

## **HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY INTELLIGENCE* DENGAN KECEMASAN PADA WARGA BINAAN LEMBAGA PEMASYARAKATAN MENJELANG BEBAS**

**Abida Muthi'ah<sup>1</sup>, Achmad Mujab Masykur<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro  
Jl. Prof. Soedarto SH Tembalang Semarang 50275

[abidamuthiah@gmail.com](mailto:abidamuthiah@gmail.com)

### **Abstrak**

Di lingkungan masyarakat umum, masih terdapat stigma negatif terhadap mantan warga binaan. Adanya stigma negatif tersebut, membuat warga binaan memiliki kecemasan tersendiri menjelang bebas dalam menghadapi dunia luar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *adversity intelligence* dengan kecemasan pada warga binaan lembaga pemasyarakatan menjelang bebas. Populasi penelitian adalah Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Semarang menjelang bebas sebanyak 207 orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 120 orang yang diperoleh dengan menggunakan teknik *convenience sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan dua skala psikologi yaitu, Skala *Adversity Intelligence* (37 aitem,  $\alpha = 0,914$ ) dan Skala Kecemasan Menjelang Bebas (23 aitem,  $\alpha = 0,869$ ). Analisis data menggunakan *Spearman Rank-Order Correlation* menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *adversity intelligence* dengan kecemasan menjelang bebas pada Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Semarang ( $r_{xy} = -0,547, p = 0,000$ ). Hal tersebut menjelaskan bahwa, semakin tinggi tingkat *adversity intelligence* maka tingkat kecemasan menjelang bebas pada Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Semarang akan semakin rendah dan begitu pula sebaliknya.

**Kata kunci:** kecemasan; menjelang bebas; warga binaan

### **Abstract**

In the general public environment, there is still a negative stigma against inmates. The existence of this negative stigma makes the inmates have their own worries before they are free to face the outside world. Therefore this study was carried out to determine the relation between *adversity intelligence* and anxiety in inmates prerelease. The population of this research is the 207 prisoners of Class I Penitentiary in Semarang nearing their release. The sample in this study were 120 people obtained using a convenience sampling technique. The data were collected using the *Adversity Intelligence Scale* (37 items;  $\alpha = 0.914$ ) and the *Anxiety in Inmates Prerelease Scale* (23 items;  $\alpha = 0.9869$ ). Data analysis using the *Spearman Rank-Order Correlation* showed that there was a significant negative relationship between *adversity intelligence* and anxiety before being released in Class I Correctional Families of Semarang ( $r_{xy} = -0.547, p = 0.000$ ). This explains that, the higher the level of *adversity intelligence*, the lower the anxiety level before being released for the Class I Penitentiary Institutions of Semarang assisted residents and vice versa.

**Keywords:** anxiety; prerelease; inmates

## **PENDAHULUAN**

Proses peminadaan yang diberlakukan bagi setiap pelanggar hukum di Indonesia berbentuk sistem pemasyarakatan. Narapidana atau yang saat ini disebut dengan warga binaan pemasyarakatan memperoleh rehabilitasi serta reintegrasi sosial. Pelaksanaan pemasyarakatan bertujuan untuk dapat membentuk warga binaan menjadi individu yang utuh, dapat memperbaiki diri sehingga dapat diterima kembali dengan baik oleh masyarakat. Kehidupan individu setelah berada di

lembaga pemasyarakatan menjadi terbatas dan membuat individu terisolasi dari masyarakat luas. Setiap individu memiliki kebutuhan dasar untuk menjalin relasi dengan orang lain dan memelihara hubungan tersebut. Jika kesempatan tersebut hilang, akan memengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang (Haney, 2018). Studi yang dilakukan oleh Zamble dkk. (dalam Bartol & Bartol, 2019) menunjukkan pada umumnya keberlangsungan hidup di penjara, memberikan dampak terhadap kondisi psikologis seseorang.

Pelaksanaan sistem pemasyarakatan di Indonesia, membutuhkan keterlibatan masyarakat dengan bersikap baik untuk dapat menerima kembali warga binaan yang telah habis masa hukumannya. Berkaitan dengan hal tersebut, di lingkungan masyarakat masih terdapat stigma negatif terhadap mantan warga binaan. Menurut Kurniawati (2016), stigma buruk tersebut bermula dari status sebagai mantan narapidana yang melekat pada diri warga binaan setelah keluar dari lembaga pemasyarakatan. Kondisi kesehatan mental warga binaan yang tidak dirawat dengan baik, dapat memengaruhi perilaku residivis atau pengulangan kembali tindak pidana yang pernah dilakukan (Gonzales & Connell, 2014).

Stigma buruk di masyarakat mengenai mantan narapidana dapat membuat warga binaan menjelang bebas merasakan adanya tekanan sosial untuk dapat diterima kembali ditengah masyarakat. Keadaan tersebut dapat memicu stres yang cukup kuat untuk memunculkan kecemasan (Durand & Barlow, 2006). Penelitian yang dilakukan oleh Panjaitan dkk. (2014) menunjukkan bahwa adanya perbedaan signifikan antara tingkat kecemasan pada warga binaan yang baru masuk dengan warga binaan menjelang bebas. Nevid dkk. (2018) mengungkapkan bahwa kecemasan adalah perasaan tidak nyaman atau kondisi umum dari rasa takut, yang mengarah pada masa mendatang. Oleh karena itu, kecemasan warga binaan menjelang bebas berorientasi pada masa depan ketika telah kembali lagi di lingkungan masyarakat. Sejalan dengan pernyataan tersebut, penelitian yang dilakukan oleh Faried dan Nashori (2012) menyatakan bahwa faktor kecemasan warga binaan menjelang bebas antara lain berupa rasa takut tidak mendapat dukungan dari lingkungan masyarakat.

Bandura (dalam Nevid, dkk., 2005) menyatakan bahwa setiap individu yang tidak yakin terhadap kemampuannya dalam menanggulangi masalah, cenderung memiliki kecemasan yang lebih tinggi. Maka dari itu, warga binaan akan lebih siap menghadapi kehidupan setelah bebas jika yakin bahwa memiliki kemampuan untuk menaggulangi masalah. Kemampuan individu dalam mengatasi berbagai hambatan yang ada disebut dengan *adversity intelligence*. *Adversity intelligence* merupakan kemampuan individu dalam menghadapi serta mengatasi berbagai permasalahan (Stoltz, 2005).

*Adversity* disokong oleh aspek *control*, *origin* dan *ownership*, *reach*, serta *endurance* (Alfaruqy dkk., 2023). Individu akan cenderung tidak mudah merasa putus asa dari membuat diri lebih kebal atas ketidakberdayaan jika memiliki *adversity intelligence* yang mumpuni. (Stoltz, 2005). Selain itu, Seligman (dalam Stoltz, 2005) menjelaskan bahwa individu dengan *adversity intelligence* tinggi akan merespons situasi sulit sebagai hal yang bersifat sementara. Penelitian mengenai hubungan antara *adversity intelligence* dengan kecemasan menjelang bebas pada warga binaan belum ada sebelumnya. Berdasarkan pemaparan sebelumnya, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *adversity intelligence* dengan kecemasan menjelang bebas pada warga binaan pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Semarang.

## **METODE**

Populasi dalam penelitian ini adalah warga binaan pemasyarakatan yang berada pada 1/2 sampai 2/3 masa hukuman di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Semarang. Karakteristik subjek yang terlibat dalam penelitian ini meliputi warga binaan pemasyarakatan pria yang berada pada masa hukuman 1/2 sampai 2/3 dari total masa hukuman. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 120 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *convenience sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala psikologi sebagai alat ukur. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Kecemasan Menjelang Bebas (37 aitem;  $\alpha = 0,914$ ) yang disusun berdasarkan gejala yang dikemukakan oleh Nevid, dkk. (2018) dan Skala *Adversity Intelligence* (23 aitem;  $\alpha = 0,869$ ) yang disusun berdasarkan dimensi dari Stoltz (2005). Metode analisis data menggunakan uji statistik non parametrik dengan *Spearman Rank-Order Correlation* melalui program *Statistical Package for Social Science (SPSS) for Windows* versi 24.0.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil yang diperoleh dari uji hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *adversity intelligence* dengan kecemasan menjelang bebas pada warga binaan pemasyarakatan Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Semarang. Hal tersebut sejalan dengan penelitian serupa yang dilakukan oleh Upadianti (2018) pada subjek yang berbeda bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *adversity intelligence* dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) antara kedua variabel adalah  $-0,547$  dengan signifikansi  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ). Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini bahwa, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *adversity intelligence* dengan kecemasan menjelang bebas pada warga binaan pemasyarakatan **diterima**.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui sebagai besar subjek penelitian memiliki tingkat *adversity intelligence* yang tergolong tinggi (66,7%) dan tingkat kecemasan menjelang bebas pada kategori rendah (65%). Hal tersebut menggambarkan tingkat kecemasan menjelang bebas warga binaan tergolong rendah disebabkan oleh berbagai faktor yang salah satunya adalah *adversity intelligence*. Tingkat *adversity intelligence* dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain faktor belajar, kreativitas, dan produktivitas (Stoltz, 2005). Berbagai kegiatan pembinaan yang dilaksanakan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Semarang, berkaitan dengan proses pembelajaran dan peningkatan kreativitas serta produktivitas.

Selain *adversity intelligence*, faktor lain yang memengaruhi rendahnya kecemasan menjelang bebas pada warga binaan adalah dukungan sosial. Hakikatnya, manusia merupakan makhluk sosial yang membutuhkan orang lain (Gerungan, 2010). Kesehatan mental warga binaan dipengaruhi oleh banyak hal termasuk keadaan sosial (Malik dkk., 2019). Dukungan sosial dari keluarga merupakan sumber motivasi dan kebahagiaan bagi individu, khususnya yang tinggal dalam masyarakat kolektifis seperti Indonesia (Afiatin, 2018).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang ada, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *adversity intelligence* dengan kecemasan menjelang bebas warga binaan pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Semarang. Hal tersebut menunjukkan bahwa *adversity intelligence* memberikan kontribusi terhadap tingkat kecemasan seseorang, meskipun masih terdapat faktor lain yang dapat memengaruhi kecemasan selain *adversity intelligence*. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti mengemukakan beberapa saran. Bagi subjek penelitian, diharapkan dapat mempertahankan untuk terlibat aktif mengikuti berbagai pembinaan yang ada, meningkatkan interaksi kepada warga binaan lain dan juga petugas lembaga pemasyarakatan. Bagi Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Semarang, diharapkan mampu terus mempertahankan berbagai fasilitas dan kegiatan yang dapat meningkatkan kualitas diri setiap warga binaan. Selain itu, keakraban petugas terhadap warga binaan lainnya juga diharapkan bisa terus terjalin sehingga memberikan dukungan sosial tersendiri bagi warga binaan. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu referensi yang mendukung penelitian selanjutnya. Diharapkan peneliti selanjutnya menggali lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan menjelang bebas. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan proses pelaksanaan penelitian sehingga dapat berjalan efektif dan kondusif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afiatin, T. A. (2018). *Psikologi perkawinan dan keluarga: Penguatan keluarga di era digital berbasis kearifan lokal*. Kanisius.
- Alfaruqy, M. Z., Sari, I. A., & Safuroh, S. (2023). Hubungan dukungan sosial orangtua dan adversity quotient dengan motivasi belajar pada siswa kelas 7 SMP Negeri 1 Baturetno. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan)*, 10(1), 38-50. <http://doi.org/10.21009/JKKP.101.04>
- Bartol, C. R. & Bartol, A. M. (2019). *Psychology and law: Research and practice*. Sage Publications Inc.
- Durand, V. M., & Barlow, D. H. (2006). *Intisari psikologi abnormal jilid 1* (4<sup>th</sup> ed.). Pustaka Pelajar.
- Fariied, L., & Nashori, F. (2012). Hubungan antara kontrol diri dan kecemasan menghadapi masa pembebasan pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Wirogunan Yogyakarta. *Khazanah*, 5(2), 63-74. <https://doi.org/10.20885/khazanah.vol5.iss2.art6>.
- Gerungan. (2010). *Psikologi sosial*. PT Refika Aditama.
- Gonzalez, J. M. R., & Connell, N. M. (2014). Mental health of prisoners: identifying barriers to mental health treatment and medication continuity. *Am J Public Health*, 104(12), 2328-2333. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2014.302043>.
- Haney, C. (2001). *The psychological impact of incarceration: Implications for postprison adjustment*. University of California.
- Kurniawati, D. A. (2016). *Stigma sebagai suatu ketidakadilan pada mantan narapidana perempuan di masyarakat Surabaya* [Skripsi, Universitas Airlangga]. Journal Unair. <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-kmnts6f67f36968full.pdf>
- Malik, J. S., Singh, P., Beniwal, M., & Kumar, T. (2019). Prevalence of depression, anxiety, and stress among jail inmates.. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, 6(3), 1306-1309. <http://dx.doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20190631>.

- Nevid, J. S., Rathus S. A., & Grenee, B. (2018). *Psikologi abnormal di dunia yang terus berubah* (9<sup>th</sup> ed.). Erlangga.
- Nevid, J. S., Rathus S. A., & Grenee, B. (2005). *Psikologi abnormal* (5<sup>th</sup> ed.). Erlangga.
- Panjaitan, F. H., Murhan, A., & Purwati. (2014). Kecemasan pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas II A Way Hui Bandar Lampung. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 122-128. <http://dx.doi.org/10.26630/jkep.v10i1.328>
- Stoltz, P. G. (2005). *Adversity quotient mengubah hambatan menjadi peluang*. Grasindo.
- Upadianti, L. P. S. (2018). *Hubungan antara adversity intelligence dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir Departemen Teknik Perencanaan Wilayah Kota dan Teknik Elektro Universitas Diponegoro* [Skripsi tidak dipublikasikan]. Universitas Diponegoro.