



Profil Kecemasan Narapidana Menjelang Bebas Masa Tahanan Dari Rutan Kelas IIB Kota Serang

Aisyah Choinun Salsabila^{1*}, Raudah Zaimah Dalimunthe², Putri Dian Dia Conia³

¹Bimbingan dan Konseling, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

²Bimbingan dan Konseling, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

³Bimbingan dan Konseling, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

^{1*}aisyahchoinunsalsabila@email.com, ²raudah@untirta.ac.id, ³putriconia@untirta.ac.id

Abstrak

Menjelang bebas masa tahanan, rasa cemas dapat muncul pada diri seorang narapidana. Kecemasan yang dialami oleh narapidana menjelang bebas tahanan dari rutan merupakan dampak yang timbul akibat ketakutan akan tidak diterima dirinya di lingkungan masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk menemukan gambaran kecemasan narapidana yang akan menyelesaikan masa tahanan dari Rutan Kelas IIB Kota Serang. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan penelitian studi deskriptif. Wawancara, observasi dan dokumentasi merupakan alat pengumpulan data untuk penelitian ini. Penelitian dilakukan di Rutan Kelas IIB Kota Serang, dengan total tiga subjek narapidana yang akan segera bebas masa tahanan. Dari hasil penelitian, narapidana menunjukkan adanya rasa cemas yang menyelubungi kemudian berpengaruh pada kondisi fisik serta sulit tidur di malam hari. Pemberian motivasi serta kegiatan aktif yang dapat mengurangi rasa cemas merupakan upaya yang dilakukan oleh petugas rutan.

Kata Kunci: Kecemasan, Narapidana, Bebas Tahanan

PENDAHULUAN

Kehidupan masyarakat sebagian besar diantaranya menganggap bahwa penjara atau rutan merupakan tempat bagi mereka yang melakukan tindak kriminal, kejahatan, melanggar hukum serta norma yang sudah diyakini dan diatur dalam tatanan masyarakat. Penjara seringkali dianggap tempat pengasingan bagi mereka yang melakukan tindak kriminal agar mendapatkan efek jera serta menyadari kesalahan atas perbuatan yang mereka lakukan, sehingga kedepannya dapat memperbaiki dan tidak akan mengulangi perbuatan yang sebelumnya. Menurut Ahmad Sanusi (2016), Rumah Tahanan Negara atau RUTAN merupakan tempat penahanan tersangka atau terdakwa ketika sedang menjalani proses penuntutan, penyidikan dan pemeriksaan selama sidang pengadilan berlangsung.

Berdasarkan UU Nomor 22 Tahun 2022 tentang Permasalahan, dipaparkan bahwa narapidana merupakan terpidana yang sedang menjalani pembinaan dalam Lembaga Permasalahan atau Lapas. Kecenderungan pandangan masyarakat mengenai narapidana merupakan pengaruh dari budaya masyarakat yang memandang kriminalitas merupakan hal yang tidak baik untuk dilakukan, anggapan bahwa narapidana merupakan sampah masyarakat, individu yang harus diwaspadai, dan sumber permasalahan yang memiliki potensi untuk melakukan tindak kriminal kembali. Narapidana yang mendekap didalam sel tahanan merupakan mereka yang melakukan tindak kriminal seperti pemakaian obat-obatan terlarang (narkotika), perampokan atau pencurian, korupsi, pelecehan, pembunuhan, kekerasan dalam rumah tangga, tindak asusila ataupun pelanggaran-pelanggaran lain yang didapat dalam hasil keputusan persidangan sebelum mereka mendekap dalam penjara atau rutan sebagai tahanan.

Narapidana tidak lepas dari harapannya untuk bebas dari rumah tahanan ketika menjalani masa tahanan, tetapi label negatif masyarakat mengenai mantan narapidana yang melekat menimbulkan permasalahan baru bagi mereka yang akan menyelesaikan proses tahanan secara hukum. Pandangan masyarakat mengenai mantan narapidana merupakan orang jahat yang harus diwaspadai dan dijauhi menimbulkan permasalahan baru yaitu tindakan diskriminasi berupa pengucilan dan pengasingan dalam masyarakat bagi mantan narapidana. Hal tersebut rentan menimbulkan kecemasan bagi mereka yang akan segera bebas dari rumah tahanan serta pemikiran mengenai kesulitan dalam melakukan resosialisasi bagi mantan narapidana dalam kehidupan bermasyarakat. Luh Putu Shanti (2017) dalam penelitiannya memaparkan, fenomena pengucilan dan pengasingan pada mantan narapidana menimbulkan kecemasan pada mereka yang akan segera bebas dari tahanan juga mengakibatkan timbulnya perilaku menarik diri ketika bertemu orang lain selain pegawai rutan atau sesama narapidana.

Kecemasan adalah kalimat yang tidak asing dengan kehidupan sehari-hari, merupakan perasaan takut, khawatir, gelisah serta menimbulkan keluhan fisik. Freud berpendapat kecemasan muncul akibat hasil konflik antara dorongan instingtual yang ingin mencari kepuasan dengan kekuatan represi untuk menghambat dorongan yang muncul.

Kecemasan merupakan rasa khawatir dan takut berlebih ketika individu merasa cemas pada situasi yang mengharuskannya bersama orang lain serta takut mendapat penilaian buruk dari orang lain (Brecht, 2000). Kecemasan dapat dialami oleh siapa saja, tidak terkecuali dirasakan oleh narapidana yang akan mengalami masa bebas tahanan. Kecemasan ini dapat mengakibatkan hambatan dalam kegiatan interaksi sosial. Menurut Idei Khurnia Swasti (2013), dalam penelitiannya menjelaskan bahwa kecemasan merupakan rasa takut berlebih dalam menerima kritik dari orang lain, hal ini mengakibatkan individu menghindari interaksi sosial dalam masyarakat.

Gejolak kecemasan yang dialami oleh narapidana menjelang bebas tahanan dari rutan merupakan dampak yang timbul akibat ketakutan akan tidak diterima dirinya di lingkungan masyarakat. Menurut penelitian Shalha (2016) pengaruh yang memunculkan faktor kecemasan warga binaan menjelang masa bebas tahanan yaitu faktor dukungan sosial serta faktor dukungan keluarga. Beberapa faktor yang dapat dikategorikan menimbulkan gejala kecemasan pada seseorang menurut Luh Putu Shanti (2017) dalam penelitiannya yaitu : 1) Bayangan akan munculnya kenangan buruk/negatif masa lalu akan timbul kembali di masa mendatang; 2) Terjadinya kecemasan akibat sumber keyakinan tidak irasional. Kemudian faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut Durand & Barlow (2006) salah satunya adalah sumber sosial yaitu stress serta tekanan sosial dari lingkungan yang menimbulkan kecemasan pada diri. Kecemasan menurut Freud merupakan akibat dari hasil konflik antara dorongan instingtual yang ingin mencari kepuasan dengan kekuatan represi untuk menghambat dorongan yang muncul.

Seperti yang diungkapkan oleh Kepala Sub Seksi Pengelolaan Rutan kelas IIB Kota Serang menyatakan bahwa rasa khawatirnya akan pandangan dan pengasingan masyarakat terhadap mantan narapidana. Menurutnya, kegiatan pembinaan yang dilakukan pegawai rutan terhadap narapidana akan sia-sia jika masyarakat selalu memberi label negatif terhadap para mantan narapidana. Harapannya bahwa masyarakat juga turut andil membimbing dan mengayomi mantan narapidana dalam proses resosialisasi bukan melakukan tindak diskriminasi berupa pengucilan dan pengasingan bagi mantan narapidana tersebut. Menurutnya, mantan narapidana akan kesulitan dalam menyesuaikan diri apabila masyarakat terus menerus memberi label negatif terhadap pada mantan narapidana.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ekajaya & Jufriadi (2019) muncul rasa khawatir mengenai perlakuan masyarakat akan diri subjek yang menyandang status mantan narapidana ketika masa hukuman subjek tersisa beberapa bulan lagi. Ketidakyakinan muncul dalam diri subjek untuk kembali menjadi menjalani kehidupan sosial di lingkungan. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa 6 orang (9%) narapidana menjelang masa bebas tahanan mengalami kecemasan sosial yang tinggi, 51 orang (80%) mengalami kecemasan sosial ditahap sedang, kemudian 7 orang (11%) menunjukkan angka rendah dalam hal kecemasan soaial.

Telah didapatkan sebelumnya, dalam penelitian yang dilakukan oleh Pangesthi, F. H (2022) mengenai kecemasan menjelang bebas yang dialami oleh narapidana pengguna narkoba terlihat dari kehilangan kepercayaan diri, jika dibiarkan maka akan menghilangkan potensi yang dimiliki oleh narapidana tersebut, diperparah apabila timbul gangguan kejiwaan dan menyebabkan gangguan psikologis. Dari hasil penelitian tersebut, rasa cemas awalnya timbul ketika narapidana baru memasuki lapas, kemudian dapat bersosialisasi secara normal antara satu bulan hingga satu tahun. Rasa cemas tersebut juga tumbuh ketika menjelang masa bebas tahanan akibat stigma negatif dari masyarakat, namun para narapidana berusaha dengan maksimal agar dapat memenuhi harapan masyarakat di masa yang akan datang.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hasan (2022) narapidana yang menjelang masa bebas tahanan merasa khawatir dan cemas mengenai pekerjaan yang akan mereka lakukan di masa depan. Rasa cemas mengenai kondisi fisik dan ekonomi keluarga di rumah juga timbul akibat lamanya masa tahanan yang mereka jalani. Keluarga menjadi penopang nomor satu dalam (Hasan, 2022) menghadapi stigma negatif masyarakat mengenai label mantan narapidana. gejala yang dialami pada narapidana menjelang masa bebas tahanan adalah kesulitan dalam konsentrasi serta sulit tidur.

Terdapat hasil penelitian yang dilakukan oleh Back, Bakke & Cuppy (2018), timbulnya kecemasan pada narapidana selama masa penahanan sangat berdampak negatif dalam kemampuan mereka untuk kembali ke masyarakat bahkan cenderung melakukan residivisme atau pengulangan perbuatan kembali. Dalam penelitian tersebut penggunaan terapi CBT yang dilakukan bukan hanya mengurangi rasa cemas yang dialami mereka, namun digunakan untuk meminimalisir tindakan residivisme serta memaksimalkan kondisi seorang narapidana menuju kehidupan yang lebih baik dan sehat.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dugdale (2020) menunjukkan bahwa 73% narapidana mengalami gangguan kepribadian, kemudian 42% diantaranya mengalami gangguan kecemasan. Dalam penelitiannya, pentingnya pelatihan yang dilakukan oleh pegawai rutan layanan pemsyarakatan kepada narapidana agar siap kembali ke masyarakat dengan memaksimalkan potensi yang dimiliki oleh mereka.

Setelah menjalani masa tahanan, narapidana akan menjalani kehidupan sosial dan bermasyarakat, berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menunjukkan bahwa narapidana cenderung mengalami kecemasan apabila mereka akan bebas dari masa tahanan. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti lebih lanjut mengenai fenomena kecemasan dikalangan narapidana yang akan bebas masa tahanan dengan judul "Profil Kecemasan Narapidana Menjelang Masa Bebas Tahanan Dari Rutan Kelas IIB Kota Serang".

METODE

Tahapan Penelitian

Dalam melaksanakan penelitian, terdapat alur penelitian yang bertujuan untuk membantu menyelesaikan penelitian atau masalah dengan terstruktur, selain itu juga mempermudah pelaksanaan penelitian oleh peneliti. Terdapat 8 alur penelitian dalam penelitian studi deskriptif menurut Rusandi (2020), yaitu; 1) mengidentifikasi adanya permasalahan, 2) membatasi serta merumuskan permasalahan, 3) menetapkan tujuan dan manfaat penelitian, 4) studi pustaka sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti, 5) menentukan metode penelitian termasuk didalamnya menentukan subjek penelitian, instrumen dalam pengumpulan data dan analisis serta interpretasi data, 6) menetapkan pertanyaan penelitian, 7) mengumpulkan data, mengorganisasi serta menganalisis data sesuai teknik dalam penelitian kualitatif, dan 8) membuat laporan penelitian.

Teknik dan prosedur pengumpulan data menggunakan instrumen wawancara, observasi dan dokumentasi sesuai dengan teknik pengumpulan data dalam penelitian kualitatif. Menurut Rachmawati (2007) dalam penelitian kualitatif pengumpulan data yang paling sering digunakan adalah wawancara. Perbedaan yang terdapat pada wawancara dalam penelitian kualitatif terletak pada tujuan serta diawali dengan pertanyaan informal. Tujuan dari wawancara dalam penelitian kualitatif adalah penemuan persepsi, perasaan serta pemikiran dari narasumber. (Ardiansyah, Risnita, & Jailani, 2023). Subjek dalam penelitian ini adalah narapidana yang menetap di Rutan Kelas IIB Kota Serang, dengan kriteria akan segera bebas masa tahanan. Subjek terdiri atas tiga narapidana laki-laki usia dewasa, dengan perbedaan kasus pidana.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis kualitatif dengan model Miles and Huberman. Model analisis Miles and Huberman (1994) merupakan analisis kualitatif interaktif yang dilakukan secara terus menerus hingga mencapai titik tuntas. Model ini mengubah reduksi data pada kondensasi data, penyajian data kemudian kesimpulan. Aktivitas yang dilakukan dalam analisis data ini adalah pengumpulan data (data collection), reduksi data (data reduction), penyajian data (data display), dan penarikan kesimpulan (conclusion drawing/verification).

Dalam melakukan penelitian kualitatif, dibutuhkan sebuah keabsahan data agar tidak muncul keraguan bagi pembaca. Untuk mendapatkan data yang benar dan sah maka dapat dilakukan triangulasi. Triangulasi adalah cara yang dilakukan guna menghilangkan keraguan mengenai perisetan atau penelitian yang telah dilakukan dengan merangkum berbagai penelitian dari sumber yang berbeda. Sugiyono (2015) memaparkan bahwa triangulasi data merupakan teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan berbagai data dari sumber yang berbeda. Triangulasi dilakukan bukan hanya untuk mengecek keabsahan data, namun dapat juga dilakukan untuk memperkaya data. Tujuan dari triangulasi ialah mengecek keabsahan informasi atau data dari berbagai sudut pandang yang berbeda-beda terhadap apa yang dilakukan oleh peneliti, dilakukan dengan sebanyak mungkin mengurangi makna ganda atau ketidakjelasan ketika data dikumpulkan dan dianalisis. Penelitian ini menggunakan triangulasi sumber, tujuannya agar mendapatkan informasi dari beberapa informan sehingga mendapatkan perbedaan perspektif.

Metode Penelitian

Metode penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah metode kualitatif. Kirk & Miller (1986) memaparkan mengenai penelitian kualitatif, merupakan tradisi dalam ilmu pengetahuan sosial yang berdasarkan pada pengamatan terhadap peristiwa maupun kawasan manusia. Penelitian kualitatif merupakan metode pengumpulan data dalam latar alamiah dengan tujuan memaknai sebuah fenomena yang terjadi. Dalam hal ini, peneliti merupakan instrumen kunci. Tujuan dari penelitian kualitatif adalah menjelaskan dan memahami secara mendalam mengenai fenomena sosial dengan melihat perspektif individu yang terlibat dalam fenomena, pengalaman, interaksi, proses sosial serta dinamika yang hadir dalam fenomena tersebut (Creswell, 2014). Pengambilan sample dilakukan dengan purposive sampling terhadap 3 tahanan pendamping usia dewasa dengan kasus pencurian.

Dalam penelitian ini, dilakukan penelitian studi deskriptif. Penelitian studi deskriptif yaitu suatu rumusan masalah yang mengarahkan penelitian untuk mengeksplorasi atau gambaran situasi sosial yang akan diteliti secara mendalam, luas dan menyeluruh. Rukajat (2018) berpendapat, penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha menggambarkan fenomena yang terjadi secara realistik, nyata dan kekinian, karena penelitian ini terdiri dari membuat uraian, gambar atau lukisan secara sistematis, faktual dan tepat mengenai fakta, ciri dan hubungan antara fenomena yang dipelajari. Dalam penelitian deskriptif dijabarkan mengenai masalah-masalah yang ada dalam lingkup masyarakat, selain itu situasi tertentu dan tata cara yang berlaku dalam lingkup masyarakat dijelaskan didalamnya, antara lain sikap-sikap, hubungan, kegiatan-kegiatan, proses-proses, sikap-sikap maupun pengaruh sebuah fenomena terhadap masyarakat. Tujuan dari penelitian studi deskriptif ialah membuat gambaran secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta dan sifat populasi atau daerah tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk mendapat gambaran dan informasi yang lebih jelas, lengkap, serta memungkinkan dan mudah bagi peneliti untuk melakukan penelitian observasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan metode studi deskriptif dengan tujuan mendeskripsikan kecemasan yang dialami narapidana menjelang bebas masa tahanan. Temuan yang terdapat dalam penelitian ini merupakan jawaban atas pertanyaan yang ada pada rumusan masalah dalam BAB I, berikut merupakan pemaparan mengenai temuan penelitian. Ruang lingkup penelitian merupakan tempat dilaksanakannya penelitian, yaitu di Rumah Tahanan Kelas IIB Kota Serang, Serang berlokasi di jalan Mayor Syafe'i No.118, Kecamatan Serang, Kelurahan Kota Baru, Kota Serang Provinsi Banten, memiliki luas area 13.998M² serta memiliki kapasitas 274 orang.

Temuan Penelitian

Aspek Kecemasan Yang Muncul Pada Narapidana Menjelang Bebas Masa Tahanan

a. Aspek Kognitif

1. Cemas terhadap penilaian negatif orang lain terhadap dirinya

Hasil dari wawancara yang dilakukan oleh peneliti di Rutan Kelas IIB Kota Serang terhadap subjek menunjukkan, terdapat narapidana yang merasa cemas terhadap penilaian orang lain pada dirinya. Hasil identifikasi dari wawancara dengan ketiga subjek menghasilkan pernyataan yang berbeda, wawancara dengan subjek I pada 21 Agustus 2024 menunjukkan adanya kekhawatirannya atas pandangan masyarakat sekitar mengenai penilaian negatif terhadap dirinya (SBS_87). Sejalan dengan rasa kekhawatiran yang subjek I alami, subjek III juga mengemukakan ketakutannya dalam wawancara yang dilaksanakan pada 7 Oktober 2024, ketakutan akan cap buruk dari masyarakat yang dirinya rasakan timbul akibat perbuatannya serta statusnya sebagai mantan narapidana (RP_99).

Berbeda dengan pernyataan subjek I dan subjek III, subjek II tidak merasakan adanya kekhawatiran atas pandangan masyarakat terhadap dirinya. Dari hasil wawancara dengan subjek II pada 21 Agustus 2024, dirinya menyatakan bahwa tidak perlu memikirkan pandangan dari orang lain dan hanya akan mengabaikannya saja. Subjek II menegaskan bahwa fokus memperbaiki diri ke arah yang lebih baik merupakan tujuannya ketika bebas masa tahanan nanti (KM_97).

Selain rasa khawatir yang subjek I dan subjek III rasakan, dalam wawancara pada 21 Agustus 2024 subjek I juga menyatakan bahwa timbul rasa malu dalam dirinya saat membandingkan kondisi hidupnya yang menyandang status sebagai narapidana, membandingkan dengan kehidupan saudara-saudaranya yang lebih baik dari dirinya. Subjek I merasa bahwa hanya dirinya yang tidak memiliki kehidupan yang baik. Selain itu, dalam kesiapan menghadapi lingkungan masyarakat, subjek III mengemukakan adanya kecanggungan yang dirinya rasakan akibat ketakutannya akan penilaian atau label negatif dari masyarakat (RP_99).

2. Menurunnya konsentrasi, sulit memusatkan perhatian, sulit dan ragu dalam menyelesaikan masalah.

Hasil identifikasi dari wawancara dengan ketiga subjek mengenai berpengaruh tidaknya rasa cemas yang mereka alami terhadap kesulitan menjalani sisa waktu penahanan, baik subjek I, subjek II, maupun subjek III menyatakan hal yang sama. Subjek I mengemukakan, cemas yang dirinya rasakan berkaitan dengan pekerjaan yang akan ditempuhnya setelah bebas masa tahanan, memikirkan modal usaha merupakan topik utama yang menyelimuti rasa cemasnya (SBS_87). Subjek II menyatakan bahwa waktu yang mereka jalani terasa lebih lama setelah mengetahui tanggal pembebasan (KM_97).

Sejalan dengan pernyataan subjek II, dalam wawancara 7 Oktober 2024 subjek III mengemukakan rasa cemas yang dirasakan mengakibatkan dirinya terjaga di malam hari. Akibat terus memikirkan hal apa yang akan terjadi setelah bebas masa tahanan sehingga menimbulkan rasa cemas, subjek III mengalami kesulitan tidur di malam hari.

Berkaitan dengan rasa cemas yang timbul dalam diri subjek mengenai sulitnya menjalani sisa waktu penahanan berpengaruh dalam permasalahan menurunnya konsentrasi. Hasil identifikasi wawancara pada ketiga subjek, didapati adanya penurunan konsentrasi dalam diri mereka ataupun sering termenung. Pada wawancara 21 Agustus 2024, subjek I menyatakan bahwa dirinya sering kehilangan konsentrasi maupun termenung (SBS_87). Sejalan dengan pernyataan subjek I, subjek II menyatakan bahwa rasa cemas muncul pada dirinya hampir setiap malam, hal tersebut mengakibatkan dirinya sering termenung dan melamun karena ingin segera menyelesaikan masa tahanannya. Sejalan dengan pernyataan subjek I dan subjek II, subjek III juga sering termenung apabila memikirkan waktu bebasnya. Subjek III menjelaskan termenung yang dirinya alami muncul ketika sedang terduduk santai maupun setelah lelah bekerja.

Namun dalam hal menyelesaikan sebuah permasalahan, ketiga subjek menyatakan tidak adanya kesulitan sebab tidak pernah ada masalah yang serius atau sulit diselesaikan selama menetap di Rutan. Berikut pemaparan dari pernyataan subjek.

b. Aspek Fisiologis

1. Meningkatnya denyut jantung, ketegangan otot, lemas, sulit tidur serta kondisi fisik lainnya



Hasil dari wawancara pada 21 Agustus 2024 yang dilakukan oleh peneliti di Rutan Kelas IIB Kota Serang mengenai aspek fisiologis, ketiga subjek mengemukakan adanya kesulitan untuk tidur di malam hari. Sulit tidur berkaitan dengan aspek kognitif. Hal tersebut mulai muncul setelah mereka mengetahui tanggal bebas masa tahanan yang sudah petugas informasikan.

Berdasarkan hasil triangulasi sumber dari informan tambahan II yang merupakan teman satu kamar dari ketiga subjek, mengenai sulit tidur, informan II tidak mendapatkan ketiga subjek mengalami kesulitan tidur di malam hari. Menurut pendapat informan II ketiga subjek yang merupakan Tamping dengan banyak kegiatan sejak pagi hari, akan merasa lelah ketika malam tiba. Menurut pendapat informan II hal tersebut membuat ketiga subjek tidak akan kesulitan tidur karena sudah lelah setelah bekerja sehari penuh. Dirinya juga tidak pernah mendapati satupun dari ketiga subjek yang terjaga di malam hari.

Dalam pernyataan tubuh menjadi lemas, ketiga subjek menyatakan bahwa muncul rasa lemas yang mereka rasakan. Namun ketiganya memiliki perbedaan penyebab dari rasa lemas yang timbul. Berikut pernyataan dari ketiga subjek. Gejala lain dari aspek fisiologis timbul pada salah satu subjek yaitu subjek III. Dirinya merasakan timbulnya gangguan keseimbangan berupa sakit kepala atau pusing. Dalam aspek fisiologis, denyut jantung meningkat merupakan salah satu gejalanya. Dari ketiga subjek, hanya satu subjek yang merasakannya. Denyut jantung meningkat, hal tersebut timbul setelah subjek memikirkan kedua orangtuanya.

c. Aspek Afektif

1. Merasa gelisah, gugup, tegang atau mudah tersinggung

Berdasarkan hasil dari wawancara yang dilakukan oleh peneliti di Rutan Kelas IIB Kota Serang yang berkaitan dengan aspek afektif yaitu timbul rasa gelisah, gugup maupun mudah tersinggung. Ketiga subjek mengemukakan pernyataan yang sama, yaitu gugup dan gelisah timbul dalam diri mereka menjelang masa bebas. Subjek II menyatakan rasa gelisah memang biasa timbul dalam diri narapidana ketika mereka akan segera bebas dari masa tahanan. Menurut subjek I, rasa gelisah yang timbul berpengaruh pada kesulitan untuk tidur di malam hari. Subjek III menyatakan, rasa gelisah yang dialaminya berkaitan dengan pekerjaan.

d. Aspek Perilaku

1. Respon mencari perlindungan

Berdasarkan hasil dari wawancara yang dilakukan oleh peneliti di Rutan Kelas IIB Kota Serang, pertanyaan yang berkaitan dengan aspek perilaku yaitu respon mencari perlindungan dengan meminta bantuan kepada narapidana lain dengan bercerita atau meminta solusi, subjek I menyatakan dirinya tidak pernah meminta bantuan dalam bentuk meminta solusi mengenai permasalahan yang sedang dialami. Dirinya lebih memilih untuk memendam kesulitan yang dialaminya tanpa bercerita atau meminta solusi.

Dari hasil wawancara dengan subjek II dan subjek III mengenai respon mencari perlindungan dengan meminta bantuan kepada narapidana lain dengan bercerita atau meminta solusi, keduanya menyatakan pernah meminta bantuan dengan cara mengobrol, bercerita atau meminta solusi. Subjek II dan subjek III juga menyatakan bahwa solusi yang diberikan kepada narapidana lain sangat membantu mereka mengatasi kesulitan yang sedang dihadapi. Selain meminta bantuan pada narapidana lain, subjek II juga pernah melakukan konseling dengan petugas konseling dari universitas luar yang disediakan oleh pihak rutan. Dirinya menyatakan sangat terbantu dan merasa lega setelah mengikuti konseling tersebut

2. Penghindaran terhadap situasi yang mengancam

Berdasarkan hasil dari wawancara yang dilakukan oleh peneliti di Rutan Kelas IIB Kota Serang, pertanyaan yang menunjukkan penghindaran terhadap situasi yang mengancam yaitu menghindari kegiatan yang biasa dilakukan di rutan yaitu membaur dengan petugas dan narapidana lain, ketiga subjek menyatakan tidak melakukan penghindaran. Ketiganya tetap mengikuti semua kegiatan yang berlangsung di rutan.

Pernyataan mengenai penghindaran terhadap situasi yang mengancam juga dapat timbul dari keluarga. Pertanyaan mengenai apakah pernah menolak dijenguk oleh pihak keluarga, secara tegas ketiga subjek menyatakan bahwa tidak pernah menolak dijenguk. Hal tersebut menunjukkan bahwa keluarga tidak mengancam diri subjek dalam aspek perilaku.

3. Kesulitan berbicara atau banyak diam

Berdasarkan hasil dari wawancara yang dilakukan oleh peneliti di Rutan Kelas IIB Kota Serang, pernyataan mengenai aspek perilaku yaitu apakah ada kesulitan dalam berbicara dengan warga rutan ataupun sebaliknya. Dalam pernyataan kesulitan berbicara atau berbincang dengan narapidana lain, ketiga subjek menyatakan tidak mengalami kesulitan dalam hal tersebut. Namun kesulitan berbicara terjadi bukan hanya kepada narapidana lain saja, terdapat subjek yang merasa kesulitan berbicara dengan petugas rutan. Subjek I menyatakan bahwa dirinya terkadang merasa gugup ketika berbicara dengan petugas rutan. Namun subjek II dan subjek III tidak menunjukkan adanya kesulitan dalam berbicara dengan petugas rutan.

Selain kesulitan berbincang dengan narapidana maupun dengan petugas rutan, pertanyaan mengenai lebih sering berbincang atau lebih banyak diam ditemukan hasil bahwa dua subjek yaitu subjek I dan subjek II menyatakan lebih banyak berbincang dengan narapidana lain. Berbeda dengan subjek III menyatakan dirinya lebih banyak diam dan jarang turut serta dalam obrolan dengan narapidana lain.

Dalam hal berbincang dengan petugas rutan, muncul pernyataan berbeda dari ketiga subjek. Subjek I mengemukakan bahwa dirinya sering berbincang dengan petugas rutan mengenai hobi yang dirinya miliki. Subjek II mengemukakan bahwa dirinya tidak sering berbincang dengan petugas rutan dan hanya berbincang jika memerlukan sesuatu untuk ditanyakan. Kemudian untuk subjek III dirinya menyatakan lebih banyak diam dan menghindari obrolan pada narapidana lain juga pada petugas rutan. Pernyataan tersebut didukung oleh pernyataan dari informan pendukung yang menyatakan bahwa subjek III (RP_99) merupakan pribadi yang pendiam dan jarang berinteraksi.

Pembahasan

Kecemasan yang timbul pada seorang narapidana diakibatkan adanya keinginan (id) yang memiliki sifat agresif untuk segera bebas dari tahanan dan ingin diterima oleh lingkungan masyarakat serta keluarga. Dalam mencapai suatu keinginan (id) terdapat sesuatu yang mengancam yaitu kenyataan (superego) yang muncul di masyarakat, kenyataan atau superego tersebut berupa pandangan atau stigma negatif yang melekat pada mantan narapidana dari kacamata masyarakat. Hal ini menimbulkan konflik emosional sehingga menimbulkan kecemasan menjelang bebas masa tahanan pada diri seorang narapidana.

Menjelang bebas masa tahanan, terdapat perbedaan rasa cemas yang timbul pada diri setiap subjek. Dalam setiap aspek terkait kecemasan yang timbul pada narapidana menjelang bebas masa tahanan, perbedaan latar belakang maupun pengalaman yang dialami setiap subjek sangat berpengaruh pada rasa cemas yang muncul dalam diri setiap subjek. Dari hasil penelitian, peneliti menemukan adanya rasa cemas yang timbul pada ketiga subjek sesuai dengan aspek kecemasan menurut Clark dan Beck.

a. Aspek Kognitif

Individu akan mengalami kecemasan apabila ia tidak mampu mengatasi konflik antara id dan superego. Apabila dalam diri seorang narapidana terdapat konflik antar dua elemen kepribadian dan terus meningkat tanpa bisa mengatasinya, maka interpersonal dalam diri seorang narapidana akan terganggu, kemudian muncul rasa penolakan yang menimbulkan pemikiran negatif mengenai dirinya. Hal ini akan berpengaruh pada konsep diri seorang narapidana dan ia akan memiliki perasaan mendapat pandangan negatif serta merasa dikucilkan oleh masyarakat. Kecenderungan label negatif yang diberikan masyarakat pada mantan narapidana menyebabkan kecemasan dirasakan oleh narapidana menjelang bebas masa tahanan.

Rasa cemas yang dialami oleh narapidana di Rutan Kelas IIB Kota Serang ditunjukkan dengan timbulnya kekhawatiran mengenai pendapat maupun pandangan orang lain terhadap diri mereka. Label negatif yang diberikan oleh masyarakat akan status mereka sebagai narapidana menjadi ancaman bagi mereka menjelang waktu bebas yang akan datang. Diikuti rasa malu yang menggeluti perasaan narapidana menjelang bebas, subjek membandingkan dirinya dengan anggota keluarga lain. Malu akibat berkelakuan tidak sebaik saudara lainnya dan tidak memiliki hidup yang baik. Selain itu subjek juga menyatakan timbulnya pemikiran bahwa kembali ke masyarakat akan merasa canggung, diikuti oleh label negatif yang akan melekat pada dirinya.

Pada fungsi kognitif, kecemasan yang dialami seseorang akan mendorong fokus yang dapat melumpuhkan pemikiran ke arah kejadian negatif dalam hidup, hal ini dapat menyebabkan kesulitan berkonsentrasi, kemudian akan menimbulkan permasalahan baru dalam lingkungan sosial maupun lingkungan kerja. Cemas yang dialami oleh subjek muncul akibat kekhawatirannya akan tidak mendapat pekerjaan yang layak, takut tidak mendapat modal untuk usaha. Lebih jelasnya lagi, subjek mengemukakan bahwa rasa cemas terus menyelimuti sejak mengetahui waktu bebas akan segera tiba, subjek merasa bahwa waktu lebih lama untuk dijalani.

Penurunan konsentrasi terjadi akibat kalutnya rasa cemas yang terus memenuhi pikiran subjek. Termenung merupakan hasil dari mudahnya kehilangan konsentrasi akibat cemas memikirkan kondisi hidupnya setelah bebas. Rasa cemas yang dirasakan seseorang akan berpengaruh pada penyelesaian sebuah masalah. Jalan keluar tidak terpikirkan apabila sedang merasa cemas, karena pemikiran yang sudah dipenuhi hal diluar kendali mereka. Untuk subjek di Rutan Kelas IIB Kota Serang tidak mengalami kesulitan dalam pemecahan masalah, alasannya mereka tidak memiliki masalah yang serius.

b. Aspek Fisiologis

Aspek fisiologis dari kecemasan, Clark dan Beck (2012) mengemukakan bentuk dari aspek kecemasan fisiologis atau fisik ini saat seseorang sedang mengalaminya akan terjadi secara spontan dan tidak sadar atau tidak direncanakan (psikosomatis), maka orang lain juga dapat melihat langsung perubahan kondisi fisiknya. Kecemasan fisiologis ini berkaitan dengan sistem saraf yaitu pengendali kelenjar dalam tubuh serta berbagai otot. Aspek kecemasan fisiologis dapat dilihat dari perubahan fisik seseorang yaitu pernafasan

menjadi cepat, tubuh menjadi lemas, detak jantung meningkat, nafas sesak, serta gemetar pada bagian tubuh, mengakibatkan kesulitan tidur untuk seseorang yang mengalaminya.

Aspek fisiologis yang dialami oleh subjek di Rutan Kelas IIB Kota Serang ditunjukkan dengan keadaan kondisi fisik yang melemah. Hal tersebut diakibatkan karena sulit tidur maupun terlalu sering terjaga di malam hari. Kesulitan tidur berpotensi membuat tubuh kurang sehat ketika bangun dipagi hari. Selain itu, subjek mengemukakan bahwa sakit kepala atau pusing juga timbul akibat sulit tidur di malam hari. Gejala lain seperti denyut jantung meningkat juga dialami oleh subjek, hal tersebut timbul ketika subjek mengkhawatirkan kondisi orangtua di rumah.

c. Aspek Afektif

Aspek afektif dalam kecemasan digambarkan pada keadaan seseorang dalam menghadapi sebuah kondisi yang tidak sesuai dengan keinginan dirinya, seseorang akan merasa mudah tersinggung, gugup maupun gelisah. Hal ini dapat menyebabkan perselisihan dengan orang lain. Apabila seseorang yang merasa cemas kemudian menemukan suatu kondisi yang mengganggu dirinya, maka dirinya akan mudah tersinggung. Terlebih apabila bersinggungan langsung mengenai dirinya. Kekhawatiran berlebih juga merupakan aspek afektif dalam kecemasan.

Rasa gelisah yang dialami oleh subjek di Rutan Kelas IIB Kota Serang timbul sejak mendapatkan informasi waktu pembebasannya. Subjek lainnya berpendapat bahwa gelisah memang selalu terjadi pada narapidana menjelang bebas tahanan. Penyebabnya adalah ketakutan untuk menghadapi lingkungan di luar Rutan. Hal tersebut juga didukung oleh pendapat informan pendukung, bahwa rasa gelisah timbul karena rasa takut membawa sifat negatif dari dalam rutan ke dunia luar. Subjek juga mengemukakan bahwa rasa gelisah berpengaruh besar pada sulitnya tidur di malam hari. Selain itu gelisah yang dirasakan subjek berkaitan dengan pekerjaan yang akan dijalani di luar rutan, gelisah tidak mendapat pekerjaan yang diinginkan maupun takut tidak mendapat modal usaha.

d. Aspek Perilaku

Kecemasan pada aspek perilaku digambarkan sebagai respon verbal seseorang terhadap sebuah situasi. Bentuk dari aspek ini adalah respon mencari perlindungan, penghindaran terhadap situasi yang mengancam diri seseorang, serta perubahan intensitas dalam berbincang dengan orang lain. Respon mencari perlindungan yang muncul pada seseorang yang mengalami kecemasan, yaitu meminta bantuan pada orang lain untuk mendapat solusi mengenai permasalahan yang sedang dialami, selain itu bercerita atau bercengkrama untuk meluapkan pikiran juga termasuk di dalamnya. Dua dari tiga subjek yang terdapat di Rutan Kelas IIB Kota Serang tidak mencari perlindungan dengan meluapkan pikirannya kepada narapidana lain. Sebab, mereka memilih untuk memendam perasaan atau masalah yang mereka hadapi.

Berbeda dengan dua subjek yang lain, satu subjek mencari bantuan dengan meminta solusi maupun bercerita terkait permasalahan yang sedang dihadapi. Selain itu, subjek tersebut juga mengikuti konseling individu yang disediakan oleh pihak rutan. Subjek merasa terbantu dan merasa lebih baik setelah mengikuti konseling sebanyak dua kali pertemuan. Dua subjek lain mengemukakan, dibandingkan untuk meluapkan isi pikiran, mereka berbincang dengan narapidana lain hanya seputar obrolan ringan, yaitu pembahasan mengenai hobby atau pekerjaan sebelumnya yang mereka jalani.

Dalam aspek perilaku berupa menghindari situasi mengancam dengan tujuan bentuk mempertahankan diri. Hal dapat mengganggu kegiatan bersosial maupun berhubungan dengan orang lain. Bentuk penghindaran yang terjadi di rutan adalah menghindari kegiatan yang melibatkan banyak orang, menghindari aktivitas dengan petugas maupun narapidana lain. Dari hasil wawancara, subjek tidak melakukan penghindaran dengan warga rutan. Selain dengan warga rutan, penghindaran juga dapat terjadi pada keluarga, berbentuk penolakan saat dijenguk. Subjek tidak melakukan hal tersebut karena bertemu dengan keluarga membuat perasaan mereka lebih baik sehingga tidak adanya perasaan terancam yang datang dari keluarga.

Aspek perilaku berupa perubahan intensitas dalam berbincang dengan orang lain bergantung pada sifat bawaan subjek. Penelitian yang dilakukan di Rutan Kelas IIB Kota Serang, subjek tidak menunjukkan adanya kesulitan dalam berbincang dengan narapidana lain. Kesulitan berbicara juga dapat terjadi ketika menghadapi petugas rutan atau staff lainnya. Subjek menyatakan mengalami rasa gugup ketika diharuskan berbincang dengan petugas rutan. Dalam intensitas sering atau tidaknya berbincang dengan warga rutan baik petugas maupun narapidana lain hasilnya bergantung pada sifat bawaan subjek. Subjek I sering berbincang dengan warga rutan dibandingkan diam. Subjek II hanya berbincang jika membutuhkan sesuatu untuk ditanyakan, sedangkan subjek III menyatakan dirinya lebih banyak diam dan tidak mengikuti obrolan. Pernyataan tersebut ditegaskan oleh informan pendukung yang mengemukakan bahwa subjek tersebut memang pendiam dan hanya berbincang dengan teman dekat saja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengumpulan data serta analisis yang telah dilakukan, diperoleh kesimpulan bahwa narapidana yang akan segera menyelesaikan masa tahanannya merasakan cemas berupa khawatir atau gugup. Narapidana merasa cemas atas pandangan serta label negatif orang lain terhadap dirinya, rasa malu juga timbul pada diri subjek. Narapidana yang akan bebas masa tahanan sering termenung, pekejaan yang akan dilakukan setelah bebas yang menyebabkan narapidana sering melamun. Selain itu narapidana juga mengalami kesulitan tidur akibat terlalu sering termenung, kesulitan tidur terjadi hampir setiap malam. Narapidana yang akan segera menyelesaikan masa tahanan juga mengalami peningkatan denyut jantung serta sakit kepala, denyut jantung meningkat karena memikirkan orangtua. Narapidana juga merasa gugup dan gelisah. Kegelisahan timbul akibat ketidaksabaran untuk segera keluar dari rutan.

Narapidana yang mengalami kecemasan akan memunculkan respon mencari pertolongan, dengan bentuk bercerita atau meminta solusi. Narapidana akan saling bercerita satu sama lain atau bercerita dengan petugas rutan. Adapun narapidana yang melakukan konseling untuk mengurangi rasa cemasnya. Penghindaran dalam situasi mengancam tidak tampak pada diri subjek narapidana. dalam hal intensitas berbicara, terdapat narapidana yang aktif dalam pembicaraan maupun yang pendiam dan tidak mengikuti obrolan. Pemberian motivasi agar tetap semangat menjalani kehidupan rutin petugas berikan agar narapidana tidak patah semangat dan tetap akan memperjuangkan hidupnya setelah bebas nantinya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT atas nikmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan jurnal dengan judul "Profil Kecemasan Narapidana Menjelang Bebas Masa Tahanan dari Rutan Kelas IIB Kota Serang". Peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah mendukung terlaksananya penelitian ini, kepada orangtua, kakak, bapak/ibu dosen, serta teman-teman yang telah banyak membantu dan memberikan motivasi kepada peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: CV Jejak.
- Ardiansyah, Rishita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif. *Jurnal Pendidikan Islam*, 3.
- Back, T. J., Bakke, L., & Cuppy, D. (2-18). *Anxiety Reduction Among Washington County Jail Inmates: a Community Service Project*. Bethel University: Spark Repository.
- Dugdale, W. J. (2020). *Interprofessional collaborative practice in the Norwegian prison system: A case study exploration of front-line professionals at two transitional residences reintegrating inmates back into society*. Boumemoth University.
- Ekajaya, D. S., & Jufriadi. (2019). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Narapidana Menjelang Bebas di Lembaga Perasyarakatan Kelas IIA Muaro Padang. *Jurnal Psyche*.
- Habsy, B. A., Mufidha, N., Shelomita, C., Rahayu, I., & Muckorobin, M. I. (2023). *Filsafat Dasar dalam Konseling Psikoanalisis : Studi Literatur*. *Indonesian Journal Of Educational Counseling*.
- Harfiani, R., Mavianti, & Setiawan, H. (2021). Model Manajemen Pembelajaran pada Masa Pandemi. p. 486.
- Hasan, S. W. (2022). Gambaran Kecemasan Menjelang Bebas Pada Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Makassar.
- Mulyati, H., Fitri, S., & Akbar, Z. (2020). Pelatihan Keterampilan Sosial Untuk Mengatasi Kecemasan Sosial Pada Anak Menjelang Bebas di Lpka. *Jurnal Edukasi, Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6, 61.
- Noviandri, R. A. (2021, Juni 8). *Tugas Pokok dan Fungsi*. Retrieved from Rumah Tahanan Negara Kelas I Jakarta Pusat: <https://www.rutanjakpus.id/tugas-pokok-dan-fungsi/>
- Nugraha, A. D. (2020). Memahami Kecemasan : Perspektif Psikologi Islam. *Jurnal of Islamic Psychology*, 2-10.
- Pangesthi, F. H. (2022). Kecemasan Narapidana Menjelang Bebas Dari Tahanan.
- Pramessti, G. A., Hernika, B., & Kurniawan, E. D. (2023). Analisis Id, Ego, Super Ego Pada Tokoh Tania Dalam Novel Ananta Prahadi Karya Risa Saraswati. *Jurnal Humaniora dan Teknologi*.
- Rachmawati, I. N. (2007). Pengumpulan Data Dalam Penelitian Kualitatif: Wawancara. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 35.
- Rijali, A. (2018). Analisis Data Kualitatif. *Jurnal Alhadharah*, 84.
- Rohayati, N. (2018). Gangguan Kepribadian Pada Narapidana Studi Kasus Narapidana Pencurian di Lapas Sukamiskin Bandung. *Jurnal Psikologi*.
- Rusydi, Y. (2021). Pengawasan Terhadap Pemenuhan Hak Narapidana di Rumah Tahanan Negara Kelas 1 A Pakjo Palembang. *Jurnal Hukum*, 233.
- Susanto, D., Rishita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Dalam Penelitian Ilmiah. *Jurnal Pendidikan, Sosial & Humaniora*.