

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN KEBAHAGIAAN PADA NARAPIDANA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS I SEMARANG

Sarah Afifah Nasution¹, Nailul Fauziah²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto, S.H., Tembalang, Semarang, 50275

sarahnasution97@gmail.com

Abstrak

Setiap individu ingin bahagia, meskipun ia seorang narapidana. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kebahagiaan pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Semarang. 254 narapidana digunakan sebagai sampel dalam penelitian ini yang diambil dengan menggunakan teknik *convenience sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala dukungan sosial keluarga (43 aitem, $\alpha=0,947$) dan skala kebahagiaan (24 aitem, $\alpha=0,854$). Analisis data menggunakan analisis regresi sederhana dengan koefisien korelasi=0,683 ($p<0,05$) dengan sumbangan efektif 46,6%. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan positif antara dukungan sosial keluarga dengan kebahagiaan pada narapidana di Lapas Kelas I Semarang. Semakin tinggi dukungan sosial keluarga, maka semakin tinggi kebahagiaan narapidana. Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat kebahagiaan narapidana jika ditinjau berdasarkan faktor usia dan status pernikahan. Namun, tidak ada perbedaan tingkat kebahagiaan narapidana jika ditinjau berdasarkan faktor pendidikan.

Kata kunci: dukungan sosial, kebahagiaan, narapidana

Abstract

Every person wants to be happy, even though he is a prisoner. The aims of this study to determine the relationship between family social support and happiness to inmates in Correctional Institution in Semarang. 254 inmates used as sample of this study that taken by the convenience sampling technique. The data collection used the family social support scale (43 items, $\alpha=0,947$) and the happiness scale (24 items, $\alpha=0,854$). Data analysis used simple regression analysis with a correlation coefficient=0,683 ($p<0,05$) with an effective contribution of 46,6%. The results of this study indicate there is a positive relationship between family social support and happiness to inmates in Correctional Institution in Semarang. The higher family's social support, then the higher happiness to inmates. In addition, this study also shows that there are differences in the level of happiness to inmates when reviewed based on age and marital status factors. However, there was no difference in the level of happiness to inmates when reviewed based on educational factor.

Keywords: family social support, happiness, inmates

PENDAHULUAN

Individu yang telah diputuskan bersalah telah melakukan pelanggaran hukum akan menjalani masa hukumannya dan proses pembinaan di dalam lapas (lembaga pemasyarakatan). Berdasarkan data yang diberikan oleh Direktorat Jenderal Pemasyarakatan (ditjenpas) pada tahun 2018 jumlah narapidana di Indonesia mencapai angka sekitar 231 ribu jiwa. Padahal, kapasitas maksimal lapas yang ada hanya sekitar 123 ribu jiwa. Hal ini menunjukkan ada sekitar 108 ribu jiwa narapidana yang melebihi kapasitas lapas. Salah satu diantaranya lapas yang melebihi kapasitas tersebut adalah Lapas Kelas I Semarang. Lapas Kelas I Semarang memiliki jumlah narapidana sebanyak 1.128 jiwa. Padahal, kapasitasnya hanya 663 jiwa (ditjenpas.go.id, 2018).

Permasalahan fisik maupun psikologis kerap dialami oleh narapidana. Secara fisik, individu yang berada di dalam lapas berada dalam lingkungan yang terbatas, terpisah dari dunia luar dan juga keluarga, kapasitas lapas yang jauh melebihi batas, sulit mendapatkan akses kesehatan, kegiatan yang diwajibkan dan dibatasi, serta terpaksa hidup bersama orang lain di sel yang sama. Selain itu, secara psikologis subjek juga memiliki perasaan bahwa dirinya telah gagal, tidak berguna, lebih sensitif, mudah tersinggung, jenuh, tertekan dengan masalah yang dialami, atau bahkan bunuh diri. Berdasarkan *Social Readjustment Rating Scale*, individu yang masuk ke dalam penjara menjadi urutan keempat dalam kehidupan seseorang yang paling membuat individu berada dalam kondisi stres.

Permasalahan serta perubahan kondisi fisik dan psikologis yang dialami narapidana berkaitan dengan kebahagiaan individu. Kebahagiaan banyak didefinisikan oleh berbagai ahli. Seligman (2011) menyebut kebahagiaan sebagai *authentic happiness*. Diener (2007) menyebut kebahagiaan sebagai *subjective well being*. Ryff dan Singer (2009) juga menyebut kebahagiaan sebagai *psychological well being*. Pada penelitian ini yang akan digunakan adalah kebahagiaan menurut Seligman. Seligman (2005) mengungkapkan bahwa kebahagiaan adalah keadaan positif yang timbul dari kemampuan individu untuk mengenali dan mengembangkan kekuatan (*strengths*) dan kebajikan (*virtues*) yang dimiliki untuk kehidupan. Kebahagiaan merupakan capaian tertinggi yang ingin dicapai oleh semua individu (Ryff dalam Lewi & Sudarji, 2015).

Aspek-aspek kebahagiaan menurut Seligman (2005) yaitu *positive emotions, engagement, dan meaning*. Seligman (2005) juga menjelaskan tentang faktor-faktor yang memengaruhi kebahagiaan. Faktor internal yang memengaruhi kebahagiaan yaitu, kepuasan terhadap masa lalu, kebahagiaan pada masa sekarang, dan optimisme pada masa depan. Adapun faktor eksternal yang memengaruhi kebahagiaan yaitu, uang, pernikahan, kehidupan sosial, emosi negatif, usia, kesehatan, agama, pendidikan, iklim, ras, dan gender. Selain itu, Seligman (dalam Maharani, 2015) mengungkapkan bahwa kebahagiaan akan memengaruhi individu menjadi memiliki suasana hati yang positif, kreatif, toleran, murah hati, usia yang panjang, kesehatan yang baik, mudah bergaul, mudah memperoleh pasangan hidup, dan hubungan yang baik dengan lingkungan sosialnya.

Individu yang memiliki kehidupan sosial yang baik akan memperoleh dukungan sosial dari jaringan sosialnya ketika menghadapi permasalahan (Sarafino & Smith, 2011). Dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga merupakan yang lebih penting daripada dari teman (Chi & Chou

dalam Suttajit dkk, 2010).Kurniasari dan Indrawati (2013) mendefinisikan dukungan sosial keluarga adalah segala bentuk bantuan dan pertolongan yang diperoleh individu melalui interaksi dengan individu lain di dalam keluarga yang menyebabkan individu merasa nyaman baik secara fisik maupun psikologis.Taylor (2012) juga menyebutkan ada tiga bentuk dukungan yang biasa diterima individu, seperti dukungan informasional, emosional, dan bantuan nyata.

Hardy (dalam Suttajit dkk, 2010) mengungkapkan bahwa dukungan sosial mampu meningkatkan harga diri, kemampuan mengatasi stres, dan resiliensi, serta mengurangi resiko terhadap depresi. Dukungan sosial yang berasal dari keluargajuga memiliki kontribusi yang tinggi terhadap kesejahteraan psikologis (Desiningrum, 2010). Selainitu, Clark (dalam Baron & Byrne, 2005) mengungkapkan bahwa ketika individu menceritakan permasalahan yang ia hadapi kepada orang lain akan mengurangi perasaan-perasaan negatif yang dapat meningkatkan kesehatan individu. Melihat pentingnya dukungan sosial dan juga kebahagiaan dalam kehidupan sehari-hari, peneliti bermaksud untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Semarang.

METODE

Subjek penelitian ini berjumlah 254 orang narapidana yang berada pada rentang usia dewasa dini sampai dewasa lanjut. Subjek penelitian ini diperoleh menggunakan teknik *convenience sampling*. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Skala Dukungan Sosial Keluarga (43 aitem, $\alpha=0,947$) dan Skala Kebahagiaan (24 aitem, $\alpha=0,854$) yang berbentuk likert dengan empat pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis regresi sederhana.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1.

Uji Normalitas Skala Dukungan Sosial Keluarga dan Kebahagiaan

Variabel	Kolmogorov Smirnov	P	Bentuk
Dukungan Sosial Keluarga	0,054	0,074	Normal
Kebahagiaan	0,054	0,071	Normal

Data disebut normal apabila nilai signifikansi ($p>0,05$). Berdasarkan hasil diatas, maka dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial keluarga berdistribusi normal karena $p > 0,074 > 0,05$. Variabel kebahagiaan juga berdistribusi normal karena $0,071 > 0,05$.

Tabel 2

Uji Linearitas Skala Dukungan Sosial Keluarga dan Kebahagiaan

Variabel	Nilai F	Sig	Keterangan
Dukungan Sosial Keluarga dan Kebahagiaan	220,146	0,000	Linear

Data dikatakan linear bisa dilihat jikap $<0,05$. Berdasarkan data yang diperoleh diatas, maka dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial keluarga dan kebahagiaan memiliki hubungan yang linear karena $0,000 < 0,05$.

Tabel 3.

Koefisien Korelasi antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Kebahagiaan

Variabel	Koefisien Korelasi	Sig
Dukungan Sosial Keluarga dan Kebahagiaan	0,683	0,000

Berdasarkan hasil yang dapat dilihat dari tabel di atas menunjukkan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,683 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Nilai koefisien korelasi positif berarti semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka semakin tinggi kebahagiaan, begitu juga sebaliknya semakin rendah dukungan sosial keluarga maka semakin rendah pula kebahagiaan pada narapidana. Oleh karena nilai signifikansi 0,000 dimana $0,000 < 0,05$ hal ini berarti adanya hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kebahagiaan sehingga hipotesis yang diajukan peneliti bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial keluarga dengan kebahagiaan dapat diterima.

Tabel 4.

Koefisien Determinasi Penelitian

R Square	Adjusted R Square	Std Error of the Estimate
0,466	0,464	5,746

Berdasarkan hasil pada tabel diatas dapat disimpulkan bahwa nilai koefisien korelasi pada R Square sebesar 0,466. Hal ini berarti bahwa variabel dukungan sosial keluarga memberikan sumbangan efektif sebesar 46,6% terhadap variabel kebahagiaan. Sedangkan 53,4% faktor yang memengaruhi kebahagiaan ditentukan faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini.

Tabel 5

Uji Beda Kebahagiaan Berdasarkan FaktorUsia

Kelompok	Rentang Usia	N	Mean	Sig
Kelompok 1	18-40 th	182	78,09	0,002
Kelompok 2	40-60 th	60	78,45	
Kelompok 3	≥ 60 th	12	70,58	

Berdasarkan tabel diatas karena $0,002 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan kebahagiaan berdasarkan faktor usia antara kelompok 1, 2, dan 3, dimana kelompok 1 dengan rentang usia 18-40 tahun; kelompok 2 dengan rentang usia lebih dari 40-60 tahun; dan kelompok 3 dengan rentang usia ≥ 60 tahun.

Tabel 6

Uji Beda Kebahagiaan Berdasarkan FaktorTingkat Pendidikan

Kelompok	Pendidikan	N	Mean	Sig
Kelompok 1	SD	47	77,62	0,609
Kelompok 2	SMP	60	76,78	
Kelompok 3	SMA	120	78,30	
Kelompok 4	D1-S2	27	78,33	

Berdasarkan tabel diatas karena $0,609 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan kebahagiaan berdasarkan faktor tingkat pendidikan antara kelompok 1, 2, 3, dan 4, dimana kelompok 1 dengan tingkat pendidikan SD; kelompok 2 dengan tingkat pendidikan

SMP; kelompok 3 dengan tingkat pendidikan SMA; dan kelompok 4 dengan tingkat pendidikan D1-S2.

Tabel 7.

Uji Beda Kebahagiaan Berdasarkan Faktor Status

Kelompok	Status	N	Mean	Sig
Kelompok 1	Menikah	133	78,79	0,039
Kelompok 2	Belum Menikah	78	77,10	
Kelompok 3	Bercerai	42	75,71	

Berdasarkan tabel di atas karena $0,039 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan kebahagiaan berdasarkan faktor status pernikahan antara kelompok 1, 2, dan 3, dimana kelompok 1 dengan status menikah; kelompok 2 dengan status belum menikah; dan kelompok 3 dengan status bercerai.

PEMBAHASAN

Boyles (dalam Sihombing, 2016) mengatakan bahwa individu bisa merasa bahagia karena memperoleh dukungan sosial yang menjadikan kualitas hubungan keluarga menjadi lebih hangat. King, Vidourek, Merianos, dan Singh (2014) juga mengungkapkan bahwa individu yang memiliki kebahagiaan rendah ditemukan memiliki tingkat stres yang tinggi dan dukungan sosial yang rendah dari orang lain. Uswatunnisa (dalam Pratiwi, Rachmawati, & Puspitasari, 2017) mengungkapkan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi *distres* dan depresi serta meningkatkan kemampuan *coping* seseorang terhadap hal-hal yang negatif.

McLeroy, Gottlieb, dan Heaney (dalam Nurhidayati & Nurdibyanandaru, 2014) mengatakan bahwa dukungan sosial jangka panjang biasanya bersumber dari keluarga. Peran dari keluarga inti dalam mendampingi untuk melalui masa-masa sulit sangat membantu secara positif dan signifikan. Keluarga di Indonesia juga terbiasa hidup dalam hubungan kekerabatan yang kuat dan erat, kesulitan dan masalah dapat membuat hubungan keluarga semakin kuat (Kartasmita dalam Pratiwi, Rachmawati, & Puspitasari, 2017). Nayana (dalam Azhima & Indrawati, 2018) mengatakan bahwa kondisi sosio-emosional individu dipengaruhi oleh keluarga yang saling menyayangi dan menerima antar individu sehingga berdampak positif pada kepuasan diri masing-masing individu.

Peneliti menemukan bahwa ada perbedaan kebahagiaan narapidana di Lapas Kelas I Semarang jika ditinjau berdasarkan faktor usia. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Compton, 2005; Eiddan Larsen, 2008 (dalam Pratiwi, Rachmawati, & Puspitasari, 2017) yang juga mengungkapkan bahwa usia menjadi salah satu faktor yang memengaruhi kebahagiaan. Dalam penelitian ini juga ditemukan bahwa ada perbedaan tingkat kebahagiaan pada narapidana yang berstatus menikah, tidak menikah, atau bercerai. Tuzzahra dan Handadari (2013) juga mengungkapkan bahwa status pernikahan berperan dalam kebahagiaan individu. Badan Pusat Statistik (dalam Ramadhani, 2017) mengukur indeks kebahagiaan nasional dan menemukan hasil bahwa pernikahan dan keharmonisan keluarga merupakan faktor terbesar yang memengaruhi kebahagiaan di Indonesia.

Peneliti juga menemukan bahwa tidak ada perbedaan tingkat kebahagiaan pada narapidana di Lapas Kelas I Semarang jika ditinjau dari tingkat pendidikannya. Oktavianey (2016) mengungkapkan bahwa tidak ada perbedaan tingkat kebahagiaan pada remaja yang lanjut sekolah dan remaja yang putus sekolah. Ia juga mengungkapkan bahwa remaja yang lanjut sekolah dan remaja yang putus sekolah sama-sama memiliki kebahagiaan yang tinggi sehingga tingkat pendidikan tidak menjadi faktor yang memengaruhi kebahagiaan.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan kebahagiaan pada narapidana di Lapas Kelas I Semarang. Semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka akan semakin bahagia individu, dan begitu pula sebaliknya. Dukungan sosial keluarga juga memberikan sumbangan efektif sebesar 46,6% memengaruhi kebahagiaan, sedangkan 53,4% lainnya faktor yang memengaruhi kebahagiaan tidak diteliti dalam penelitian ini. Kedepannya, riset-riset tentang kebahagiaan di Indonesia semakin berkembang pesat. Kebahagiaan memberi dampak positif dalam berbagai bidang kehidupan individu.

DAFTAR PUSTAKA

- Azhima, D. D., & Indrawati, E. S. (2018). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan *subjective well being* pada narapidana perempuan di Lembaga Pemasyarakatan X. *Jurnal Empati*, 7(2), 308-313.
- Baron, R. A. & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial 10th ed*. Jakarta: Erlangga.
- Desiningrum, D. R. (2010). Family's social support and psychological well-being of the elderly in Tembalang. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 26(1), 61-68.
- Diener, Ed. (2007). *Culture and well-being: the collected works of ed diener*. New York: Springer.
- King, K. A., Vidourek, R. A., Merianos, A. L., & Singh, M. (2014). A study of stress, social support, and perceived happiness among college students. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 2(2), 132-144.
- Kurniasari, A., & Indrawati, E. S. (2013). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan disiplin berlalu lintas pada remaja kelas XI SMA Negeri 3 Semarang. *Jurnal Empati*, 2(3), 277-288.
- Lewi, N. & Sudarji, S. (2015). Faktor-faktor pendukung kebahagiaan pada empat narapidana wanita di Lapas Wanita kelas II A Tangerang. *Psibernetika*, 8(2), 118-137.
- Maharani, D. (2015). Tingkat kebahagiaan pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Nurhidayati, N., & Nurdibyanandaru, D. (2014). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan *self esteem* pada penyalahguna narkoba yang direhabilitasi. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 3(3), 52-59.
- Pratiwi, I. K., Rachmawati, S., & Puspitasari, D. N. (2017). *Psychology for daily life*. Jakarta: Rajawali Pers.

- Oktavianey, N. (2016). Perbedaan tingkat kebahagiaan ditinjau dari status pendidikan remaja di daerah pertambangan Kecamatan Monterado Kabupaten Bengkayang Kalimantan Barat. *Skripsi*. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Ramadhani, Y. (2017). Benarkah krisis kebahagiaan terjadi pada usia 35? *Tirto.id*.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know the self and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well being. *Journal of Happiness Studies*, 9, 13-39.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: biopsychosocial interactions 7th ed.* USA: John Wiley & Sons, Inc.
- Seligman, M. (2005). *Authentic happiness: using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: a visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Free Press.
- Sihombing, Y. A. (2016). Hubungan dukungan sosial dengan kebahagiaan pada lanjut usia yang tinggal di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Medan Binjai. *Skripsi*. Universitas Medan Area.
- Suttajit, S., Punpuing, S., Jirapramukpitak, T., Tangchonlatip, K., Darawuttimaprakorn, N., Stewart, R., Dewey, M. E., Prince, M., & Abas, A. (2010). Impairment, disability, social support and depression among older parents in rural Thailand. *Psychological Medicine*, 40, 1711-1721.
- Taylor, S. E. (2012). *Health psychology 9th ed.* New York: McGraw-Hill Education.
- Tuzzahra, F., & Handadari, W. (2013). Hubungan antara *acceptance of disability* dengan kebahagiaan otentik pada penyandang disabilitas komunitas *disable motorcycle indonesia (dmi)*. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 2(1), 15-21.