



**KEHIDUPAN DI PENJARA TENTANG PENERIMAAN DIRI DAN TINGKAT
KECEMASAN LAPAS WANITA: CROSS SECTIONAL STUDY**

Akhmad Yanuar¹, Dayu Agista², Riska Nurfadhilah³, Soekardjo⁴

Stikes Banyuwangi

Emai: yanuarfahmi20@gmail.com

Keywords:

Self-acceptance,
Anxiety Level.
Prison

ABSTRACT

Background: Life in a Prison or a closed Penitentiary always attracts researchers or academics to discuss because of the many problems of life, how to adapt, and how to socialize with a new life in prison. The problems often faced are Self-acceptance and anxiety. Self-acceptance is someone's satisfaction with sleep, so that someone does not show feelings of fatigue, lethargy and anxiety. Poor Self-acceptance can result in decreased activity of the prefrontal cortex which plays an important role in regulating emotions, one of which is anxiety. **Aim:** The purpose of this study is to determine the relationship between Self-acceptance and anxiety levels in women-assisted residents in correctional institutions. **Method:** This type of research is Cross Sectional with a sample of 59 respondents with purposive sampling technique. Data collection using the questionnaire sheet Pittsbrugh Self-acceptance Index and Hamilton Anxiety Rating Scale, with Chi Square statistical tests using manual calculations with SPSS Application. **Results:** The results showed 50 respondents (85%) had poor Self-acceptance and 36 respondents (62%) had mild anxiety. significance level or $\alpha = 0.05$ is obtained Pvalue = 0.015 so that Pvalue <value α or $0.015 < 0.05$. Means there is a relationship between the level of Self-acceptance with the level of anxiety in women fostered citizens in prison. **Conclusion:** Good Self-acceptance makes the anxiety level low or doesn't experience anxiety. Conversely, if the quality of sleep is poor, the level of anxiety experienced by women-assisted citizens is being experienced even with severe anxiety.

PENDAHULUAN

Kehidupan di dalam Penjara atau Lembaga Pemasyarakatan yang tertutup selalu menarik peneliti atau akademisi untuk membahas. banyaknya permasalahan hidup, cara untuk beradaptasi, dan bagaimana untuk bersosialisai dengan kehidupan yang baru di dalam penjara (Drake, Darke, & Earle, 2015). Beberapa permasalahan yang sering terjadi

didalam penjara adalah tentang Penerimaan Diri (*Self-acceptance*) (Elger, 2009) dan kecemasan menjalani hukuman (Woodfield, Boduszek, & Willmott, 2019).

Tidur merupakan proses penting bagi manusia karena terjadi suatu proses pemulihan tubuh (American, Medicine, Sleep, Of, & Academy, 2005) . Penerimaan Diri (*Self-acceptance*) ditentukan dengan bagaimana

seseorang dapat mempersiapkan dirinya dalam menghadapi permasalahan (Sousa, Gonçalves, Cruz, & de Castro Rodrigues, 2019). WHO (2016) mengemukakan ada 4 (empat) faktor yang mempengaruhi penerimaan diri, yaitu; faktor fisik, psikologis, gaya hidup, dan lingkungan. yang merupakan bagian penting dari siklus 24 jam dimana manusia mempunyai banyak masalah (WHO, 2016).

Seorang individu apabila mengalami penurunan dalam penerimaan diri maka resiko besar terjadi gangguan psikologi seperti cemas, depresi, dan stress (Ohayon, 2002). seorang yang dipenjarakan atau yang menjalani hukuman di lembaga pemasyarakatan akan lebih sering mengalami Kecemasan (Fazel, Bains, & Doll, 2006). menurut penelitian Prefalensi seorang yang mengalami Kecemasan di lembaga pemasyarakatan berkisar antara 11%-81% (Dewa, Kyle, Hassan, Shaw, & Senior, 2015).

Penelitian dari Garman (2020) menunjukkan beberapa efek dari pemenjaraan, misalnya kesesakan atau *crowding* yang terjadi di penjara dewasa, yang diakibatkan oleh terbatasnya ruang / kamar sel penjara, serta tidak seimbang kapasitas jumlah penjara dengan narapidana, dapat memicu tingkat agresivitas para tahanan/narapidana, sehingga dapat memicu tindak kekerasan di dalam penjara (Garman et al., 2020). Penelitian lain yang dilakukan oleh Wismon (2000), mengungkapkan bahwa desain tertentu dari ruang-ruang di penjara berpengaruh pada kecenderungan tahanan atau narapidana untuk melakukan bunuh diri, meskipun bukan merupakan sebab utama, tetapi yang lebih banyak menyebabkan adalah faktor stresor sosial, seperti adanya kondisi ketidaknyamanan, putus asa, atau perasaan sedih yang mendalam pada para tahanan atau narapidana (O'Donnell, Fitzpatrick, & McKenna, 2000). Dari berbagai macam masalah yang ada di dalam lembaga pemasyarakatan, dapat mengakibatkan seorang narapidana mengalami perubahan proses Penerimaan Diri

(*Self-acceptance*). Penerimaan Diri (*Self-acceptance*) narapidana yang buruk akan berdampak psikologi narapidana seperti depresi, kecemasan dan gangguan kesehatan mental (Fazel et al., 2006).

Penelitian yang dilakukan oleh Sandvik menyatakan bahwa sebanyak 43% narapidana mengalami kecemasan (Sandvik, Hansen, Hystad, Johnsen, & Bartone, 2015) Walby (2019). dalam penelitiannya juga mengatakan bahwa angka kecemasan pada narapidana di Kanada mencapai angka 52% (Walby & Cole, 2019). Tingkat kecemasan narapidana di lembaga pemasyarakatan Bandung mencapai 38% kecemasan berat, dan 28% kecemasan sedang dan 34% kecemasan ringan (Fitria, Utari, Nita, & Rafiyah*, 2012). *Penerimaan Diri (Self-acceptance)* dan kecemasan merupakan suatu keadaan yang erat sekali berhubungan terutama pada wanita di lembaga pemasyarakatan. (Dewa, Hassan, Shaw, & Senior, 2017), (O'Donnell et al., 2000) tetapi penelitian lain menyebutkan bahwa tidak ada pengaruh antara *Penerimaan Diri (Self-acceptance)* dan tingkat kecemasan (Alcaz et al., 2006).

Berdasarkan latar belakang di atas mendorong peneliti untuk meneliti “Level Penerimaan Diri (*Self-acceptance*) Dengan Tingkat Kecemasan Pada Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan: *Cross Sectional Study*”

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian dengan pendekatan *cross-sectional* dan dilakukan untuk mengidentifikasi melalui pemberian kuesioner. Kuesioner yang digunakan adalah HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) dan kuesioner *self acceptance*. kemudian menganalisis untuk mencari ada tidaknya hubungan Level Penerimaan Diri (*Self-acceptance*) dengan tingkat Kecemasan pada warga binaan wanita di lembaga pemasyarakatan. Penelitian ini dilaksanakan di

Lembaga pemasyarakatan Daerah Jawa Timur dengan jumlah sampel 59. Analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik uji *chisquare*. Pada penelitian telah memenuhi uji layak etik di lembaga KEPK Stikes Banyuwangi dengan nomer Uji Etik: 103-KEPK.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1

N= 59			
Sosial Demografi	Lapas	Total	%
Usia	17-25	7	12
	26-35	26	44
	36-45	9	15
	46-55	16	27
	56 keatas	1	2
Pendidikan	Tidak Sekolah	4	6
	SD	12	21
	SMP	15	26
	SMA	28	47
	PT	0	0
Status pernikahan	Belum menikah	9	15
	Menikah	29	49
Kasus Napi	Janda	21	36
	napza	24	40
	penggelapan	14	24
	tipikor	5	8
	penipuan	2	3
	pencurian	2	3
	judi	4	6
	penelantaran anak	1	2
	mucikari	1	2
	perkelahian	2	3
penganiayaan	hutang	1	2
	pedeang	1	2
	pedeang obat	1	2
Agama	penadah	1	2
	Islam	57	96
	Kristen	2	4

Tabel 1 merupakan Status Demografi Warga Binaan Wanita Lembaga Pemasyarakatan menunjukkan sebagian besar responden berada pada kelompok usia dewasa awal (26-35) sebanyak 26 orang (44%). Tingkat Pendidikan

sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SMA yaitu 25 responden atau 47%. Status pernikahan sebagian besar Responden sudah berstatus menikah yaitu berjumlah 29 responden atau 49%. Kasus napi sebagian besar adalah NAPZA yaitu 24 orang atau 40%. Dan sebagian besar warga binaan pemasyarakatan beragama islam yaitu 57 orang atau 96%

Tabel 2

N 59		
Kecemasan	Total	%
Tidak Cemas	11	18,6
Ringan	33	55,9
Sedang	11	18,6
Berat	4	6,8
Total	59	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar warga binaan wanita lembaga pemasyarakatan mengalami cemas ringan berjumlah 33 orang atau 55.9%

Tabel 3

N 59			
Penerimaan Diri	Total	%	
<i>(Self-acceptance)</i>			
Baik	9	15	
Buruk	50	85	
Total	59	100	

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar warga binaan wanita lembaga pemasyarakatan mengalami *Penerimaan Diri (Self-acceptance)* yang buruk yaitu 50 orang atau 85%

Tabel 4

N=59				
	Mean	SD	Min	Max
Kecemasan	2,1	0,79	1	4
<i>Penerimaan Diri (Self-acceptance)</i>	1,84	0,36	1	2

Table 4 menunjukkan bahwa kecemasan pada warga binaan wanita lembaga pemasyarakatan memiliki nilai 1 dan maksimal 4 dengan nilai rata-rata 2,1 yang mempunyai arti kecemasan ringan

Tabel 5

Level Penerimaan Diri (<i>Self-acceptance</i>)	Tingkat kecemasan								Total	α	P _{value}	
	Tidak Cemas		Ringan		Sedang		Berat					
	N	%	N	%	N	%	N	%				
Baik	5	8	2	3	1	2	1	2	9	15	0,0	0,015
Buruk	6	10	31	53	10	17	3	5	50	85	5	
total	11	18	33	56	11	19	4	7	59	100		

Tabel 5 menunjukkan bahwa dengan menggunakan metode chi square dimana tingkat kemaknaan atau $\alpha = 0,05$ diperoleh $P_{\text{value}} = 0,015$ Sehingga $P_{\text{value}} < \text{Nilai } \alpha$ atau $0,015 < 0,05$. Berarti ada hubungan antara level *Penerimaan Diri (Self-acceptance)* dengan tingkat kecemasan pada warga binaan wanita di lembaga pemasyarakatan

PEMBAHASAN

Hasil dari pengamatan peneliti bahwa sebagian besar penghuni warga binaan wanita lembaga pemsayrakatan Bearada di kelompok usia dewasa, dan tergolong pada kelompok dawas awal (26-35). Hasil ini sesuai dengan penelitian henry tahun 2020 bahwa sebagian besar penjara wanita di dominasi oleh kelompok usia dewasa lebih spesifik adalah dewasa awal yang menjalani hukuman karena kasus penyalahgunaan obat (Henry, 2020). Penelitian lain juga menyebutkan bahwa sebagian besar penghuni penjara atau lembaga pemasyrakatan adalah kelompok usia deawasa dengan penyalahgunaan Obat (Keen, Kinner, Borschmann, & Young, 2020). Usia dewasa awal merupakan peralihan antara usia remaja ke dewasa dan dari dewasa awal menuju dewasa pertengahan, pada usia ini aktualisasi diri seorang tinggi, apabila tidak selaras dengan pergaulan yang baik maka akan terjadi fase kenakalan remaja dengan penyalahgunaan obat.

Hasil dari pengamatan peneliti tentang Penerimaan Diri (*Self-acceptance*) adalah Sebagian besar warga binaan wanita lembaga pemasyrakatan mengalami Penerimaan Diri (*Self-acceptance*) yang buruk. Penelitian diatas

sama dengan penelitian Kovacs (2019) yaitu sebagian besar penghuni penjara mengalami Penerimaan Diri (*Self-acceptance*) yang buruk, kondisi buruk ini dipengaruhi oleh tempat yang kurang nyaman, tidak bisa beradaptasi dan lamanya masa tahanan (Kovács, Kun, Griffiths, & Demetrovics, 2019). Penelitian lain menyebutkan sebagian besar orang yang dipenjara mengalami Penerimaan Diri (*Self-acceptance*) yang rendah karena sering mempunyai keinginan untuk bunuh diri (Carli et al., 2011). Buruknya Penerimaan Diri (*Self-acceptance*) warga binan wanita lembaga pemasyrakatan meningkat karena beberapa faktor terutama masalah sarana prasarana dan tingkat adaptasi dari penghuni tersebut.

Hasil penelitian menyebutkan bahwa sebagian besar warga binaan wanita lembaga pemasyrakatan mengalami kecemasan Ringan, Sedang dan berat mayoritas mengalami kecemasan ringan. Penelitian lain menyebutkan sebagian besar orang yang dipenjara mengalami kecemasan mulai dari kecemasan ringan sampai dengan kecemasan berat (Woodfield et al., 2019). Kecemasan terbesar adalah mengenai lama masa tahanan dan keluarga yang tidak ada *support* (Wallace & Wang, 2020). Kecemasan pada warga binaan wanita lembaga pemasyrakatan banyak mengalami kecemasan karena faktor banyaknya permasalahan-permasalahan yang tidak dapat diselesaikan. Salah satu permasalahan yang paling utama adalah permasalahan ekonomi dan *support system*. Ketika warga binaan wanita lembaga pemasyrakatan memasuki masa tahanan maka sumber ekonomi akan berkurang sehingga harus

menggantungkan pada keluarga yang bekerja dan *support* Keluarga , teman, dan fasilitas (Yanuar, 2019).

Hasil penelitian hubungan antara *Penerimaan Diri (Self-acceptance)* dengan kecemasan pada warga binaan wanita lembaga pemasyarakatan mempunyai nilai hubungan yang sangat kuat. Hasil tersebut sama dengan penelitian Altinoz (2016) menyebutkan ada hubungan yang kuat antara *Penerimaan Diri (Self-acceptance)* dan kecemasan pada orang yang dipenjarakan (Altınöz, Tosun Meriç, Tosun Altınöz, Eşsizoglu, & Coşar, 2016). Penelitian lain menyebutkan hal yang sama yaitu ada kaitannya antara *Penerimaan Diri (Self-acceptance)* dengan kecemasan pada orang yang ada di penjara (Dewa et al., 2017). *Penerimaan Diri (Self-acceptance)* kaitannya sangat erat dengan kecemasan pada warga binaan wanita lembaga pemasyarakatan, karena *Penerimaan Diri (Self-acceptance)* merupakan kebutuhan utama manusia yang paling primer, sehingga ketika seseorang mengalami gangguan tersebut maka akan terjadi kecemasan pada seseorang tersebut (Hellberg, Buchholz, & Abramowitz, 2019).

KETERBATASAN

Keterbatasan penelitian ini adalah Pertama, desain *cross-sectional* sangat terbatas sekali dalam memberikan kesimpulan hasil diantaranya adalah tidak ada hasil yang mengetahui tentang efek size dari *Penerimaan Diri (Self-acceptance)* yang baik dan tidak. Karena ada beberapa kasus *Penerimaan Diri (Self-acceptance)* yang buruk bisa saja dikarenakan penyakit penyerta yang sebelumnya dialami oleh warga binaan wanita lembaga pemasyarakatan. yang kedua adalah Besarannya sampel pada penelitian hanya 59 yang seharusnya pada jenis penelitian Korelasi sampel harus lebih dari 100. Hal ini disebabkan sedikitnya responden yang bisa masuk dalam kriteria inklusi peneliti dan peraturan pihak

Lembaga Pemasyarakatan yang membatasi pengambilan responden.

KESIMPULAN

Penelitian ini telah mengidentifikasi hubungan antara *Penerimaan Diri (Self-acceptance)* dan Tingkat kecemasan pada Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan. Terlepas dari keterbatasan yang telah dicantumkan, penelitian ini telah menunjukkan hasil yang signifikan antara *Penerimaan Diri (Self-acceptance)* dan kecemasan. Penelitian ini sangat relevan untuk memberikan informasi tentang kehidupan di lembaga pemasyarakatan yang tertutup dari halayak umum mengenai kecemasan yang dihadapi oleh warga binaan wanita. Penelitian eksperimental sangat dibutuhkan untuk mengatasi masalah *Penerimaan Diri (Self-acceptance)* dan kecemasan yang dihadapi oleh warga binaan wanita, sehingga dapat menjadikan solusi yang efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Alcaz, S., Program, T. M., Conte, G., Nizza, L. A., Paolo, M. P. Di, Cassiani, B., ... Conte, G. (2006). Posters, 6 March 2006. *European Psychiatry*, 21(March), S129–S190.
<https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2006.01.004>
- Altınöz, A. E., Tosun Meriç, O., Tosun Altınöz, Ş., Eşsizoglu, A., & Coşar, B. (2016). Psychiatric disorders comorbid with epilepsy in a prison sample. *Seizure*, 40, 133–135.
<https://doi.org/10.1016/j.seizure.2016.06.016>
- American, Medicine, Sleep, Of, & Academy. (2005). International Classification of Sleep Disorders. *Diagnostic and Coding Manual*, 51–55.
- Carli, V., Roy, A., Bevilacqua, L., Maggi, S., Cesaro, C., & Sarchiapone, M. (2011). Insomnia and suicidal behaviour in prisoners. *Psychiatry Research*, 185(1–2), 141–144.

- <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2009.10.001>
- Dewa, L. H., Hassan, L., Shaw, J. J., & Senior, J. (2017). Trouble sleeping inside: a cross-sectional study of the prevalence and associated risk factors of insomnia in adult prison populations in England. *Sleep Medicine*, 32, 129–136. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2016.12.018>
- Dewa, L. H., Kyle, S. D., Hassan, L., Shaw, J., & Senior, J. (2015). Prevalence, associated factors and management of insomnia in prison populations: An integrative review. *Sleep Medicine Reviews*, 24, 13–27. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2014.12.002>
- Drake, D. H., Darke, S., & Earle, R. (2015). *Prison Life, Sociology of: Recent Perspectives from the United Kingdom. International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences: Second Edition* (Second Edi, Vol. 18). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.45035-X>
- Elger, B. S. (2009). Prison life: Television, sports, work, stress and insomnia in a remand prison. *International Journal of Law and Psychiatry*, 32(2), 74–83. <https://doi.org/10.1016/j.ijlp.2009.01.001>
- Fazel, S., Bains, P., & Doll, H. (2006). Substance abuse and dependence in prisoners: A systematic review. *Addiction*, 101(2), 181–191. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2006.01316.x>
- Fitria, Utari, D. I., Nita, & Rafiyah*, I. (2012). GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA WARGA BINAAN WANITA MENJELANG BEBAS DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN WANITA KLAS II A BANDUNG. *Jurnal Unpad*, 66, 37–39. Retrieved from jurnal.unpad.ac.id
- Garman, G., Weijts, W., Douw, F., Keukens, R., Liausedas, A., & van Voren, R. (2020). Reforming prison mental health services in Ukraine. *Forensic Science International: Mind and Law*, 1(January), 100011. <https://doi.org/10.1016/j.fsimpl.2020.100011>
- Hellberg, S. N., Buchholz, J. L., & Abramowitz, J. S. (2019). Insomnia and obsessive-compulsive symptom dimensions: The mediating role of anxiety and depression. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 23, 100482. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2019.100482>
- Henry, B. F. (2020). Typologies of adversity in childhood & adulthood as determinants of mental health & substance use disorders of adults incarcerated in US prisons. *Child Abuse and Neglect*, 99(June 2019), 104251. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2019.104251>
- Keen, C., Kinner, S. A., Borschmann, R., & Young, J. T. (2020). Comparing the predictive capability of self-report and medically-verified non-fatal overdose in adults released from prison: A prospective data linkage study. *Drug and Alcohol Dependence*, 206(July 2019), 107742. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2019.107742>
- Kovács, Z., Kun, B., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2019). A longitudinal study of adaption to prison after initial incarceration. *Psychiatry Research*, 273(November 2018), 240–246. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2019.01.023>
- O'Donnell, S., Fitzpatrick, M., & McKenna, P. (2000). Abuse in pregnancy - The experience of women. *Irish Medical Journal*, 93(8), 229–230.
- Ohayon, M. M. (2002). Epidemiology of insomnia: What we know and what we still need to learn. *Sleep Medicine Reviews*, 6(2), 97–111. <https://doi.org/10.1053/smr.2002.0186>
- Sandvik, A. M., Hansen, A. L., Hystad, S. W., Johnsen, B. H., & Bartone, P. T. (2015). Psychopathy, anxiety, and resiliency - Psychological hardness as a mediator of the psychopathy-anxiety relationship in a prison setting. *Personality and Individual Differences*, 72, 30–34. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.08.009>
- Sousa, M., Gonçalves, R. A., Cruz, A. R., & de Castro Rodrigues, A. (2019). Prison officers' attitudes towards self-harm in prisoners. *International Journal of Law and Psychiatry*, 66(March), 101490.

- <https://doi.org/10.1016/j.ijlp.2019.101490>
Walby, K., & Cole, D. (2019). Beyond emotional labour: Emotions and peer support in a Canadian prison. *Emotion, Space and Society*, 33(October), 100631. <https://doi.org/10.1016/j.emospa.2019.100631>
- Wallace, D., & Wang, X. (2020). Does in-prison physical and mental health impact recidivism? *SSM - Population Health*, 11, 100569. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2020.100569>
- WHO. (2016). World Health Statistics, Monitoring Health For The SDG s. Switzerland: World Health Organization.
- Woodfield, R., Boduszek, D., & Willmott, D. (2019). Introduction and psychometric validation of the prison personnel trauma measure (PPTM). *European Journal of Trauma & Dissociation*, 3(4), 257–262. <https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2018.04.005>
- Yanuar, A., & Pamungkas, F. (2019). Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres pada Warga Binaan Pemasyarakatan Perempuan di Lembaga Pemasyarakatan, 2(2), 42–47.