informed consent*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di Lembaga Pemasyarakatan Klas 1 Semarang. Narasumber dari penelitian ini berjumlah tiga orang. Hasil analisis data dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan adanya tiga tema yang dialami oleh ketiga partisipan, diantaranya (1) stressor pemenjaraan, (2) proses menuju resilien, dan (3) resiliensi atas pemenjaraan. Terdapat tempat tema superordinat dari stressor pemenjaraan, yakni kekecewaan terhadap pemenjaraan, problematika pemenjaraan, ketidakberdayaan pemenjaraan, serta kekhawatiran pada keluarga. Dalam tema proses menuju resilien ditemukan tiga tema superordinat, yaitu kekuatan dari keluarga, dorongan eksternal, dan dorongan internal. Dalam tema resiliensi atas pemenjaraan terdapat tempat tema superordinat, diantaranya yaitu kemampuan beradaptasi dengan keterpurukan, usaha terlepas dari hukuman, harapan tercapainya kondisi yang diinginkan, dan kewaspadaan untuk menjalin hubungan sosial.

Stressor Pemenjaraan

Pemenjaraan memberikan stres bagi para partisipan. Fieldman (dalam Welta & Agung, 2017) menjelaskan stres adalah suatu proses menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam, menantang, ataupun membahayakan. Partisipan CG, HS, dan CK menyatakan perasaan terkejut saat dihampiri polisi. CG dan HS merasakan kekecewaan atas penangkapan dan berpikir bahwa diri mereka telah dijebak oleh teman yang dipercayainya. Partisipan CK menyatakan bahwa ia merasa marah dan kecewa atas penyeretan yang dilakukan tersangka utama atas dirinya dan merasakan kesedihan penjatuhan hukuman seumur hidup oleh hakim yang menetapkannya sebagai perantara narkoba. CG, HS, dan CK merasakan kesedihan dan tidak menyangka atas penangkapan oleh polisi dan ancaman pemenjaraan pada diri masing-masing.

Stres menurut Sarafino (dalam Welta & Agung, 2017) adalah suatu kondisi yang disebabkan oleh transaksi antara individu dengan lingkungan yang menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi dengan sumber-sumber daya sistem biologis, psikologis dan sosial dari individu lain disekitarnya. Adanya perbedaan antara kenyataan penangkapan yang dirasakan oleh para partisipan dengan hasil proses peradilan memberikan tekanan bagi para partisipan.

Menurut Yosep dan *World Health Organization* (dalam Harner dkk., 2010) menyebutkan bahwa seseorang yang terlibat dalam masalah hukum seperti menjadi narapidana penjara merupakan salah satu sumber stres yang dapat menyebabkan seseorang rentan mengalami masalah mental termasuk kecemasan. Masing-masing partisipan menyebutkan kekhawatirannya atas

pemeriksaan yang memberikan banyak ketidakberdayaan pada mereka, seperti kesulitan bertemu dan berkomunikasi dengan keluarga, tidak adanya penghasilan, terbatasnya ruang personal, lamanya masa tahanan, ketakutan ditinggal oleh keluarga, penyesalan tidak bisa membahagiakan keluarga, dan ketidaknyamanan lainnya.

Harsono (dalam Gunawan & Yahya, 2016) menyebutkan seorang narapidana sebenarnya tidak hanya dipidana secara fisik, namun juga secara psikologis. Mereka yang tadinya hidup bebas ketika dipidana akan kehilangan kebebasannya (*loss of liberty*), seluruh aktivitas mereka selalu dalam pengawasan (*loss of security*), tidak bebas dalam berkomunikasi karena setiap pertemuan dan komunikasi terbatas waktu dan diawasi oleh petugas (*loss of personal communication*). Kehilangan kebebasan dan terbatasnya komunikasi dengan lingkungan luar lapas membuat CG berpikir untuk menghentikan hubungan dengan seorang yang hendak dijadikan sebagai istrinya. Hal tersebut dilakukan karena CG mementingkan masa depan yang baik bagi calon pasangannya tersebut. Hal tersebut membuatnya sedih dan kesulitan untuk tidur. Subjek HS dan CK menyatakan bahwa pencabutan kebebasan membuat mereka kesulitan untuk selalu berhubungan dengan keluarganya. Perasaan ingin berhubungan dengan keluarga dan melepas kerinduan harus mereka kendalikan karena pembatasan yang mereka dapatkan.

Kehilangan kebebasan memberikan kesulitan bagi ketiga partisipan untuk bekerja dan menghasilkan uang. Welta dan Agung (2017) menambahkan bahwa masa hukuman yang diterima dimaknai sebagai adanya kondisi mengisolasi, kondisi kehilangan pekerjaan, kondisi hilangnya pelayanan pribadi dalam waktu yang lama sesuai masa hukuman yang dipidanakan. Kondisi yang dirasakan para partisipan akibat masa hukuman pidana yang diterimanya menimbulkan perasaan tertekan dan terancam. Selain itu, keterbatasan finansial akibat pemeriksaan juga dirasakan oleh CG, HS, dan CK. Hal tersebut menjadikan para partisipan bergantung pada keluarga secara finansial, kecuali partisipan CG.

Partisipan HS dan CK mendapatkan sumber nafkah dari istrinya. Sedangkan partisipan CG berusaha untuk memanfaatkan hal yang bisa dilakukannya untuk mandiri secara finansial meskipun hasilnya tidak seberapa. Kondisi finansial yang sulit akibat pemeriksaan menjadikan para partisipan harus mengendalikan diri untuk memenuhi keinginannya. Hal tersebut menambah tekanan bagi para partisipan. Khusus partisipan CG, beban finansial ditambah dengan perasaan untuk bertanggungjawab untuk selalu mengirimkan uang untuk sang anak tiap bulannya. Kondisi yang dialami CG memberikan ketidakmampuan bagi CG untuk mengusahakan remisi untuk mengurangi masa tahanannya.

Partisipan CK merasakan ketidakberdayaan untuk terlepas dari hukuman seumur hidup karena kasusnya yang menjadi berita nasional dan pantauan ketat dari Kejaksaan Agung. CK merasa sangat tertekan karena ketidakmampuannya untuk lolos dari hukuman seumur hidup. Dalam penelitian Holmes dan Rahe (dalam Welta & Agung, 2017) menyebutkan bahwa masa hukuman mempunyai peran dalam memicu munculnya kondisi stres. Taylor (dalam Welta & Agung, 2017) menambahkan kondisi stres yang ditimbulkan masa hukuman pada narapidana dapat ditunjukkan dengan ciri-ciri tidak berdaya dan putus asa. CK menyatakan perasaan tidak berdaya dan sempat hilang harapan setelah mendapat putusan hukuman seumur hidup.

Seluruh partisipan sepakat mengenai adanya permasalahan dalam penjara seperti yang dijelaskan oleh Pratiwi dan Utami (2011), diantaranya adalah kemunculan perasaan rendah diri, kehilangan identitas, pengisolasi dan persepsi negatif dari masyarakat, dan berkurangnya interaksi dengan orang terdekat juga dapat terjadi pada narapidana dalam penjara. Perasaan rendah diri dirasakan oleh para partisipan paling besar saat penangkapan, proses persidangan, dan awal masuk penjara. Perasaan kehilangan identitas juga dirasakan oleh HS dan CK yang tidak lagi memiliki daya

untuk memberi nafkah bagi keluarga dan meluangkan waktu sehingga kehilangan perannya sebagai ayah dan suami. Namun masing-masing partisipan menekankan adanya problematika yang dihadapi tersendiri atas pemenjaraan yang dialaminya.

CG menyatakan bahwa banyaknya orang yang menipu CG di penjara. Menipu yang dimaksud adalah meminjam sesuatu dengan alasan untuk keluarga lalu tidak dikembalikan. Namun CG seringkali mengikhhlaskan hal tersebut karena merasa tidak tega apabila mengenai kesejahteraan orang lain yang membutuhkan bantuan. Adanya moralitas yang terbentuk pada CG menjadikannya sering ditipu. Reivich dan Shatte (2002) menjelaskan bahwa moralitas merupakan kemampuan individu untuk mempertimbangkan sesuatu yang dianggap baik dan buruk, memprioritaskan kepentingan individu lain dan melakukan tindakan yang berintegritas.

Lain halnya dengan HS, problematika yang dirasakan HS atas pemenjaraan adalah tidak adanya hiburan dan kerinduan pada keluarga. Hal tersebut sempat membuat fisiknya lemah dan sakit. Penjara sebagai tempat yang tidak menyenangkan karena kehilangan kebebasan, sehingga narapidana merasa bosan, dirasakan baik oleh narapidana yang mengalami pemenjaraan untuk pertama kalinya ataupun kedua kali (Kristianingsih, 2009).

CK merasakan ketakutan akan berapa lama harus berada di penjara. Hal tersebut dikarenakan vonisnya yang seumur hidup sehingga CK tidak memiliki kepastian kapan akan keluar, dengan hukuman yang seharusnya tidak dipertanggungjawabkannya. Hasil penelitian Yang dkk (2009) mengungkapkan bahwa sebanyak 59 wargabinaan yang menjalani hukuman seumur hidup di Perancis menunjukkan penahanan seumur hidup mempengaruhi keadaan psikologis. Pembatasan fisik, keadaan terisolasi, pengawasan yang ketat, stres berat, kuatnya tekanan sosial, keterbatasan dalam penjara, dan pemberitaan media massa merupakan stressor yang besar bagi narapidana (Putri, Erwina, & Adha, 2014).

CG, HS, dan CK merasakan stresor terbesar berasal dari keluarga. CG menyatakan bahwa adanya khawatir dengan masa depan anaknya karena keberadaannya di penjara. Masing-masing partisipan juga menyatakan ketakutan keluarganya akan meninggalkan mereka karena pemenjaraan yang dialaminya. HS dan CK menyatakan merasa tidak bisa memberikan apa-apa selain doa. CK mengaku adanya perasaan tidak berguna sebagai ayah. CG menyatakan ketidakinginannya untuk dijenguk oleh sang anak karena CG tidak ingin diingat oleh anaknya sebagai narapidana atau seseorang yang buruk. HS dan CK berharap keluarganya tetap menerima mereka meski memiliki label narapidana.

Corsin dan Wedding (2011) menjelaskan bahwa pemicu stres dari terpidana bisa didapatkan dari hambatan dalam menjalankan peran tertentu. Ketiga partisipan merasakan tekanan akibat ketidakmampuannya dalam menjalankan perannya sebagai suami dan ayah bagi keluarganya. Harsono (dalam Gunawan & Yahya, 2016) menjelaskan bahwa hal-hal yang berkaitan dengan pencabutan kemerdekaan bagi terpidana menjadi stresor yang besar karena individu yang awalnya hidup bebas bersama keluarga harus menjalani hidup di penjara dengan pengawasan yang ketat.

Proses Menuju Resilien

Dukungan keluarga memberikan pengaruh terbesar bagi para partisipan untuk menerima kondisi pemenjaraan. Hal tersebut sesuai dengan penelitian Ardila dan Herdiana (2013) bahwa yang paling mendukung dalam penerimaan diri narapidana adalah adanya dukungan dari keluarga yang secara konsisten. Ketiga partisipan menyatakan bahwa dukungan terbanyak didapatkan dari keluarga. HS dan CK menyatakan bahwa kekuatan yang mereka miliki saat ini berasal dari

dukungan dari keluarga yang selalu mereka dapatkan hingga saat ini. Ketiga partisipan menyatakan bahwa mereka berjuang menghadapi tekanan pemenjaraan saat ini dan bersiap untuk menjadi seorang yang lebih baik bagi keluarganya.

Bukhori (2012) menyebutkan bahwa keluarga merupakan tempat pertumbuhan dan perkembangan seseorang. Tingginya dukungan sosial berasal dari keluarga yang diterima narapidana karena keluarga merupakan lingkungan pertama dan terdekat dengan narapidana (Putri dkk, 2014). Ratna (dalam Putri dkk, 2014) menyebutkan salah satu faktor yang mempengaruhi efektifitas dukungan sosial ialah pemberi dukungan sosial berasal orang yang terdekat dengan individu, seperti keluarga. Adanya dukungan sosial akan dapat membantu narapidana merasa tenang, diperhatikan, dicintai, dan menimbulkan rasa percaya diri (Putri dkk, 2014).

Selain kekuatan yang didapatkan dari keluarga, para partisipan juga mendapatkan dorongan eksternal lainnya yang memberikan kekuatan berupa dukungan sosial. Dukungan sosial (*Social Support*) diartikan oleh Gottlieb (dalam Ekasari & Susanti, 2009) sebagai informasi verbal atau nonverbal, saran, bantuan-bantuan yang nyata atau perlakuan yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan individu di dalam lingkungan sosialnya, kehadiran dan hal-hal yang memberikan keuntungan emosional atau keuntungan lain yang memberi pengaruh bagi penerimanya. Baik CG, HS, dan CK menyatakan mereka mendapatkan dorongan dari saudara, teman sesama warga binaan, dan petugas Lapas yang memberikan saran-saran serta bantuan-bantuan yang menambah kekuatan masing-masing partisipan dalam menghadapi tekanan pemenjaraan.

HS dan CK menyatakan bahwa mereka terkadang juga mendapatkan kunjungan dari para kerabatnya di luar Lapas. Dukungan-dukungan tersebut meminimalisir perasaan tertekan yang ada pada setiap partisipan. Masing-masing partisipan merasa termudahkan dengan adanya fasilitas Lapas yang membantu para partisipan dalam berhubungan dengan keluarganya. Selain itu, adanya kesibukan dari pekerjaan di kantor Bimkemas bagi partisipan CG dan CK membantu mereka dalam mengurangi pikirannya terhadap keterpurukan. Baiknya perlakuan dari para petugas juga memberikan kenyamanan bagi masing-masing partisipan dengan lingkungan Lapas. Menurut teori Lambertson dan Minor (dalam Wulur, Kumaat, & Masi, 2013), individu yang mengatur stres dengan cara mendapatkan dukungan sosial dari keluarga, teman-teman, atau kelompok pergaulannya cenderung dapat mengatasi rasa tidak senang atau stres. Teori tersebut sejalan dengan pernyataan Balogun (2014) bahwa adanya dukungan sosial akan membantu narapidana dalam menangani masalah pribadi dan sosial serta dapat mengatasi masalah kesehatan mental yang rentan terjadi pada narapidana seperti kecemasan. Narapidana dalam menjalani masa hukuman, narapidana membutuhkan dukungan sosial untuk mengatasi berbagai tekanan hidup, ketegangan dan kejenuhan dalam hidup (Onsyishi dalam Putri dkk, 2014). Dukungan sosial dibutuhkan narapidana sebagai penyangga sosial yang memiliki efek pada psikologis narapidana dalam menjalani kehidupan yang penuh dengan stres (McCormick dalam Balogun, 2014).

Menurut Yanita (dalam Putri dkk, 2014) bentuk dukungan sosial terdiri dari dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif. Dukungan emosional mencakup ungkapan empati, kepedulian, perhatian kepada seseorang, dukungan penghargaan terjadi melalui ungkapan hormat atau penghargaan positif pada seseorang untuk membangun perasaan yang lebih baik terhadap diri seseorang tersebut, dukungan instrumental berupa bantuan langsung seperti memberi pinjaman uang, sedangkan dukungan informatif mencakup pemberian nasihat, saran, sugesti, informasi, petunjuk mengenai apa yang sebaiknya dilakukan oleh individu tersebut. CG, HS, dan CK masing-masing menyatakan bahwa mereka

memperoleh dukungan-dukungan sosial secara penghargaan, instrumental, dan informatif dalam penjara.

Selain dorongan eksternal, para partisipan juga mendapatkan dorongan dari dalam dirinya untuk resilien dengan tekanan pemenjaraan yang dihadapinya. CG, HS, dan CK masing-masing menyatakan bahwa mereka mendapatkan kekuatan dari religiositas yang mereka anut. Ketiganya mengakui bahwa selain keluarga, kepercayaan mereka pada Tuhan memberikan kekuatan yang besar untuk mereka. Saat merasakan emosi negatif, hal yang mereka lakukan adalah beribadah dan berdoa.

Kumpfer (dalam Glantz & Johnson, 2002) menyatakan bahwa spiritual menjadi salah satu faktor yang memberikan pengaruh yang besar bagi individu untuk beradaptasi secara positif. Pernyataan tersebut diperkuat oleh Tusaiedan Dyer (dalam Rinaldi, 2010) yang menjelaskan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi pada individu adalah faktor individual. Faktor individual merupakan faktor yang asalnya berada dari dalam individu yang meliputi kepribadian dan faktor kognitif. Faktorkognitif mencakup sistemkepercayaan yang memberikanartikebermaknaanhidup, sebagaikumpulanceritakehidupandanmenghargaikeunikandirimasing-masing (Tusaie& Dyer dalam Rinaldi, 2010). Kemampuan kognitif mempengaruhi resiliensi individu dengan pikiran bahwa suatu penyebab dari peristiwa yang tidak menyenangkan bukan sekedar hanya karena suatu kelalaian tapi juga karena kehendak Sang Pencipta, begitupun akibatnya.

Religiositas menjadikan para partisipan berusaha menerima makna dari peristiwa tersebut serta menumbuhkan semangat dan mengoptimalkan kemampuan berpikirnya untuk pulih kembali. Schleimacher (dalam Jalaluddin, 2012) menyatakan bahwa adanya rasa ketergantungan pada Tuhan pada individu karena individu merasakan dirinya lemah. Kelemahan tersebut menyebabkan individu selalu tergantung hidupnya dengan suatu kekuasaan di luar dirinya. Ketidakberdayaan yang dirasakan masing-masing partisipan menjadikan para partisipan memasrahkan diri pada kekuatan Tuhan dan menjadi lebih dekat dengan Tuhannya.

Selain kekuatan dari kepercayaan yang dianut, partisipan CG dan HS menyatakan bahwa mereka merasa mampu menerima dan menghadapi tekanan pemenjaraan karena adanya keinginan dari dalam diri untuk bertahan. Partisipan CG mengakui lebih banyak mengandalkan dirinya untuk bertahan di dalam Lapas. CG lebih banyak menguatkan diri sendiri dan mencari solusi dari setiap masalah yang ditemuinya akibat pemenjaraan. Adanya faktor internal, yang mencakup kepribadian, kemampuan kognitif, konsep diri, harga diri, dan kompetensi sosial individu membantu CG untuk resilien secara mandiri (Everall, Altrows, & Paulson dalam Rinaldi, 2010).

Carver dan Scheier (dalam Kristianingsih, 2009) menyatakan bahwa setiap perilaku pasti ada penyebabnya, yaitu adanya suatu proses yang mengendalikan perilaku adaptif seseorang yang berasal dari diri sendiri (*internal regulation*), maupun dari luar (*external regulation*). Partisipan CG dan CK menyatakan bahwa masing-masing memiliki kepribadian yang cuek. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Adnan (dalam Anggraini, Hadiati, & Sarjana, 2019) disebutkan bahwa kepribadian menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat stres narapidana. Kepribadian cuek tersebut meminimalisir para partisipan untuk merasa rendah diri akibat label narapidana yang dimilikinya.

Partisipan HS dan CK mengaku memotivasi diri sendiri untuk tetap teguh dalam menghadapi pemenjaraan dengan mengingat keluarganya. Salah satu faktor psikologis yang mengurangi stres adalah coping stres. (Gunawan & Yahya, 2016). Davidson (dalam Gunawan & Yahya, 2016) menyatakan bahwa coping stres merupakan upaya seseorang untuk mengatasi masalah atau

menangani emosi negatif yang diakibatkan karena stres. CG berusaha untuk cuek dan melupakan pikiran-pikiran negatifnya yang membuatnya merasa sedih, marah, atau takut. CG tidak ingin membuat dirinya merasa tidak nyaman karena hal tersebut. Sedangkan HS dan CG berusaha untuk meredakan pikiran dan emosi negatifnya dengan mengingat keluarganya. HS sendiri akan berusaha bersosialisasi dengan warga binaan lain ketika merasa sedih. Nevid (dalam Gunawan & Yahya, 2016) menjelaskan bahwa coping dengan cara penyangkalan terhadap stresor, menarik diri dari situasi adalah bentuk coping yang berfokus pada emosi. Hal tersebut bertujuan untuk mengurangi berbagai reaksi negatif terhadap stres, misalnya mengalihkan perhatian dari masalah (Davidson dalam Gunawan & Yahya, 2016).

Coping stres dapat dibagi menjadi dua yaitu *emotional focused coping* dan *problem focused coping*. *Emotional focused coping* adalah coping yang berfokus pada emosi, yaitu orang berusaha mengurangi dampak stresor dengan menyangkal adanya stresor atau menarik diri dari situasi (Carole & Carol dalam Gunawan & Yahya, 2016). Partisipan CG berusaha menyangkal perasaan dan pikiran negatifnya dengan coping yang berfokus pada emosi. Sedangkan pada coping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*), individu menilai stresor yang mereka hadapi dan melakukan sesuatu untuk mengubah stresor atau memodifikasi reaksi mereka untuk meringankan efek dari reaksi tersebut (Carole & Carol dalam Gunawan & Yahya, 2016). Partisipan CK dan CG melakukan *problem focused coping* dengan menyibukkan diri pada pekerjaan di kantor Bimkemas. Sedangkan partisipan HS melakukannya dengan bersosialisasi dengan warga binaan lain. Ketiga partisipan akan berdoa apabila ada pikiran atau perasaan yang mengganggu terkait dengan tekanannya atas pemenjaraan.

Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Gunawan & Yahya, 2016) ada beberapa strategi yang dilakukan dalam *emotional focused coping*, namun ada tiga strategi yang digunakan oleh para partisipan. Pertama adalah *self control*, yaitu usaha untuk mengatur perasaan ketika menghadapi situasi yang menekan. Hal ini dilakukan oleh ketiga partisipan dengan mengendalikan setiap tekanannya dengan mengalihkan pada pikiran terhadap diri sendiri atau keluarga.

Strategi kedua adalah *distancing*, yaitu usaha untuk tidak terlibat dalam permasalahan, seperti menghindari dari permasalahan seakan tidak terjadi apa-apa atau menciptakan pandangan-pandangan yang positif. HS dan CK berusaha menghindari konflik di dalam Lapas dan fokus pada keluarga yang menunggu di rumah.

Strategi ketiga adalah *positive reappraisal*, yaitu usaha untuk mencari makna positif dari permasalahan dengan berfokus pada pengembangan diri, biasanya juga melibatkan hal-hal yang bersifat religius. CG merasa ikhlas dengan pemenjaraan yang diterimanya dan menganggapnya sebagai pelajaran dari Tuhan atas dosanya di masa lalu dengan bekerja di dunia malam. CK mengambil pelajaran positif berkembangnya diri menjadi lebih terbuka dalam berbicara di depan umum setelah berada di Lapas.

Dorongan internal yang dimiliki masing-masing partisipan untuk resilien berasal dari kemampuan masing-masing partisipan untuk coping terhadap stres yang dihadapi. Masing-masing partisipan juga berusaha menggunakan strategi coping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*). Hal tersebut merupakan suatu tindakan yang diarahkan untuk memecahkan masalah para partisipan. Strategi ini digunakan ketika individu menilai bahwa masalah yang dihadapi masih bisa dikontrol dan diselesaikan. Contoh strategi coping berfokus pada masalah yang dilakukan para partisipan adalah *seeking social support* dan *active coping*.

Matappa (dalam Anggraini, Hadiati, & Sarjana, 2019) menjelaskan bahwa *seeking social support* yaitu usaha mencari dukungan emosional maupun riil dari pihak luar, sedangkan *active coping* adalah pengambilan langkah aktif untuk mengurangi efek buruk yang ditimbulkan oleh stresor. Dukungan sosial didapatkan oleh para partisipan melalui keluarga, petugas lapas, dan warga binaan lainnya. Para partisipan mendapatkan dukungan agar kuat menjalankan sahnya hukuman, nasehat, dan mendapatkan perhatian dari lingkungannya yang memberikan kenyamanan sehingga mengurangi tekanannya dan meningkatkan resiliensinya. Kegiatan-kegiatan di Lapas seperti kesibukan pekerjaan yang dialami oleh CG dan CK dan kegiatan lain seperti kerohanian dan aktivitas olahraga serta sosialisidijadikan sebagai *active coping* bagi para partisipan untuk menyalurkan perasaan tertekandantidaknyaman menjadihal-hal yang positif dan produktif. Matappa (dalam Anggraini, Hadiati, & Sarjana, 2019) menambahkan bahwa *strategic coping* yang tepat dapat meminimalisir stres bagi individu.

Resiliensi atas Pemenjaraan

Juniartha, Ruspawan, dan Sipahutar (2015) menyatakan bahwa semua stresor yang dihadapi manusia tidak selamanya akan menjadikan seseorang stres, untuk mengatasi stres seseorang harus memiliki sebuah coping atau penyesuaian diri. Hal tersebut dipertegas oleh Maramis (dalam Juniartha, Ruspawan, & Sipahutar, 2015) yang menyatakan bahwa untuk menghadapi stres dibutuhkan suatu penyesuaian diri. CG, HS, dan CK memiliki caranya masing-masing untuk menyesuaikan diri dengan pemenjaraan yang dihadapinya.

Partisipan CG berusaha mengikhlaskan perasaan sakit hatinya atas pemenjaraan, menghilangkan rasa dendam, dan percaya bahwa teman yang menjerumuskannya akan mendapatkan karma. Partisipan HS berusaha menerima kondisi pemenjaraan meskipun merasa dijerumuskan oleh temannya dan berusaha memaklumi setiap ketidaknyamanan yang diterima atas pemenjaraan serta mengendalikan diri atas kekesalannya dengan orang lain. CK berusaha untuk pasrah dan ikhlas dengan kenyataan pemenjaraan yang dihadapinya saat ini. CK berusaha mengendalikan pikiran dan emosi negatifnya dengan kesibukan yang dimiliki. Reivich & Shatte (2002) menjabarkan adanya aspek regulasi emosi, pengendalian impuls, dan pencapaian dalam resiliensi. Kemampuan partisipan untuk meredam emosi negatif, pengendalian keinginan-keinginannya, dan usaha untuk mengikhlaskan keterpurukannya, tidak menghambat aktivitasnya, serta pengambilan pelajaran atas keterpurukannya menggambarkan adanya aspek resiliensi yang dicapai oleh para partisipan.

Partisipan CG selalu berusaha untuk mencari cara untuk bisa bertahan dan beradaptasi atas kesulitan yang dialami akibat pemenjaraan. HS selalu mengingat keluarganya untuk *support* atas dirinya sendiri saat merasa sedih. HS juga mengaku merasa memiliki mental yang kuat karena tidak sampai bunuh diri atas pemenjaraan. CK berusaha untuk meredam ketakutannya atas pemenjaraan dengan berusaha ikhlas dan berserah pada Tuhan serta memanfaatkan kesibukannya. Hal tersebut menggambarkan adanya *mental toughness* dan *emotional balance* pada para partisipan yang sesuai dengan pernyataan McEwen (2011) mengenai aspek resiliensi.

McEwen (2011) menyebutkan bahwa *mental toughness* merupakan kekuatan Individu secara mental, sedangkan *emotional balance* memiliki arti bagaimana individu mampu untuk mengatur perasaan negatif atau dalam kadar tertentu untuk mengatur emosi dan memahami apa yang dibutuhkan dirinya dalam situasi tersebut. Pernyataan para partisipan juga sejalan dengan teori Reivich & Shatte (2002), dimana di dalam resiliensi terdapat aspek efikasi diri, yaitu kepercayaan dalam diri individu bahwa dirinya mampu menghadapi permasalahannya dan dapat mengontrol kehidupannya.

Wolins (dalam Desmita, 2011) menjelaskan bahwa salah satu karakteristik internal yang menjadi ciri individu yang resilien adalah independen, yaitu bagaimana individu mampu menghindarkan diri atau menjaga jarak dari kondisi yang tidak menyenangkan dan kemandirian dalam mengambil keputusan dan melakukan sesuatu. Usaha para partisipan untuk mencari kesibukan dan bersosialisasi juga termasuk ke dalam karakteristik yang disebut Wolins (dalam Desmita, 2011) sebagai inisiatif, yang berarti usaha individu untuk bereksplorasi dan berperan aktif di lingkungannya.

Masing-masing partisipan mengaku bahwa merasa tidak sulit untuk mendapatkan teman di lingkungan Lapas. Baik CG, HS, dan CK menyatakan bahwa masing-masing selalu terbuka dengan pendekatan yang dilakukan warga binaan lain atau para petugas terhadapnya. CG dan CK mengaku meskipun mereka sebenarnya tidak banyak bicara karena memang berkepribadian cuek, mereka tetap menerima siapapun yang mendekati mereka dengan baik. Ketiga partisipan mengaku memiliki hubungan yang baik dengan warga binaan lain, terutama dengan yang sekamar. Connor dan Davidson (dalam Andriani & Listiyandini, 2017) menyatakan bahwa individu yang resilientidakakudalammenghadapiperubahanmaupunmasalah yang datang. Individu memiliki penerimaanpositifterhadapperubahanhubunganlekatdenganindividu lain. Individuakanmenyesuaikandirinyasedemikianrupasehinggaapapunhal yang terjadi, tidakmenurunkanperformanya. Individu yang resilienjugacenderungmemilikihubungan yang lekatdanamandenganindividu lain, yang menjaganya agar tetapdapatberfungsi denganbaik di tengahmasalah yang sedangdihadapinya, sepertidengantemandekat, orang tua, ataupunpasangannya.

Partisipan CG seringkali merasa tidak tega jika ada teman yang meminjam uangnya jikalau memang karena untuk keperluan keluarga. Meskipun keadaan finansialnya tidak terlalu baik atau sedang sulit, CG tetap berusaha membantu temannya yang membutuhkan bantuannya. Salah satu yang membentuk resiliensi adalah empati (Reivich & Shatte, 2002). Empati berarti kapasitas individu untuk dapat memahami dan peduli pada Individu lain. Empati berkaitan dengan bagaimana individu mampu untuk memahami ciri-ciri situasi emosional dan psikologis individu disekitarnya. Individu yang memiliki kemampuan berempati akan lebih mudah untuk melakukan adaptasi dan mendapatkan penerimaan dari lingkungannya.

Tusaiedan Dyer (dalam Rinaldi, 2010) menyebutkan kompetensikhusus yang berkontribusiterhadapresiliensimeliputistrategikoping dankemampuansosial. Sebelumnya dijelaskan bagaimana masing-masing para partisipan memiliki strategi kopingnya tersendiri dan mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang di sekitarnya. Santrock (2016) menjabarkan bahwa resiliensi merupakan suatu keadaan dimana individu mampu beradaptasi secara positif untuk meraih suatu pencapaian yang lebih bagus dalam segi perilaku, relasi sosial, prestasi, dan level ketahanan ketika berhadapan dengan situasi yang memberikan kerugian bagi individu. Resiliensi menjadikan individu memiliki kemampuan dalam menghadapi kesulitan yang harus diatasi dalam hidupnya akibat pengaruh situasi lingkungannya.

Masing-masing partisipan menjelaskan usahanya untuk melepaskan diri dari hukuman. CG berusaha menjelaskan bahwa ada temannya turut berperan dan CG tidak bersalah, namun ia merasa pernyataannya diabaikan mengenai keterlibatan temannya. CG juga berusaha menawar lebih murah sesuai dengang kesanggupannya tebusan uang yang sebelumnya ditawarkan. Namun tawaran CG menolak dan CG tidak dapat menyanggupi tebusan yang ditawarkan. Atas kesulitan tersebut, CG memilih untuk menghadapi dengan ikhlas pemenjaraannya dan menyesuaikan diri dengan kehidupannya yang baru. HS menyatakan selalu berusaha bekerja dengan giat apabila mendapatkan pekerjaan dan menghindari konflik dalam Lapas yang dapat menambah masa hukumannya. Selain itu, usaha untuk selalu berkelakuan baik juga dilakukan sebagai syarat

untuk pengurangan masa hukuman. Sedangkan CK berusaha mengumpulkan bukti-bukti untuk diajukan pada Peninjauan Kembali bersama pengacaranya dan melepaskan diri dari hukuman seumur hidup. Reivich dan Shatte (2002) menjelaskan bahwa individu yang resilien memiliki kemampuan menganalisis permasalahan, yang berarti bagaimana individu mampu untuk memperkirakan secara akurat sebab dari suatu permasalahan yang dihadapinya. Individu yang tidak terlalu berfokus pada sesuatu yang ada di luar kendalinya dan berfokus dalam memecahkan permasalahan akan mampu mengatasi permasalahan yang dihadapi, mengendalikan hidupnya, bangkit kembali, dan mencapai kesuksesan. Cara HS dan CK memfokuskan diri pada hal yang bisa mereka lakukan atas masalahnya memberi gambaran atas kemampuan tersebut.

Partisipan CG memberikan gambaran kemampuan menganalisis permasalahan dengan cara yang berbeda. CG menyatakan selalu berusaha mencari solusi atas permasalahan yang ditemui akibat pemenjaraan. Sebagai contoh adalah kesulitan finansial. CG memanfaatkan hal yang bisa dimanfaatkan untuk bisa mendapatkan uang. Uang yang dihasilkan, meskipun tidak banyak, CG usahakan untuk memenuhi kehidupannya selama di penjara dan disisihkan untuk sang anak.

Usaha yang dilakukan para partisipan menggambarkan adanya tujuan yang berusaha dicapai oleh mereka. Usaha tersebut menggambarkan adanya *purpose and meanings* pada masing-masing partisipan. *Purpose and meanings* yang dimaksud dideskripsikan seperti individu yang memiliki tujuan dan makna dalam hidupnya sehingga bersedia untuk berpartisipasi untuk lingkungannya (McEwen, 2011). McEwen (2011) menjelaskan bahwa individu dibentuk dengan harapan menjadi benar bagi dirinya sendiri dan berperilaku secara konsisten atas ideologi dan kepercayaan yang menjadi pondasi kehidupannya. Tujuan dan makna yang dimiliki juga mampu memberikan pengaruh bagi individu ketika melaksanakan kehidupan yang seimbang dan menggunakan waktunya untuk kegiatan yang berarti. Masing-masing partisipan memiliki arti tersendiri atas usaha dan tujuan yang mereka kejar. CG melakukan usaha untuk dapat bertahan hidup dan menjadi ayah yang baik bagi anaknya. HS berusaha untuk mengurangi masa tahanan agar segera pulang berkumpul dengan keluarga. Dan CK berusaha lolos dari kurungan seumur hidup untuk bertemu keluarga.

Ketika ditanya mengenai keyakinan usahanya akan berhasil dan kemampuan untuk bertahan atas cobaan saat ini, para partisipan menyatakan bahwa mereka yakin mereka mampu. Partisipan CK menyadari bahwa perjuangannya mungkin tidak akan mudah, namun CK berusaha untuk optimis dengan usaha yang dilakukan. Reivich dan Shatte (2002) mengungkapkan bahwa individu yang resilien adalah individu yang optimis. Individu memiliki harapan yang baik atas masa depannya dan memiliki kepercayaan bahwa dirinya mampu mengontrol kehidupannya secara mandiri dan mewujudkan harapan tersebut.

Goleman (dalam Ekasari & Susanti, 2009) melihat optimisme sebagai suatu pertahanan diri pada seseorang agar jangan sampai terjatuh ke dalam masalah bodoh, putus asa dan depresi bila mendapat kesulitan. Dalam menerima kekecewaan, individu yang optimis cenderung menerima dengan respon aktif, tidak putus asa, merencanakan tindakan ke depan, mencari pertolongan dan melihat kegagalan sebagai sesuatu yang dapat diperbaiki. Masing-masing partisipan menyatakan bahwa mereka berusaha melakukan coping atas kekecewaannya dengan berusaha mencari jalan keluar atas masalahnya saat ini. Ekasari dan Susanti (2009) menyatakan bahwa seorang narapidana yang memiliki optimisme dalam dirinya akan dapat segera bangkit dari keterpurukannya, tidak larut dalam masalahnya, tidak mudah putus asa dalam menghadapi masalahnya dan dapat menerima kekecewaan dengan respon aktif sehingga dapat memperbaiki kegagalannya. Dapat dikatakan bahwa, seorang narapidana yang

memiliki optimisme dalam dirinya akan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya, sehingga narapidana tersebut dapat mempertanggungjawabkan segala tindakannya dengan baik dan mampu menghadapi stress saat menjalani masanya.

CG, HS, dan CK memiliki harapan akan tercapainya kondisi yang mereka inginkan. Untuk CG sendiri berharap bahwa ia bisa menjadi lebih baik lagi dan membahagiakan keluarganya. Sedangkan HS dan CK berharap untuk bisa segera bebas dan bertemu keluarganya dan membangun kehidupan yang lebih baik lagi. Carole dan Carol (dalam Gunawan & Yahya, 2016) menyebutkan bahwa adanya harapan untuk menjalani hidup merupakan suatu faktor psikologis dalam menurunkan stres. Harapan yang dimaksud adalah harapan terhadap kemampuan diri untuk menghasilkan perubahan hidup yang lebih baik. Reivich dan Shatte (2002) menyebutkan bahwa dengan optimisme menjadikan individu memiliki harapan yang baik atas masa depannya dan memiliki kepercayaan bahwa individu mampu mengontrol kehidupannya secara mandiri dan mewujudkan harapan tersebut.

CG dan HS mengambil pelajaran atas masalah yang menimpanya untuk waspada dalam menjalin hubungan sosial. Kepercayaan yang disia-siakan menjadikan CG dan HS menjadi lebih berhati-hati dalam memberikan kepercayaan pada orang lain. Gunawan dan Yahya (2016) menyebutkan bahwa stres membantu individu untuk tetap aktif dan waspada. CG dan HS menyadari bahwa mereka tidak bisa selalu memberikan kepercayaan kepada setiap orang. Keduanya mengaku merasa selalu memberikan kepercayaan penuh tanpa syarat kepada siapapun yang dianggap sebagai teman. Setelah kejadian yang menimpanya, mereka berpikir untuk menyaring lagi orang-orang yang akan mereka berikan kepercayaan. CG dan HS membangun karakter *insight* melalui fenomena ini. McEwen (2011) menjelaskan bahwa *insight* merupakan kemampuan individu untuk menyadari sesuatu yang salah atau menyimpang di lingkungannya, yang ditampakkan dengan kapasitas individu dalam menganalisis apa yang salah dan mengapa hal tersebut dianggap salah. Begitupun CK yang merasa perlu berhati-hati dan lebih memanfaatkan kesempatan yang dimiliki secara maksimal. CK menyatakan penyesalannya atas dirinya di masa lalu yang mudah menerima segala sesuatu tanpa usaha lebih. Melalui fenomena yang dialami, CK belajar untuk tidak menyia-nyaiakan kesempatan yang datang padanya.

Reivich & Shatte (2002) berpendapat resiliensi merupakan kemampuan individu untuk memberikan respon secara sehat dan tetap dapat bekerja dengan baik saat ia berhadapan dengan suatu trauma atau kesengsaraan. CG, HS, dan CK menyatakan perasaan terpuruknya yang memberikan stres mendalam bagi mereka, namun dengan pengaruh dukungan yang para partisipan terima dari keluarga dan lingkungan Lapas, serta dorongan dari dalam diri para partisipan untuk tetap bertahan, para partisipan dapat memunculkan resiliensinya, yang kemudian membantu partisipan beradaptasi dengan lingkungan barunya dalam Lapas.

Santrock (2016) menjabarkan bahwa resiliensi merupakan suatu keadaan dimana individu mampu beradaptasi secara positif untuk meraih suatu pencapaian yang lebih bagus dalam segi perilaku, relasi sosial, prestasi, dan level ketahanan ketika berhadapan dengan situasi yang memberikan kerugian bagi individu. Partisipan CG, HS, dan CK menunjukkan kemampuannya untuk beradaptasi secara positif di dalam lingkungan Lapas yang sebelumnya keadaan tersebut menjadi tekanan bagi masing-masing partisipan. Hal tersebut menggambarkan adanya resiliensi yang ditemui pada masing-masing partisipan.

Terdapat keunikan yang ditemukan pada ketiga partisipan, yaitu peran keluarga dari para partisipan. Keluarga bagi para partisipan memberikan kekuatan terbesar untuk menjadi resilien atas cobaan penahanan di penjara. Namun keluarga juga yang memberikan kekhawatiran pada partisipan atas kondisinya harus ditahan. Selain itu, para partisipan juga mengaku bahwa masing-

masing merasa keberadaannya di penjara bukanlah merupakan kesalahannya. Masing-masing partisipan merasa adanya penjerumusan dari orang lain yang menyebabkan dirinya harus terseret kasus pelanggaran narkoba dan mendapatkan vonis hukuman kurungan penjara.

KESIMPULAN

Terdapat tiga tema induk yang didapatkan dari penelitian ini, diantaranya adalah stressor pemenjaraan, proses menuju resilien, dan resiliensi atas pemenjaraan. Pemenjaraan pada partisipan mempengaruhi adanya tekanan-tekanan bagi partisipan akibat kekecewaan terhadap pemenjaraan, problematika pemenjaraan, ketidakberdayaan atas pemenjaraan, dan kekhawatiran pada keluarga. Namun dengan adanya kekuatan dari keluarga, dorongan eksternal, dan dorongan internal membantu partisipan untuk menjadi resilien atas tekanannya. Resiliensi tersebut memberikan kemampuan beradaptasi bagi partisipan, kemauan untuk berusaha terlepas dari hukuman, harapan tercapainya kondisi yang diinginkan, dan kewaspadaan untuk menjalin hubungan sosial. Dalam penelitian ini, terdapat keunikan yang ditemukan pada ketiga partisipan, yaitu peran keluarga dari para partisipan yang memberikan kekuatan terbesar untuk menjadi resilien atas cobaan penahanan di penjara namun keluarga juga yang memberikan kekhawatiran pada partisipan atas kondisinya harus ditahan. Selain itu, para partisipan juga mengaku bahwa masing-masing merasa keberadaannya di penjara bukanlah merupakan kesalahannya. Masing-masing partisipan merasa adanya penjerumusan dari orang lain yang menyebabkan dirinya harus terseret kasus pelanggaran narkoba dan mendapatkan vonis hukuman kurungan penjara.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, A., & Listiyandini, R. A. (2017). Peran kecerdasan sosial terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat awal. *Psymathic*, 4(1), 67-90.
- Anggraini, D., Hadiati, T., & Sarjana, W. (2019). Perbedaan tingkat stres dan tingkat resiliensi narapidana yang baru masuk dengan yang akan segera bebas. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 8(1), 148-160.
- Ardila, F., & Herdiana, I. (2013). Penerimaan diri pada narapidana wanita. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 2(1).
- Balogun, A. (2014). Dispositional factors, perceived social support and happiness among prison inmates in Nigeria: A new look. *The Journal of Happiness and Well-Being*, 2(1), 145-169.
- Bukhori, B. (2012). Hubungan kebermaknaan hidup dan dukungan sosial keluarga dengan kesehatan mental narapidana. *Jurnal Ad-Din*, 4(1), 1-19.
- Corsini, R. J., & Wedding, D. (2011). *Current Psychotherapies* (9th ed.). USA: Cengage Learning.
- Desmita. (2011). *Psikologi perkembangan peserta didik : Panduan bagi orang tua dan guru dalam memahami psikologi anak usia SD, SMP, dan SMA*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Ekasari, A., & Susanti, N. D. (2009). Hubungan Antara Optimisme dengan Penyesuaian Diri dengan Stres pada Narapidana Kasus Napza di Lapas Kelas IIA Bulak Kapal Bekasi. *Jurnal Soul*, 2-17.

- Everall, R. D., Altrows, J. K., & Paulson, B. L. (2006). Creating a future: A study of resilience in suicidal female adolescents. *Journal of Counseling, 84*, 461-470.
- Glantz, M. D., & Johnson, J. L. (2002). *Resilience and development : Positive life adaptations*. USA: Kluwer Academic Publisher.
- Gunawan, I., & Yahya. (2016). Pelatihan kaligrafi terhadap tingkat stres narapidana. *Jurnal Psikoislamika, 13*(1), 39-49.
- Handoyo, P. (2009, July 25). *Empat Dekade "Perang terhadap Narkoba" di Indonesia: Sebuah Kegagalan Melindungi Rakyat dari Pemidanaan dan Jaringan Kejahatan Terorganisir*. Retrieved from Rumah Cemara: <https://rumahcemara.or.id/empat-dekade-perang-terhadap-narkoba-di-indonesia-sebuah-kegagalan-melindungi-rakyat-dari-pemidanaan-dan-jaringan-kejahatan-terorganisir/>
- Harner, Hanlon, & Garfinkel. (2010). Effect of iyyengar yoga on mental health of incarcerated human: A feasibility study. *Nursing Research, 59*(6), 389-399.
- Jalaluddin. (2012). *Psikologi agama*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Juniartha, I. G., Ruspawan, I. D., & Sipahutar, I. E. (2015). Hubungan antara harga diri (self-esteem) dengan tingkat stres narapidana wanita di lapas klas IIA Denpasar. *Coping Ners Journal*.
- Kurniawan, R. A. (2018). Pencegahan Penyalahgunaan Kewenangan Penyidik dalam Penegakan Hukum Tindak Pidana Narkotika. *Masalah-Masalah Hukum, 114*.
- Lubis, S. M., & Maslihah, S. (2012). Analisis Sumber-Sumber Kebermaknaan Hidup Narapidana yang Menjalani Hukuman Seumur Hidup. *Jurnal Psikologi Undip, 29*.
- McEwen, K. (2011). *Building resilience at work*. Australia: Australian Academic Press.
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Pratiwi, S., & Utami, R. R. (2011). Berpikir positif untuk meningkatkan kualitas hidup pada narapidana. *Psikologi Kesehatan* (pp. 40-49). Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata.
- Putri, D. E., Erwina, I., & Adha, H. (2018). Hubungan dukungan sosial dengan tingkat kecemasan narapidana di lembaga pemsarakatan klas II A Muaro Padang tahun 2014. *Ners Jurnal Keperawatan, 10*(1), 118-135.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *the resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. New York: Broadway Books.
- Rinaldi. (2010). Resiliensi pada masyarakat kota padang ditinjau dari jenis kelamin. *Jurnal Psikologi, 3*(2), 99-105.
- Riza, M., & Herdiana, I. (2012). Resiliensi pada Narapidana Laki-laki di Lapas Klas 1 Medaeng. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial, 142-147*.
- Segovia, F., Moore, J. L., Linnville, S. E., Hoyt, R. E., & Hain, R. E. (2012). Optimism predicts resilience in repatriated prisoners or war : A 37-year longitudinal study. *Journal of Traumatic Stress, 330-336*.

- Sliva, S. M. (2014). On the meaning of life : A qualitative interpretive meta synthesis of the lived experienced of life without parole. *Journal of Social Work, 0*(0), 1-18.
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method, and research*. London: Sage Publication.
- Welta, O., & Agung, I. M. (2017). Kesusakan dan masa hukuman dengan stres pada narapidana. *Jurnal RAP UNP, 8*(1), 60-68.
- Wulur, W. I., Kumaat, L. T., & Masi, G. (2013). Hubungan kecerdasan emosional dengan kemampuan manajemen stres pada narapidana di lembaga pemasyarakatan kelas IIA Manado. *Ejournal Keperawatan, 1*(1), 1-7.