

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING NARAPIDANA REMAJA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIA SIDOARJO

Vivi Widya Susanti*
Effy Wardati Maryam**

ABSTRACT

The entry of youth into the prisons would lead them to the loss of independence, difficulties in adapting, and lonely feeling, which ultimately affects the condition of psychological well-being. Here, psychological well-being is an essential condition to make teenagers, i.e., convicts, be able to defend their lives for serving a sentence. The study aims to provide an overview of the psychological well-being of juvenile prisoners and to investigate the factors that influence the formation of psychological well-being. In this case, the study employs an exploratory qualitative approach to the subject of two teenage inmates. The prison chosen is located in Class II A Sidoarjo. The data are obtained from interviewing technique and field notes. The results show that inmates have better psychological well-being than when they entered the prison early. The condition is proved at the subjects' ability to adjust themselves to the environment, develop self-potential, accept themselves in a positive attitude, self-control and self-reliant, have a purpose to live and be able to establish positive relationships with others. Meanwhile, the factors that influence the formation of psychological well-being in inmates are social support, social interaction, and social skills while they are in a prison.

Keywords: psychological well-being, inmates, youth.

ABSTRAK

Masuknya remaja ke dalam Lembaga Pemasyarakatan akan menyebabkan kehilangan kebebasan, kesulitan dalam menyesuaikan diri, dan merasa kesepian, yang akhirnya berdampak pada kondisi *psychological well-being*. *Psychological well-being* merupakan kondisi yang sangat penting agar narapidana remaja bisa tetap menjalani kehidupannya selama menjalani masa hukuman. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai *psychological well-being* narapidana remaja serta untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya *psychological well-being*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif eksploratif dengan subjek dua orang narapidana remaja, berlokasi di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Sidoarjo. Penggalan data dengan teknik wawancara dan catatan lapangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa narapidana remaja dalam penelitian ini memiliki gambaran *psychological well-being* yang baik dibandingkan ketika awal memasuki Lembaga Pemasyarakatan. Hal ini terlihat pada kemampuan subjek dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, mengembangkan potensi diri, menerima diri secara positif, mengontrol diri dan mandiri, memiliki tujuan hidup serta mampu menjalin hubungan positif dengan orang lain. Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya *psychological well-being* pada narapidana remaja adalah dukungan sosial, interaksi sosial, dan keterampilan sosial yang dimiliki subjek selama berada di Lembaga Pemasyarakatan.

Kata kunci : *psychological well-being*, narapidana, remaja .

* Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

** Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

Telp. 08123009392. email :

PENDAHULUAN

Membahas mengenai permasalahan remaja seperti tidak ada habisnya. Masa remaja merupakan masa „*Strum and Drang*“, yaitu merupakan periode yang berada dalam dua situasi: antara kegoncangan, penderitaan, asmara, dan pemberontakan dengan otoritas orang dewasa (Hall dalam Yusuf, 2011). Beberapa kasus kriminal yang melibatkan remaja sering menjadi sorotan dalam pemberitaan di media massa, baik media cetak maupun media elektronik. Hal ini seakan menandai bahwa masa remaja merupakan masa yang rentan terhadap permasalahan.

Fase remaja merupakan segmen perkembangan individu yang sangat penting, diawali dengan matangnya organ-organ fisik (seksual) sehingga mampu bereproduksi (Yusuf, 2011). Menurut Muss (dalam Sarwono, 2007) remaja dalam arti *adolescence* berasal dari kata latin *adolescere* yang artinya tumbuh kearah kematangan. Kematangan dalam hal ini tidak hanya berarti kematangan fisik, tetapi terutama kematangan sosial-psikologis. Santrock (2003) mengungkapkan bahwa *adolescence* diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional.

Berdasarkan Kamus Lengkap Psikologi (Chaplin, 2009), periode antara pubertas dan kedewasaan (*adolescence*) berkisar antara usia 12 sampai 21 tahun untuk anak gadis (perempuan) dan usia 13 sampai 22 tahun bagi anak laki-laki. Sedangkan menurut Monks (2006), masa remaja dibagi menjadi tiga bagian yaitu masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja pertengahan (15-18 tahun) dan masa remaja akhir (18-21 tahun). Batas-batas usia ini menandai adanya perubahan-perubahan baik fisik maupun psikologis yang terjadi pada

individu remaja. Perubahan yang terjadi meliputi adanya perkembangan seksual yang ditandai dengan kematangan organ seksual yang sudah dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengembangkan keturunan (Sarwono, 2010) serta munculnya tugas-tugas perkembangan yang akan dilalui oleh remaja untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa (Hurlock, 2007).

Namun tidak semua remaja dapat memenuhi tugas-tugas tersebut dengan baik, menurut Hurlock (2007) ada beberapa permasalahan yang dialami remaja terkait dalam pemenuhan tugas-tugas tersebut, yaitu 1) masalah pribadi, yaitu masalah-masalah yang berhubungan dengan situasi dan kondisi di rumah, sekolah, kondisi fisik, penampilan, emosi, penyesuaian sosial, tugas dan nilai-nilai, 2) masalah khas remaja, yaitu masalah yang timbul akibat status yang tidak jelas pada remaja, seperti masalah pencapaian kemandirian, kesalahpahaman atau penilaian berdasarkan stereotip yang keliru, adanya hak-hak yang lebih besar dan lebih sedikit kewajiban dibebankan oleh orangtua.

Data dari Komisi Nasional Perlindungan Anak untuk tahun 2011 terdapat 528 kasus kejahatan yang dilakukan oleh anak, mulai dari anak Sekolah Dasar (SD) hingga Sekolah Menengah Atas (SMA), dan kejahatan paling banyak dilakukan oleh anak SMA sebesar 247 kasus. Adapun kasus kejahatan yang dilakukan bervariasi mulai dari perkosaan, pelecehan seksual, kekerasan, pembunuhan dan penculikan (www.komnaspas.or.id, 2012).

Adanya perubahan dan perkembangan baik secara fisik maupun psikologis menuntut remaja untuk dapat menyesuaikan diri dalam lingkungan dan tantangan hidup yang ada dihadapannya, sehingga hal ini seringkali membuat remaja terjebak melakukan hal-hal yang melanggar norma hukum yang berlaku dalam masyarakat. Remaja yang kurang atau tidak mendapat

perhatian secara fisik, mental maupun sosial sering berperilaku dan bertindak antisosial yang merugikan dirinya, keluarga, dan masyarakat, sehingga tidak sedikit remaja yang menjadi pelaku tindak pidana.

Data Komisi Nasional Perlindungan Anak, sepanjang tahun 2011 menerima 1.851 pengaduan anak yang berhadapan dengan hukum (anak sebagai pelaku) yang diajukan ke pengadilan. Angka ini meningkat dibanding pengaduan pada tahun 2010, yakni 730 kasus. Hampir 52 % dari angka tersebut adalah kasus pencurian diikuti dengan kasus perkosaan, narkoba, perjudian, serta penganiayaan dan hampir 89,8 % kasus anak yang berhadapan dengan hukum berakhir pada pemidanaan atau diputus pidana (www.komnaspaspa.or.id, 2012). Meningkatnya data prosentase pemidanaan ini dibuktikan dan diperkuat oleh data anak yang tersebar di 16 Lembaga Pemasyarakatan di Indonesia ditemukan 6.505 anak yang berhadapan dengan hukum diajukan ke pengadilan, dan 4.622 anak diantaranya saat ini mendekam dipenjarakan. Jumlah ini mungkin jauh lebih besar karena angka ini hanya bersumber dari laporan 29 Bapas (Balai Pemasyarakatan), sementara di Indonesia terdapat 62 Balai Pemasyarakatan (www.kemenkumham.go.id, 2012).

Kehidupan di Lembaga Pemasyarakatan yang serba dibatasi oleh peraturan-peraturan lembaga membuat narapidana kesulitan dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan seperti ketika mereka masih berada di luar Lembaga Pemasyarakatan. Hasil penelitian yang dilakukan Handayani (2010) menemukan bahwa ketiga subyek narapidana remaja yang diteliti di Lembaga Pemasyarakatan mengalami kondisi yang tidak sehat secara psikologis yakni adanya perasaan ketidakberdayaan diri menghadapi kondisi yang membuat mereka tidak nyaman dan

mengakibatkan mereka menerima apa adanya kondisi yang dialami tanpa berusaha untuk mengembangkan kemampuan yang dimiliki untuk bisa mencapai kondisi yang lebih baik.

Kehidupan seorang narapidana anak dan narapidana remaja di Lembaga Pemasyarakatan tentunya berbeda dengan kehidupan teman-teman seusianya yang tinggal di luar Lembaga Pemasyarakatan. Mereka tidak dapat merasakan kebebasan seperti kehidupan di luar Lembaga Pemasyarakatan. Kondisi ini dikemukakan Mulyadi (dalam Handayani 2010) sebagai akibat bahwa pidana penjara merupakan pidana bersifat perampasan kemerdekaan pribadi terpidana karena penempatannya dalam bilik penjara. Kehilangan kemerdekaan itu antara lain hilangnya hubungan heteroseksual (*loss of heterosexual*), hilangnya kebebasan (*loss of autonomy*), hilangnya pelayanan (*loss of good and service*), dan hilangnya rasa aman (*loss of security*), di samping kesakitan lain, seperti akibat prasangka buruk dari masyarakat (*moral rejection of the inmates by society*) (Sykes, dalam Handayani 2010).

Selain itu, standar hidup disebagian Lembaga Pemasyarakatan belum layak, seperti satu ruang tahanan yang harus dihuni oleh sejumlah besar narapidana, minimnya air bersih, pelayanan kesehatan yang terbatas dan sanitasi yang buruk (Haryadi dalam Yudianto, 2011), diyakini berpengaruh dalam memenuhi kebutuhan hidup remaja sebagai manusia.

Berdasarkan konsep pemenuhan kebutuhan hidup manusia, Maslow (dalam Alwisol, 2007) membuat hirarki kebutuhan yang tersusun dari lima kebutuhan dasar manusia. Kebutuhan-kebutuhan tersebut adalah kebutuhan fisiologis yang meliputi kebutuhan biologis, kebutuhan keamanan dan keselamatan, kebutuhan sosial, kebutuhan penghargaan diri, dan kebutuhan aktualisasi diri. Jika kebutuhan-kebutuhan ini tidak terpenuhi dengan baik, maka individu akan

merasa tidak bahagia. Seberapa tinggi individu mendapatkan pemenuhan kebutuhannya sedemikian pula derajat kebahagiaan seseorang, hal ini terkait dengan apa yang diinginkannya, apa yang telah diperolehnya, dan apakah yang dimiliki oleh orang-orang yang berhubungan dengannya. Dengan kata lain, kebahagiaan terjadi setelah kebutuhan terpenuhi dan apa yang menjadi tujuannya tercapai karena kebahagiaan dikatakan sebagai tujuan akhir dari seluruh aktivitas (Sarwono, 2008).

Perasaan bahagia serta adanya kepuasan hidup dan realisasi diri inilah yang disebut dengan *Psychological Well-Being* (Yudianto, 2011). Bagi narapidana remaja, *Psychological Well-Being* merupakan kondisi yang penting agar dapat tetap menjalani kehidupannya dengan mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki bahkan setelah kembali ke masyarakat nanti.

Ryff (dalam Karyono, dkk., 2008) mengemukakan bahwa pondasi untuk memperoleh kesejahteraan psikologis adalah individu yang secara psikologis dapat memiliki fungsi secara positif (*positive psychological functioning*). Komponen individu yang mempunyai fungsi psikologis yang positif yaitu: (1) Penerimaan diri (*self-acceptance*), (2) Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), (3) Otonomi (*autonomy*), (4) Tujuan hidup (*purpose in life*), (5) Perkembangan pribadi (*personal growth*), dan (6) Penguasaan terhadap lingkungan (*environmental mastery*). Jika remaja yang sedang menjalani masa hukumannya di dalam penjara mampu memenuhi komponen-komponen tersebut dengan baik maka individu tersebut akan memiliki *Psychological Well-Being* yang tinggi. Sebaliknya, jika individu belum mampu memenuhi komponen-komponen tersebut dengan baik maka dapat dikatakan individu tersebut belum memiliki fungsi positif secara psikologis (*Psychological Well-Being* rendah).

Psychological Well-Being yang kurang baik akan memunculkan perasaan ketidakmampuan dalam diri narapidana sehingga akan menghambat narapidana remaja dalam memaksimalkan potensi yang dimiliki. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengetahui bagaimana gambaran *Psychological Well-Being* yang dimiliki oleh narapidana remaja di Lembaga Pemasyarakatan Klas II A Sidoarjo sebagai bentuk pengembangan dari penelitian yang sudah ada.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan tipe penelitian kualitatif. Secara spesifik penelitian kali ini menggunakan tipe penelitian eksploratif. Penelitian kualitatif adalah suatu proses penelitian ilmiah yang dimaksudkan untuk memahami masalah-masalah manusia dalam konteks sosial dengan menciptakan gambaran menyeluruh dan kompleks yang disajikan, melaporkan pandangan terperinci dari para sumber informasi, serta dilakukan dalam *setting* yang alamiah tanpa adanya intervensi apa pun dari peneliti (Creswell dalam Herdiansyah, 2010). Sedangkan eksploratif (bersifat eksplorasi) artinya bahwa penulis berusaha menemukan atau mengungkapkan permasalahan yang akan diteliti atau sedang dibutuhkan walaupun dalam keadaan yang miskin data informasi atau keadaan yang masih tertutup informasi (Bungin, 2005).

Subyek dalam penelitian ini ditentukan melalui pengambilan sampel purposif yang terstratifikasi, yaitu selain mengambil kasus-kasus yang menjelaskan kondisi rata-rata, juga mengambil kasus-kasus yang menjelaskan kondisi di atas rata-rata, atau dibawah rata-rata dari suatu fenomena (variasi maksimum). Strategi ini tidak hanya memfokuskan pada upaya mengidentifikasi masalah-masalah mendasar, melainkan pada upaya menangkap variasi-

variasi besar dari responden atau obyek penelitian (Poerwandari, 2009). Penelitian ini menggunakan 2 (dua) orang narapidana Lembaga Pemasyarakatan Klas II A Sidoarjo dengan kriteria sebagai berikut: (1). Remaja yang sedang dalam masa hukuman pidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas II A dengan rentang usia 18-21 tahun. Menurut Monks (2006), rentang usia ini merupakan rentang remaja akhir dimana masa ini remaja sudah memasuki persiapan akhir mendalami peran-peran sebagai orang dewasa serta memiliki keinginan yang kuat untuk menjadi matang. (2). Remaja yang menjalani masa hukuman pidana ≥ 1 tahun di Lembaga Pemasyarakatan Klas II A Sidoarjo. Hasil penelitian Yudianto (2011) menunjukkan bahwa secara umum, narapidana yang sudah menjalani pidana pada kurun waktu ± 1 tahun dianggap sudah mampu menyesuaikan diri selama di Lembaga Pemasyarakatan.

Teknik penggaliannya menggunakan wawancara yang dilengkapi dengan pedoman umum wawancara yang mencantumkan isu-isu yang harus diliput tanpa menentukan urutan pertanyaan, bahkan mungkin tanpa bentuk pertanyaan eksplisit. Pedoman umum wawancara digunakan untuk menjaga agar penggalan data tetap fokus pada permasalahan yang ingin diungkap. Pedoman wawancara tersebut tidak berlaku mutlak, namun menyesuaikan dengan kondisi yang terjadi di lapangan. Selain itu, catatan lapangan juga digunakan sebagai teknik lain dalam pengumpulan data. Catatan lapangan berisi deskripsi tentang hal-hal yang diamati atau apapun yang dianggap penting oleh peneliti.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dapat diuraikan sebagai berikut :

1. Gambaran *Psychological Well-Being* Pada Narapidana Remaja

Gambaran *Psychological Well-Being* pada narapidana remaja dalam penelitian ini bisa dilihat dari enam dimensi berikut :

a. Penerimaan diri (*self-acceptance*).

Narapidana remaja yang menjadi subyek dalam penelitian ini mampu menerima keadaan diri secara positif, yaitu dengan menyesali perbuatannya dan menyadari bahwa perbuatannya telah merugikan dirinya sendiri dan keluarga.

b. Perkembangan pribadi (*personal growth*).

Narapidana remaja dalam penelitian ini memiliki kemampuan yang baik untuk mengembangkan potensi dalam dirinya, yaitu dengan mengikuti berbagai kegiatan yang bermanfaat di lembaga pemasyarakatan, seperti pelatihan ketrampilan kerajinan tangan, penyuluhan tentang narkoba, dan bersedia menjadi pengurus perpustakaan di lembaga pemasyarakatan.

c. Tujuan hidup (*purpose of life*).

Narapidana remaja dalam penelitian ini memiliki tujuan hidup yang baik. Hal ini terlihat dari keinginan untuk menjalankan kegiatan wiraswasta di rumah dengan orang tua setelah keluar dari lembaga pemasyarakatan.

d. Penguasaan terhadap lingkungan (*environmental mastery*)

Narapidana remaja dalam penelitian ini memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan (narapidana lain dan petugas lembaga pemasyarakatan).

e. Otonomy (*autonomy*)

Narapidana remaja dalam penelitian ini memiliki kemampuan untuk menentukan diri sendiri dan mandiri, hal ini terlihat dari pengambilan keputusan

yang tidak bergantung kepada orang lain dan mampu menghidupi diri sendiri di dalam lembaga pemasyarakatan dengan berjualan rokok.

- f. Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*)

Narapidana remaja dalam penelitian ini mampu menjalin hubungan baik dengan sesama narapidana dan petugas lembaga pemasyarakatan.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya *Psychological Well-Being* pada narapidana remaja

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh gambaran bahwa terdapat tiga faktor yang mempengaruhi terbentuknya *Psychological Well-Being* pada narapidana remaja, sebagai berikut :

- a. Dukungan sosial (keluarga dan teman)

Dukungan yang diberikan oleh keluarga dan teman-teman yang ditunjukkan dengan sering berkunjung turut membentuk *Psychological Well-Being* yang tinggi. Kunjungan tersebut menjadi salah satu bentuk perhatian yang berarti bagi narapidana remaja.

- b. Interaksi sosial

Interaksi yang terjalin dengan baik antara narapidana remaja dalam penelitian ini dengan narapidana lain dan petugas di Lembaga Pemasyarakatan turut membentuk *Psychological Well-Being* yang tinggi.

Pada awal memasuki Lembaga pemasyarakatan, narapidana membutuhkan usaha yang keras untuk dapat menerima kenyataan harus menjalani kehidupan di dalam penjara dalam waktu yang lama. Stigma negatif mengenai penjara juga

menimbulkan keputusan. Narapidana remaja akan kehilangan kebebasan dan rasa aman dalam dirinya. Setelah menjalani masa hukuman selama kurang lebih satu tahun, narapidana dianggap sudah mampu menyesuaikan diri selama di Lembaga Pemasyarakatan.

Dimensi penerimaan diri (*self-acceptance*) ditandai dengan kemampuan menerima diri apa adanya. Kemampuan tersebut memungkinkan seseorang untuk bersikap positif terhadap diri sendiri dan kehidupan yang dijalani. Hal tersebut menandakan *Psychological Well-Being* yang tinggi (Ryff dalam Deci dan Ryan, 2001). Ryff menambahkan bahwa individu yang memiliki tingkat penerimaan diri yang baik ditandai dengan sikap yang baik terhadap diri sendiri, mengetahui dan menerima segala aspek yang ada pada dirinya, baik kelebihan maupun kekurangan, serta memiliki sikap baik terhadap kehidupan di masa lalu. Dahlan (dalam Manik, 2007), menjelaskan bahwa remaja yang melakukan tindak kriminal dan dijebloskan ke dalam penjara akan merasa tidak berharga dibanding anak seusianya yang lain, mendapat celaan dari orang lain, merasa tidak punya harapan, merasa gagal sehingga menimbulkan depresi dan terlebih kurangnya dukungan dari keluarga, individu akan menyalahkan dirinya sendiri dan menganggap tidak ada yang menyayangnya sehingga jika keadaan ini terus menerus berlanjut maka individu dapat memiliki penerimaan diri yang negatif. Hasil wawancara dengan subjek dalam penelitian ini menunjukkan bahwa subjek menyadari kesalahan yang telah diperbuatnya telah merugikan dirinya dan keluarga. Subjek berkeinginan untuk memperbaiki kesalahannya di masa yang akan datang.

Dimensi kedua adalah *personal growth* (perkembangan pribadi). Ryff (dalam Deci dan Ryan, 2001) menjelaskan pertumbuhan pribadi adalah kemampuan individu untuk mengembangkan potensi dalam diri dan

berkembang sebagai seorang manusia. Dimensi ini dibutuhkan oleh individu agar dapat optimal dalam berfungsi secara psikologis. Maslow (dalam Alwisol, 2007) menambahkan bahwa orang yang sehat adalah orang yang mengembangkan potensi positifnya mengikuti jalur perkembangan yang sehat, lebih mengikuti hakekat alami di dalam dirinya daripada mengikuti pengaruh lingkungan luar dirinya. Dimensi ini nampak pada narapidana remaja dalam penelitian ini yang menekuni dan mengembangkan beberapa kegiatan yang bersifat positif selama di dalam Lembaga Pemasyarakatan, antara lain ketrampilan (kerajinan tangan), aktif mengikuti kebaktian di gereja, mengikuti penyuluhan tentang narkoba, dan aktif sebagai pengurus perpustakaan Lembaga Pemasyarakatan.

Dimensi ketiga yaitu tujuan hidup (*purpose of life*), menjelaskan mengenai kemampuan individu untuk mencapai tujuan dalam hidup. Seseorang yang memiliki rasa keterarahan dalam hidup, mempunyai perasaan bahwa kehidupan saat ini dan masa lalu berarti, dan memiliki target yang ingin dicapai dalam hidup, maka individu dapat dikatakan memiliki tujuan hidup yang baik (Ryff, dalam Deci dan Ryan, 2001). Berdasarkan wawancara dengan subjek penelitian, diperoleh hasil bahwa mereka memiliki keinginan untuk menjalankan usaha (wiraswasta) dengan orang tua setelah keluar dari Lembaga Pemasyarakatan.

Penguasaan terhadap lingkungan (*environmental mastery*) sebagai dimensi keempat dari *Psychological Well-Being* menjelaskan tentang kemampuan untuk memanipulasi keadaan sehingga sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadi yang dianutnya dan mampu untuk mengembangkan diri secara kreatif melalui aktivitas fisik maupun mental. Individu dengan *Psychological Well-Being* yang baik memiliki kemampuan untuk memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi fisik dirinya. Dengan kata lain, individu mempunyai

kemampuan dalam menghadapi kejadian-kejadian diluar dirinya (Ryff, dalam Deci dan Ryan, 2001). Saputra (dalam Handayani, 2010) menggambarkan bahwa terdapat beberapa permasalahan kesehatan fisik para narapidana berkaitan dengan kondisi makanan, yaitu kurang terpenuhinya gizi, sedangkan permasalahan kesehatan psikis digambarkan dengan adanya berbagai tekanan di Lembaga Pemasyarakatan, meliputi kekurangan kualitas fasilitas, dan makin padatnya penghuni Lembaga Pemasyarakatan. Kondisi tersebut menjadi penyebab utama terganggunya kondisi kesehatan para narapidana penghuni Lembaga Pemasyarakatan, baik itu kesehatan fisik, maupun kesehatan psikologis (Rininta, dkk., dalam Handayani, 2010).

Narapidana remaja pada penelitian ini awalnya cenderung merasa takut dan cemas dengan lamanya masa hukuman yang akan dijalani, ditambah lingkungan di dalam Lembaga Pemasyarakatan yang serba dikondisikan oleh peraturan-peraturan yang ketat. Selain itu, narapidana remaja dalam penelitian ini juga cenderung merasa kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan baru yang didominasi oleh orang dewasa daripada seusianya. Setelah satu bulan berlangsung, subjek sudah merasa mampu menyesuaikan dengan lingkungan di Lembaga Pemasyarakatan dengan berbaur bersama narapidana lain dan mengikuti segala peraturan-peraturan yang berlaku. Dimensi ini juga nampak pada kemampuan narapidana remaja dalam penelitian ini yang bisa memenuhi kebutuhan makanannya sendiri tanpa bergantung kepada jatah makanan dari Lembaga Pemasyarakatan atau kiriman dari keluarga.

Dimensi kelima adalah otonomi (*autonomy*). Ryff (dalam Deci dan Ryan, 2001) menyebutkan bahwa dimensi otonomi menjelaskan mengenai kemandirian, kemampuan untuk menentukan diri sendiri,

dan kemampuan untuk mengatur tingkah laku. Seseorang yang mampu untuk menolak tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak laku dengan cara-cara tertentu, serta dapat mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal, hal ini menandakan bahwa individu baik dalam dimensi ini. Sebaliknya, individu yang kurang baik dalam dimensi otonomi akan memperhatikan harapan dan evaluasi dari orang lain, membuat keputusan berdasarkan penilaian orang lain, dan cenderung bersikap konformis. Keterampilan remaja dalam mengambil keputusan tidak berbeda dengan kemampuan orang dewasa, hal ini dianggap mempunyai dampak penting untuk mengurangi pengambilan resiko pada remaja dan peningkatan kesehatan (Quadrel, Fishcoff dan Davis, dalam Santrock, 2003). Dimensi ini sudah tercapai oleh subjek dalam penelitian ini, yaitu dengan mampu membuat beberapa keputusan sendiri tanpa bergantung kepada orang lain.

Dimensi terakhir adalah *Positive Relation with Others* (hubungan positif dengan orang lain). Kartono (dalam Yudianto, 2011) menjelaskan bahwa kehidupan yang berjalan di dalam penjara memiliki kebudayaan tersendiri dan dalam kalangan narapidana terdapat norma-norma, hukum-hukum, kontrol dan sanksi-sanksi sosial serta bahasa dengan logat dan kode tersendiri. Narapidana remaja dalam penelitian ini berupaya untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan Lembaga Pemasyarakatan yang didominasi oleh orang dewasa. Sesuai dengan pendapat Dayakisni dan Hudaniah (2009) bahwa keinginan untuk melakukan kontak dengan orang lain pada umumnya dilandasi adanya imbalan sosial yang dapat diperoleh individu jika berhubungan dengan orang lain. Selain itu diantara pencapaian-pencapaian kebutuhan dalam proses menuju dewasa, intimasi adalah faktor yang paling penting (Sullivan, dalam Alwisol, 2007). Menurut Safin, Williams dan Berndt (dalam Santrock, 2003), meskipun kebanyakan remaja membangun

persahabatan mereka dengan individu yang dekat dengan usia mereka, beberapa remaja menjadi teman dekat bagi individu yang lebih muda atau lebih tua. Membina hubungan yang hangat dengan orang lain merupakan salah satu dari *criterion of maturity* yang dikemukakan oleh Sullivan (dalam Alwisol, 2007). Ryff (dalam Deci dan Ryan, 2001) juga menekankan pentingnya menjalin hubungan saling percaya dan hangat dengan orang lain.

Penelitian yang pernah dilakukan Yudianto (2011) menemukan bahwa narapidana yang telah menjalani masa hukuman penjara lebih dari satu tahun cenderung memiliki penerimaan diri yang lebih positif, hal ini dipengaruhi oleh adanya dukungan dari orang terdekat seperti keluarga, teman dan kekasih. Maslow (dalam Alwisol, 2007), berpendapat bahwa manusia sangat peka dengan kesendirian, pengasingan, ditolak lingkungan, dan kehilangan cinta. Dicintai dan diterima adalah jalan menuju perasaan yang sehat dan berharga. Sebagai seorang remaja, dukungan dari orang lain akan membantu remaja keluar dari perasaan sulit yang sedang dialaminya, sesuai dengan pendapat Eccles, dkk., (dalam Santrock, 2003) bahwa masing-masing dari kita yang berhubungan dengan remaja; sebagai orang dewasa, orang tua, pekerja untuk remaja, profesional, dan pendidik, dapat membantu memperbaiki kesehatan dan kesejahteraan mereka.

Menurut Ryff (dalam Snyder dan Lopez, 2002), individu yang memiliki dukungan sosial, akan memiliki *psychological well-being* yang lebih tinggi. Maslow (dalam Alwisol, 2007) berpendapat bahwa rasa ingin dihargai dan disayangi menjadi bagian penting dari kebutuhan manusia. Selain itu dukungan sosial juga berpengaruh pada bagaimana individu berperan berperan dalam kehidupan sehari-hari, untuk membangun kelekatan dan hubungan dengan orang lain (Toch dan

Adams, dalam Handayani, 2010).

Sebagai remaja yang berada pada tahap akhir (*late adolescence*), kemampuan menyesuaikan diri (*coping*) juga sebagai bentuk konsolidasi perkembangan menuju periode dewasa, dimana ego akan mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru (Blos, dalam Sarwono, 2007). Keberadaan di lingkungan Lembaga Pemasarakatan yang serba dibatasi membuat narapidana mencari alternatif untuk dapat memecahkan kesulitan tersebut. Menurut Blos (dalam Sarwono, 2007), kemampuan menyesuaikan diri (*coping*) secara aktif dalam mengatasi *stress* dan mencari jalan keluar baru dari berbagai masalah adalah salah satu tahap bahwa seorang remaja akan mencapai tahap kedewasaannya. Adanya gangguan penyesuaian bukan disebabkan oleh frustrasi keinginan sosial, tetapi lebih karena tidak adanya keintiman psikologik dengan orang lain (Maslow, dalam Alwisol, 2007).

KESIMPULAN

Narapidana remaja dalam penelitian ini memiliki *Psychological Well-Being* yang tinggi. Hal ini ditandai dengan adanya kemampuan dalam menerima diri secara positif meskipun mereka berstatus narapidana (dimensi penerimaan diri atau *self-acceptance*), kemampuan menguasai lingkungan di Lembaga Pemasarakatan (dimensi penguasaan lingkungan atau *environmental mastery*), kemampuan mengembangkan diri dan potensi yang dimiliki (dimensi perkembangan pribadi atau *personal growth*), kemampuan mengontrol diri dan mandiri (dimensi otonomi atau *autonomy*), dan kemampuan menjalin hubungan secara positif dengan orang lain (dimensi hubungan positif dengan orang lain atau *positive relations with others*).

Adapun faktor-faktor yang mempeng-

aruhi terbentuknya *Psychological Well-Being* pada narapidana remaja adalah pertama, adanya dukungan sosial berupa dukungan material dan dukungan mental yang berasal dari orang tua, kerabat dan kekasih, kedua adalah kemampuan melakukan interaksi sosial yang baik dengan narapidana lain serta petugas Lembaga Pemasarakatan, faktor yang ketiga adalah kemampuan keterampilan sosial yang dimiliki untuk dapat mengembangkan diri selama berada di Lembaga Pemasarakatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol (2007). *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi*. Malang: UMM Press.
- Bungin, H. M. Burhan., (2005). *Metode Penelitian Kuantitatif. Komunikasi, Ekonomi dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: Kencana.
- Chaplin, J. P., (2009). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Dayakisni, T. Hudaniah (2012). *Psikologi Sosial. Cetakan Kelima*. Malang: UMM Press.
- Deci, E. L. dan Ryan, R. M., (2001). *On Happiness And Human Potentials: A Review Of Research On Hedonic And Eudaimonicwell-Being*. Journal of Annual Reviews University of Illinois, Chicago 2001, Volume 52, No. 141-166.
- Handayani, T., (2009). *Kesejahteraan Psikologis Narapidana Remaja di Lembaga Pemasarakatan Kutoarjo*. (Ringkasan Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang).
- Herdyansyah, H., (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika .

- Hurlock, E. B., (2007). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima*. Jakarta : Erlangga.
- Karyono, dkk., (2008). *Penanganan Stress dan Kesejahteraan Psikologis Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Radio Terapi di RSUD Dr. Moewardi Surakarta*. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro dan Ikatan Dokter Indonesia Wilayah Jawa Tengah. Media Medika Indonesia. Volume 43, Nomor 2, 102 – 105.
- Kasus Anak yang Berhadapan dengan Hukum. (2011). Diakses pada 10 Maret 2012, dari: <http://www.komnaspaspa.or.id>
- Monks, F. J., & Haditono, (2006). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Poerwandari, K., (2009). *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Santrock, J.W., (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga
- Sarwono, S. W., (2007). *Psikologi Remaja Edisi Revisi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Sarwono, S.W., (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta : PT Rajawali Pers.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J., (2002) *Handbook of Positive Psychology*. New York : Oxford University Press.