

**SELF ACCEPTANCE DAN SIGNIFICANT OTHER  
SEBAGAI SUMBERDAYA PSIKOSOSIAL  
RESILIENSI NARAPIDANA PEREMPUAN DENGAN  
HUKUMAN SEUMUR HIDUP**

**Imaduddin Hamzah**  
Politeknik Ilmu Pemasarakatan

**Fadhila Hasna Kumalasari**  
Balai Pemasarakatan Klas. I Makassar

Journal of Correctional Issues  
2018, Vol.1 (1), 90-103  
Politeknik Ilmu  
Pemasarakatan

Review  
14 Maret 2018

Accepted  
28 Juni 2018

**Abstract**

Punishment while in prison places individuals in a limited environment and experiences pressure. Conditions of pressure can be felt even higher when inmates experience a life sentence. This study aims to explore the factors of resilience of female prisoners with life sentences. Research using semi-structured interviews of five female inmates at the Women Correctional Institution, Malang punished with life imprisonment. Data were analyzed with a qualitative interpretative phenomenological analysis approach. The results of the study conclude that the factors that make female prisoners resilient to life sentences are self- acceptance and significant other.

**Keywords :**

*self-acceptance, significant other, resilience, life sentence*

**Abstrak**

Hukuman penjara sementara menempatkan individu dalam lingkungan yang terbatas dan mengalami tekanan. Kondisi tekanan dapat dirasakan semakin tinggi ketika narapidana mengalami hukuman seumur hidup. Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi faktor-faktor resiliensi narapidana perempuan dengan hukuman seumur hidup. Penelitian menggunakan wawancara semi-terstruktur terhadap lima orang narapidana perempuan di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Malang yang divonis hukuman seumur hidup. Data dianalisis dengan pendekatan kualitatif interpretative phenomenological analysis. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa faktor yang membuat narapidana perempuan resilien terhadap hukuman seumur hidup adalah *self-acceptance* dan *significant other*.

**Kata kunci :**

*self-acceptance, significant other, resiliensi, hukuman seumur hidup.*

## Pendahuluan

Sejumlah kasus peredaran narkoba di Indonesia melibatkan perempuan sebagai perantara atau pembawa narkoba, khususnya peredaran narkoba yang masuk dari luar negeri ke Indonesia. Para perempuan yang tertangkap dan divonis terlibat dihukum, mulai dalam waktu tertentu sampai penjatuhan hukuman mati. Pasal 12 ayat (1) pada Kitab Undang-undang Hukum Pidana membagi pidana penjara terdiri atas seumur hidup atau selama waktu tertentu. Yang dimaksud pidana penjara diberikan selama waktu tertentu sekali-kali tidak boleh melebihi dua puluh tahun (Pasal 12 ayat (4)). Pernyataan pasal ditafsirkan sejumlah ahli bahwa narapidana yang dihukum seumur hidup akan menjalani masa hukuman sampai meninggal atau sesuai usia saat dirinya diputuskan bersalah. Peraturan sistem masyarakatan memang memberikan hak pembinaan masyarakatan kepada narapidana seumur hidup, namun ia tidak berhak mendapatkan cuti mengunjungi keluarga dan asimilasi.

Tiga tahun terakhir (2015-2017) jumlah narapidana dan tahanan perempuan menunjukkan kecenderungan yang meningkat.

**Tabel 1** Jumlah tahanan dan narapidana perempuan dewasa tahun 2015-2017

Tahun	Jumlah
2015	9.533
2016	11.069
2017	12.645

<http://smslap.ditjenpas.go.id/>

Berdasarkan peraturan tentang narapidana dengan hukuman seumur hidup tersebut, maka ruang gerak kehidupan narapidana tersebut lebih

terbatas dibandingkan narapidana dengan hukuman sementara. Narapidana memiliki peluang yang sangat kecil (jika tidak dapat dikatakan tidak punya peluang) untuk dapat hidup bebas di luar penjara. Keadaan ini merupakan gambaran situasi yang menimbulkan tekanan bagi narapidana. Martin dan Griffin (2007) mengatakan bahwa terpenjara adalah suatu peristiwa hidup yang dapat menyebabkan stres bahkan dapat beresiko mengalami depresi. Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi faktor psikososial yang berperan terhadap resiliensi narapidana perempuan dengan hukuman seumur.

Mansoor, dkk (2015), menemukan bahwa beberapa studi di bidang manajemen stres yang menunjukkan bahwa stres sangat tinggi di antara populasi penjara. Meski, di Indonesia belum pernah dilakukan penelitian terkait kesehatan mental narapidana selama di Lembaga Masyarakat dan rumah tahanan, namun survei sejumlah negara memperlihatkan narapidana mengalami masalah kesehatan mental. Menurut studi Treatment Advocacy Center (2016) di penjara Amerika Serikat, ditemukan sekitar 20% dari narapidana di tahanan dan 15% dari narapidana di penjara negara ini diperkirakan memiliki penyakit mental yang serius, yang berarti sekitar 383.000 orang dengan gangguan kejiwaan yang berat. Bahkan Pada 2016, The Prisons and Probation Ombudsman menemukan bahwa 70% dari narapidana yang telah melakukan bunuh diri antara tahun 2012 dan 2014 telah diidentifikasi memiliki kebutuhan perawatan kesehatan mental.

Laporan the National Audit Office (NAO) menyatakan bunuh diri dan upaya menyakiti diri sendiri lebih umum terjadi

di penjara daripada di masyarakat, dan masalah sosial dan personal yang kompleks seperti penyalahgunaan zat atau trauma lebih banyak terjadi di antara populasi tahanan. Penjara dapat memperburuk masalah kesehatan mental melalui pemisahan dari keluarga dan teman, kebosanan dan kehilangan otonomi (NAO, 2017). Penelitian Sinha (2010), mengungkapkan hubungan yang signifikan antara penyesuaian dan masalah kesehatan mental di tahanan penjara, yakni ditemukannya narapidana penyesuaian yang buruk dalam aspek sosial dan emosional ketika diukur menggunakan *adjustment scale*.

Stres dan masalah kesehatan mental narapidana selama menjalani hukuman di penjara ternyata lebih besar terjadi pada narapidana perempuan. Temuan penelitian dengan analisis perbandingan yang dilakukan Ahmad dan

Nurul (2014) menunjukkan bahwa stres dan depresi secara signifikan lebih tinggi pada narapidana perempuan daripada di narapidana laki-laki. Narapidana wanita sangat membutuhkan layanan kesehatan mental, karena lebih cenderung melaporkan gejala kecemasan yang signifikan secara klinis, gambaran kepribadian *borderline*, perhatian terhadap somatik dan gejala terkait trauma (Amy, Drapalski, Kerstin, Jeff. &

June, 2009). Kesimpulan ini didukung Constantino, Simone dan Liana (2016) yang menemukan hubungan antara kesehatan mental dan pemenjaraan di negara bagian Rio de Janeiro dan menunjukkan stres yang dialami para tahanan pria (35,8%) dan wanita (57,9%).

Penelitian tentang masalah penyesuaian dan kesehatan mental narapidana perempuan telah cukup banyak dilakukan, namun karakteristik narapidana umumnya dalam status hukuman sementara (Triana &

Abdurrohim, 2009; Fajarani & Ariani, 2017; Welta & Ivan, 2017). Narapidana tipe ini masih memiliki peluang untuk bebas, mendapatkan program pembinaan, dan reintegrasi kembali dengan keluarga dan masyarakat. Sementara narapidana dengan status hukuman pidana seumur hidup akan memiliki makna pengalaman yang berbeda karena pembatasan yang lebih ketat daripada narapidana hukuman sementara. Apalagi Lembaga Pemasyarakatan di Indonesia saat ini, kondisi sesak (*overcrowded*) dan belum memiliki program perlakuan khusus untuk kesehatan mental narapidana hukuman seumur hidup. Sementara terdapat hubungan positif antara kesesakan dan masa hukuman dengan kondisi stres pada narapidana (Welta & Ivan, 2017).

#### Masa Hukuman dan Stres

Elaine (2008) menjelaskan semakin banyak perempuan pelaku tiba di penjara dengan masalah kesehatan mental yang serius, dan mereka cenderung mengalami kesulitan dalam bernegosiasi dengan lingkungan penjara. Adanya viktimisasi pra-penjara, stres penjara, dan dukungan sosial dari anggota keluarga semuanya memiliki efek yang signifikan secara statistik terhadap penyesuaian kehidupan di penjara (Yu-Shu Chen, Yung-Lien Lai, Chien-Yang Lin, 2013). Kondisi ini akan semakin diperparah dengan masa hukuman yang panjang. Penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara lama menjalani masa hukuman dengan kondisi stres narapidana dan, faktor penting dalam memprediksi keadaan kecemasan adalah jumlah waktu tahun selama di penjara. (Triana & Abdurrohim, 2009; Kowalkowska, dkk, 2016;).

Menurut Welta dan Ivan (2017), masa hukuman dapat dimaknai sebagai kondisi mengisolasi, kondisi kehilangan dalam waktu yang lama sesuai masa hukuman yang dipidanakan yang menimbulkan perasaan tertekan, dan terancam. Selama berada di Lembaga Pemasyarakatan, ruang gerak narapidana dibatasi dan mereka terisolasi dari masyarakat. Keadaan seperti ini dapat menjadi stressor yang menyebabkan stres pada narapidana (Triana & Abdurrohman, 2009). Dalam kondisi terisolasi, setiap narapidana akan memiliki kapasitas mengatasi stress yang berbeda. Ditemukan bahwa predikat kecemasan dan depresi dalam kelompok studi adalah tingkat keterampilan coping pribadi dan toleransi emosi negatif.

#### Resiliensi narapidana di penjara

Reivich dan Shatte (2002), mendefinisikan resiliensi sebagai kapasitas individu untuk merespon dengan cara yang sehat dan produktif ketika berhadapan dengan penderitaan atau trauma. Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk berhasil berfungsi kembali atau bangkit kembali dari kesulitan hidup yang signifikan (Werner & Smith, 1982; Levine, 2003; Criss, 2005).

Wagnild membagi resiliensi ke dalam lima karakteristik, yaitu *perseverance*, *equanimity*, *meaningfulness*, *self-reliance*, dan *existential aloneness*. *Perseverance* (ketekunan), sebagai tindakan yang menunjukkan ketekunan meskipun menghadapi kesulitan atau peristiwa yang membuat putus asa, mengandung kerelaan untuk melanjutkan perjuangan demi merekonstruksi kehidupan kembali. *Equanimity* (keseimbangan batin), adalah perspektif kehidupan dan pengalaman yang seimbang, mampu belajar dari

pengalaman semasa hidup dan dapat mengambil hal baru di masa yang akan datang, sehingga mampu merespon secara layak dalam menghadapi kesulitan. *Meaningfulness* merupakan sebuah realisasi bahwa hidup memiliki tujuan sehingga diperlukan usaha untuk mencapai tujuan tersebut. *Self-reliance* (kepercayaan diri) berarti individu mengenali dan mengandalkan kekuatan dan kemampuan pribadi, memandu tindakan mereka dimasa depan, dan mengenal keterbatasan yang mereka miliki. *Existential aloneness* (kesadaran), merupakan kesadaran bahwa terdapat sebagian pengalaman yang bisa dibagi kepada orang lain, namun pada sebagian lain pengalaman tersebut harus dihadapi seorang diri (Wagnild, 2009). Studi Kowalkowska dan kawan-kawan (2016) juga menemukan kaitan resiliensi dengan kepuasan dan depresi, yakni semakin tinggi tingkat resiliensi, semakin tinggi tingkat kepuasan dan tingkat depresi yang lebih rendah.

Konsep ketahanan psikologis sangat penting dalam menganalisis perbedaan dalam kesehatan mental wanita yang dipenjarakan. Ketahanan tinggi memungkinkan untuk memprediksi kondisi mental yang lebih baik, terutama dalam hal intensifikasi yang lebih tinggi dari sifat - toleransi emosi negatif dan kompetensi coping (Kowalkowska, Justyna, Magdalena, Krzysztof, & Marcin, 2016). Afra, Bakhshayesh, dan Yaghoubi (2017) menemukan bahwa toleransi emosi negatif memiliki hubungan yang signifikan dengan kepuasan hidup narapidana wanita, dan menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam kompetensi pribadi, toleransi emosi negatif, penerimaan perubahan positif, dan kepuasan hidup di narapidana wanita dan wanita normal.

Faktor psikososial yang terkait dengan depresi dan / atau resiliensi terhadap stres meliputi emosi positif dan optimisme, humor, fleksibilitas kognitif, gaya eksplanasi kognitif dan *reappraisal*, penerimaan, agama / spiritualitas, altruisme, dukungan sosial, model peran, gaya coping, olahraga, kapasitas untuk pulih dari peristiwa negatif, dan inokulasi stres (Southwick, Meena & Dennis, 2005).

### Metoda

Penelitian ini menggunakan pendekatan menyatakan *Interpretatif Phenomenological analysis* (IPA). Menurut Larkin dan Thompson (2012), IPA memiliki epistemologi fenomenologi interpretatif yang berupaya memahami relasi seseorang dengan dunia, termasuk hal-hal yang penting untuk mereka, melalui makna yang mereka buat. Tujuan IPA adalah untuk mengeksplorasi secara detail bagaimana para peserta memahami dunia pribadi dan sosial mereka, dan fokus utama untuk studi IPA adalah makna pengalaman, peristiwa, dan keadaan tertentu yang dipegang para peserta (Smith & Osborn, 2009).

Penggunaan metode IPA adalah meneliti makna personal dalam konteks untuk memahami perspektif narapidana perempuan terhadap pengalaman menjalani hukuman seumur hidup. IPA dapat mengeksplorasi pada keunikan pengalaman narapidana dengan menggunakan teknik wawancara semi-terstruktur, memberikan perhatian perhatian dan empati terhadap jawaban partisipan. Selain itu studi IPA membutuhkan ukuran sampel yang kecil. Ini adalah kualitas, bukan kuantitas data yang memungkinkan analisis mendalam untuk dikembangkan (Larkin dan Thompson, 2012).

Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kota Malang ini memiliki

Lapas Wanita Kelas IIA Malang berkapasitas 164 orang, dan penghuni Lapas saat ini rata-rata 348 orang yang terdiri dari narapidana dan tahanan. Jumlah narapidana yang memiliki vonis hukuman seumur hidup sebanyak lima orang.

Dalam proses analisis dengan metode IPA, harus dimulai pada tingkat kasus individu, dengan jarak dekat, menganalisis baris demi baris (kalimat) dari klaim pengalaman, kekhawatiran dan pemahaman masing-masing partisipan (Larkin et al., 2006). Analisis dilakukan terhadap penjelasan partisipan, yang dari wawancara semi-terstruktur dan diskusi kelompok terfokus. Analisis dilanjutkan dengan mengembangkan pola-pola makna, dan kemudian dirumuskan dalam bentuk tematik.

### Hasil Penelitian

Jumlah narapidana dan tahanan perempuan di Indonesia yang menunjukkan kecenderungan meningkat, masih didominasi oleh laki-laki. Perbandingan jumlah narapidana dan tahanan laki-laki masih menunjukkan perbedaan yang signifikan, didominasi laki-laki (93.18%) yang dapat dilihat pada tabel 2

**Tabel 2** Perbandingan jumlah tahanan dan narapidana laki-laki dan perempuan dewasa

Status	Laki-laki Dewasa	Perempuan Dewasa
Tahanan	61.180	3.808
Narapidana	152.435	9.359
Jumlah	213.615	13.167
Tahanan & narapidana	<b>93.18 %</b>	<b>5.74 %</b>

<http://smlap.ditjenpas.go.id/> 30 Juni 2018

**Tabel 3** Kegiatan pembinaan partisipan

No	Narapidana	Kegiatan bimker		Kegiatan agama		
		Membuat kue	Merajut	Islam	Kristen	Budha
1.	MO		V		V	
2.	KD	V	V		V	
3.	MH		V			V
4.	NC		V		V	
5.	RA	V		V		

V = mengikuti

Lembaga pemyarakatan Perempuan Malang telah melaksanakan sejumlah kegiatan pembinaan, yakni pendidikan, mental spiritual, seni dan kesehatan. Pembinaan pendidikan melalui kejar paket A, B, C, dan pembinaan kesadaran hukum, serta perpustakaan. Pembinaan mental spiritual melalui pembinaan agama baik secara umum maupun konseling agama. Kegiatan pembinaan fisik yang diselenggarakan adalah bola voli, senam, dan tenis meja. Pembinaan seni mengadakan seni karawitan, seni tari, dan latihan organ. Sedangkan pembinaan kesehatan memberikan layanan HIV- AIDS, layanan KIA (Kesehatan Ibu dan Anak), layanan adiksi, dan layanan psikologi.

Lembaga pemyarakatan perempuan juga menyediakan pelatihan kerja bagi narapidana. Mereka menyelenggarakan pelatihan memasak, batik, payet, bordir, menjahit, monte, merenda, merajut, penebah, dan menganyam talikur, yang mampu yang melibatkan sebanyak 114 orang narapidana.

Lima narapidana yang menjadi partisipan mengikuti sejumlah kegiatan pembinaan dan pelatihan kerja (tabel 3).

Lima partisipan tersebut adalah :

1) MO, informan pertama seorang wanita yang bekerja sebagai *disk*

*jokey* di Jakarta, berusia 46 tahun. Perempuan kelahiran Cianjur ini, memiliki dua orang putra yang berusia 24 tahun dan 16 tahun. MO adalah seorang *single parent*, suaminya menjadi sasaran tembak polisi dan meninggal ditempat dikarenakan hendak melarikan diri saat terjadi penangkapan dirumahnya, Suaminya meninggal ditahun 2000 tepat saat MO ditahan. MO membawa dan menyelundupkan heroin dan kokain melalui bandara Soekarno-Hatta. Vonis pidana mati karena keterlibatan MO dalam kasus perdangan narkoba tingkat internasional, dan mendapatkan grasi dari presiden Susilo Bambang Yudoyono yang merubah vonis hukumannya menjadi seumur hidup. Ia sudah menjalani hukumannya selama 17 tahun.

2) KD, informan kedua, berusia 32 tahun bekerja sebagai manager asuransi mobil di salah satu perusahaan swasta di Afrika, KD merupakan *single parent* yang memiliki satu anak ini merupakan narapidana kasus narkotika. KD membawa ganja sebanyak 5kg, Keterlibatan KD di dalam kasus ini adalah sebagai kurir antar narkoba yang siap mengantar barang kemanapun juga. KD telah menajalani hukuman selama 4 tahun ,

- dan mendapatkan vonis seumur hidup. Pernah melakukan percobaan bunuh diri beberapa kali yang pernah ia lakukan untuk mengakhiri hidupnya.
- 3) MH, informan ketiga berusia 41 tahun merupakan narapidana kasus narkoba, seorang ibu rumah tangga yang memiliki 2 anak dan sang suami yang bekerja di perusahaan swasta di Taiwan. Dalam kasus ini MH sebagai kurir yang membawa narkoba sebanyak 1,5 kg. MH dijatuhi vonis hukuman seumur hidup
  - 4) NC, informan pertama seorang WNA usia 46 tahun merupakan narapidana kasus narkoba. NC bekerja sebagai pembantu rumah tangga di Philipina, dan mempunyai seorang putri. Pernikahan dia bersama sang suami yang suka main tangan, NC merasa sangat tertekan. NC menyelundupkan narkoba dari Filipina. Setelah NC tertangkap di bandara, temannya kabur membawa uang imbalan yang dijanjikannya kepada NC, putusan hakim bahwa ia divonis seumur hidup. bagaimana tidak NC dipidana di negara orang lain. Ia mengalami kesulitan bahasa dalam berkomunikasi.
  - 5) RA, informan kelima berusia 33 tahun merupakan narapidana kasus narkoba. RA adalah *single parent*. Ia memiliki 1 anak dari perkawinannya dan sudah menjalani hukuman selama 4 tahun. Keterlibatannya dalam kasus ini adalah sebagai kurir dalam penyelundupan narkoba ke Indonesia dan divonis hukuman seumur hidup.

## Diskusi

### *Self acceptance*

Kesehatan mental narapidana tergantung pada resiliensinya. Apalagi dengan masa hukuman yang tidak terbatas. Penelitian kontemporer tentang perbedaan individu *unconditional self-acceptance* menunjukkan bahwa *unconditional self-acceptance* yang rendah merugikan *well-being* individu, bahkan dalam beberapa kasus, dapat menyebabkan masalah kesehatan mental dan gangguan mental (Elaine, 2008).

Resiliensi dapat terwujud ketika individu memiliki *self-acceptance*, yaitu kesadaran menerima diri baik kualitas dan pengalaman pribadi yang positif dan negatif. Studi ini menemukan *Self-acceptance* narapidana perempuan dengan vonis hukuman seumur hidup meliputi kesadaran melakukan kesalahan, spiritualitas, dan rutinitas yang bermakna

Penjatuhan hukuman seumur hidup, merupakan sumber tekanan yang sangat kuat bagi partisipan. Meski pengalaman penahanan sebelum diputuskan hukuman oleh hakim juga merupakan kondisi yang menimbulkan penderitaan, namun vonis seumur hidup selain membangkitkan emosi negatif, kekecewaan yang kuat, juga menimbulkan penilaian harga diri yang sangat rendah bagi partisipan. Sejalan dengan temuan John Howard Society Of Alberta (1999), yang menunjukkan keadaan hidup narapidana perempuan memiliki harga diri yang rendah, karena adanya perasaan bersalah, ketakutan, kecemasan, keterasingan dan kebingungan yang diperparah ketika mereka ditangkap dan dijatuhi hukuman oleh sistem peradilan. Studi Wei Xu, dkk (2014).menemukan bahwa hubungan positif antara kesadaran dan *subjective*

*well-being* secara signifikan dimediasi oleh *self-acceptance* saja.

Pengalaman tekanan selama di penjara, diungkapkan partisipan sebagai berikut:

"...saya merasa sedih, kecewa, putus asa bu, apalagi saya pertama kali ditempatkan (MO)."

"Waktu dulu aku baru (diputuskan) hukuman seumur hidup aku stres, merasa hina. (KD)"

Setelah lebih dari tiga tahun para narapidana menjalani putusan seumur hidup dalam perasaan kecewa, partisipan mulai mengembangkan pemahaman untuk menerima kenyataan. Hukuman di penjara menantang, mengembangkan atau mengkonfirmasi identitas dengan cara yang bervariasi menerima atau mengalami distress. Refleksi manajemen makna diri merupakan *technology of the self*, yang digunakan sebagai respons terhadap dislokasi penjara untuk mengatasi makna penderitaan dan stigmatisasi. (Rowe, 2011).

Sumber perubahan kognitif terhadap pengalaman adalah kesadaran melakukan kesalahan, spiritualitas, dan menghayati rutinitas yang bermakna dan harapan. Menurut Rogers, harga diri merupakan hasil utama dari bagaimana individu mengevaluasi diri saat sekarang, penting untuk mempertahankan tujuan yang sangat pasti untuk masa depan (Fralely, 1992).

*This is my false*, ini salah saya sendiri. Bagaimana masalah ini bisa kejadian ke saya. Saya ditipu sama *my friends*. Dia belikan aku tiket online promo pulang pergi. Surabaya kuala lumpur (NC)

Tapi dulu aku gak terima, kenapa bisa seumur hidup, ih gak bisa omong bu, gak bisa terima. ...ya gitu, kan aku budha. Aku percaya Tuhan punya sesuatu buat aku." (MH)

Tapi semenjak saya dipindah ke Lapas wanita malang rasanya jadi damai, tenang, saya tidak memikirkan lagi karena disamping banyak kesibukan juga disini. Rutinitasnya menyenangkan gak kayak di Lapas Wanita Tangerang (MO)

Penilaian yang lebih realistik terhadap pengalaman menjalani pidana, membuka pemikiran untuk dapat bertahan dan optimis mengantisipasi masa depan. Penelitian menunjukkan bahwa resiliensi erat kaitannya dengan penilaian diri yang positif, pandangan tentang dunia dan masa depan, dan ini adalah predikat kuat dari emosi positif. (Kowalkowska, , Justyna, Magdalena, Krzysztof, & Marcin, 2016). Tahapan ini dapat muncul karena konsistensi harapan partisipan, sehingga membuatnya lebih mudah untuk beradaptasi dan melihat tantangan baru dengan lebih sedikit kecemasan.

Mungkin dulunya saya punya salah sehingga dihukum seperti ini, dan saya harus memperbaikinya, dengan berbuat lebih baik lagi. Saya harus terima konsekuensinya dan saya harus terima (MO)

Saya pasti pulang. Kalo saya piker, ndak mungkin seumur hidup betulan, minimal 15 tahun pasti. Saya yakin saya pasti bisa pulang. Saya pikir cuma hari ini, jadi saya sibuk-sibukin diri aja bu, merajut, sekarang saya ke bagian pembuatan kue. Hmm *I love this* (KD)

Rencane hidupku, berbuat apa yang terbaik untuk diriku juga untuk keluargaku (RA).

Adanya penilaian diri yang lebih positif dan harapan, mendorong perkembangan pribadi narapidana selama menjalani hukuman. Hasil penelitian Amuche dan Mayange (2013) menunjukkan korelasi positif *self-esteem* dan *personal development narapidana*, yakni narapidana yang memiliki harga diri dari narapidana memiliki hubungan

langsung dengan perkembangan pribadi narapidana.

Narapidana resilien yang menunjukkan *self-acceptance* yang positif mampu mengontrol diri dan sadar akan keadaan lalu, saat ini dan masa depannya. Carson dan Langer (2006) menyatakan individu mengendalikan hidup mereka dengan cara yang penuh kesadaran, mereka mampu menerima baik masa lalu dan sekarang kehidupan mereka. Mereka menyadari bahwa mereka memiliki kemampuan untuk melihat kehidupan mereka sendiri dari berbagai perspektif, dan bahwa mereka dapat mengubah perspektif itu tergantung pada konteks saat ini. *Self-acceptance* melibatkan penilaian yang tidak menghakimi, baik aspek baik dan buruk diri di masa lalu, sekarang, dan masa depan (Ryff & Singer, 1996).

Wagnild (2009) menyatakan *self-acceptance* membuat perspektif kehidupan dan pengalaman yang seimbang (*equanimity*), mampu belajar dari pengalaman semasa hidup dan dapat mengambil hal baru di masa yang akan datang. Artinya narapidana dapat menilai pengalaman saat melakukan tindakan, menjalani tahun pertama dan mengantisipasi masa hukuman pada tahun berikutnya dengan hal yang positif dan produktif. Dalam kontensi ini, narapidana dapat memperluas sudut pandang diri, pengalaman dan situasi yang dihadapinya, sehingga membuatnya lebih fokus kepada hal-hal yang lebih positif daripada hal-hal negatif dari situasi sulit yang dijalani selama masa hukumannya. Individu menjadi lebih resilien, karena terlihat sebagai orang yang optimis karena dan tetap memiliki harapan, meski berada dalam situasi yang sangat menyulitkan.

### **Significant Others**

Perkembangan pribadi narapidana peremuan dengan hukuman seumur hidup tidak terlepas dari *significant others* (orang yang berarti). Orang yang berarti berkaitan dengan perasaan selalu terhubung dengan orang lain (nyata atau dalam kesadaran), yang memberikan pengaruh terhadap kekuatan resilien narapidana. Archibald dan Joseph (1972) menyatakan bahwa orang yang berarti konsep utama digunakan untuk menunjukkan orang-orang yang paling berpengaruh dalam kehidupan seorang individu, secara intrinsik selalu terhubung dengannya. *Significant others* sebagai seorang individu berpengaruh sangat mendalam bagi kehidupan seseorang, dan seseorang yang pernah memiliki hubungan emosional mendalam, termasuk anggota keluarga dan orang di luar hubungan keluarga. Susan, Serena dan Regina (2002).

Penjelasan partisipan penelitian menunjukkan peran orang yang berarti terhadap kekuatan menghadapi situasi sulit di lembaga pemasyarakatan. Mereka adalah anak, pasangan, keluarga dan teman. Interaksi dan kehadiran orang berarti dalam kesadaran memiliki ikatan emosional yang kuat dan mendorong motivasi untuk bertahan di tengah lingkungan penuh tekanan dan penderitaan. Kehadiran orang yang berarti tidak selalu harus hadir secara fisik dan memberikan motivasi secara langsung, namun orang berarti juga terdapat dalam sosial kognisi individu.

tapi aku punya anak bu jadi kalo inget pikiran dia semangat bu. Harus semangat, kalo gak ada dia habis hidup saya (KD)

*I hope I can meet my daughter my mother. I hope I can lough together, can get togetherness forever (NC)*

Ya bu, sedihlah pasti kalo dapet hukuman segitu. Tapi pacar selalu bilang bawa enjoy aja ya. Akhirnya aku nikmatin aja, enjoy aja.  
(RA)

Penelitian menunjukkan bahwa orang berarti secara signifikan berkaitan langsung dengan *psychology well-being* (Moriwaki, 1973). Grotberg (1995) mengemukakan salah satu sumber resiliensi yang diidentifikasi yakni *I Have* yang digunakan untuk dukungan eksternal dan sumber-sumbernya. Faktor *I Have* merupakan bantuan dan sumber dari luar yang meningkatkan resiliensi, memberi semangat agar mandiri. Andersen, Serena dan Regina (2002) menyatakan Orang lain yang berpengaruh dalam membentuk definisi diri, proses pengaturan diri, dan kepribadian seperti yang diekspresikan dalam hubungannya dengan orang lain. Orang yang berarti bagi narapidana perempuan memengaruhi dengan kuat secara emosional untuk menghadapi krisis fisik dan emosional. Orang yang berarti memberikan banyak dukungan sosial berkualitas dan memunculkan ketangguhan narapidana dalam situasi yang penuh tekanan. Narapidana memiliki keyakinan adanya orang-orang yang benar-benar peduli pada dirinya selama masa-masa sulit menjalani hukuman seumur hidup di lembaga pemasyarakatan. Keyakinan tersebut membangkitkan rasa percaya diri yang lebih besar dalam kemampuan dan memungkinkan untuk menjalani kehidupan di lembaga pemasyarakatan dengan lebih optimis. Dengan kata lain, orang berarti menjadi sumber dukungan sosial berkualitas, yang mempengaruhi narapidana belajar untuk cepat bangkit kembali dari kesulitan selama masa hukuman.

Lembaga pemasyarakatan tidak memiliki program dan terapi psikologis khusus untuk terhadap narapidana, namun partisipan mampu mengembangkan metode secara alami untuk bertahan dengan orang yang berarti. Interaksi dan kehadiran orang yang berarti dalam interaksi langsung dan tidak, menjadi seperti metode terapi interpersonal. Menurut Sullivan kepribadian dibentuk hampir seluruhnya oleh hubungan yang dimiliki seseorang dengan orang lain (Aghuveer, 2011). Hubungan interpersonal adalah inti dari perkembangan manusia. Ketika kita dewasa dalam lingkungan sosial yang sehat, perkembangan positif peristiwa interpersonal ini mengarah pada kepribadian yang terintegrasi, menjadi orang dewasa yang mampu membangun hubungan interpersonal yang memuaskan (Morgan, 2014).

### **Kesimpulan**

Penelitian ini menemukan bahwa *Self acceptance* dan *signinificant other* menjadi faktor resiliensi narapidana perempuan menjalani hukuman seumur hidupnya. *Self acceptance* membangun kesadaran diri narapidana untuk menilai diri kualitas diri, pengalaman masa lalu, saat ini dan masa depan, dan kemampuan menghadapi situasi yang sulit selama di lembaga pemasyarakatan, sehingga mengalami perkembangan pribadi yang positif. *Signinificant other* menjadi penguat dan sumber motivasi eksternal untuk dapat tetap bangkit dalam menjalani masa hukuman panjang.

**Daftar Pustaka**

- Adams, K. (1992). *Adjusting to Prison Life. Crime and Justice - a Review of Research*. DOI: 10.1086/449208
- Afra Z, Bakhshayesh AR, Yaghoubi., H. (2017). A comparative study between resilience with life satisfaction in normal and prisoner women. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, Vol. 19 (Special Issue), 172-178.
- Aghuveer, R.G.(2011). The stalwarts: Harry Stack Sullivan. *AP J Psychol Med*, Vol.12 (2): 87–89. Diakses dari <http://medind.nic.in/aag/t11/i2/aagt11i2p87.pdf>
- Ahmad,A.,Nurul H.M. (2014). Stress and Depression: A Comparison Study between Men and Women Inmates in Peninsular Malaysia. *International Journal of Humanities and Social Science*, Vol. 4 (2), 153-160.
- Amy L. Drapalski, A.L, Kerstin, Y. Jeff. S., June. T . (2009). Gender differences in jail inmates' symptoms of mental illness, treatment history and treatment seeking. Vol.19 (3), 193-206. DOI: <https://doi.org/10.1002/cbm.733>
- Archibald, O.H., Joseph.W. (1972). Significant others and their expectations: Concepts and instruments to measure interpersonal influence on Status aspirations. *Rural Sociology*, Vol. 37 (4), 591-622.
- Carson, S H, Langer, E.J. (2006). Mindfulness and self-acceptance. *Journal of Rational - Emotive & Cognitive - Behavior Therapy*; Vol. 24, (1), 29-43. DOI:10.1007/s10942-006-0022-5
- Colin Cooper & Mark Livingston (1991). Depression and coping mechanisms in prisoners, *Work & Stress*, 5:2, 149-154. DOI: 10.1080/02678379108257011
- Constantino, P., Simone G.A., Liana W.P. (2016). The impact of prisons on the mental health of prisoners in the state of Rio de Janeiro, Brazil. *Ciência & Saúde Coletiva*, Vol.21(7), 2089-2099. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232015217.01222016>
- Durcan G, Jan Cees Z. *Mental health in prison*. Diakses dari [http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0017/249200/Prisons-and-Health,-11-Mental-health-in-prison.pdf](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0017/249200/Prisons-and-Health,-11-Mental-health-in-prison.pdf)
- Elaine A. L., (2008). The Challenges of Mentally Ill Female Offenders in Prison. *Criminal Justice and Behavior* . Vol 35, (8), 928 – 942. DOI : <https://doi.org/10.1177/0093854808318660>
- Fajarani Anggit, S., Ariani Ni, P. (2017). Tingkat Stres dan Harga Diri Narapidana Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Kota Bogor. *Jurnal Riset Kesehatan*, Vol 9 (2), 26-33.

- Frale, S. (1992). From Self-Blame to Self-Acceptance: Freeing Myself In a Prison Undergraduate Program. *Journal of Correctional Education*, 43(4), 178-181. Diakses dari <http://www.jstor.org/stable/41970937>
- Gonçalves, L.C. (2014). *Inmate adjustment to prison and correctional practices: explaining institutional infractions, health care utilization, and coping strategies*. Doctoral Thesis Justice Psychology. Universidade do Minho.
- Grotberg, E. 1995. *A Guide to Promoting Resilience in Children: Strengthening the Human Spirit*. The Hague: Benard van Leer Voudation
- Jonathan A. Smith, Mike Osborn, (2009). Interpretative Phenomenological Analysis. Jonathan A. Smith, Paul Flowers, Michael Larkin Author(s), *Interpretative phenomenological analysis: theory, method and research* (pp.53-80). Los Angeles : Sage.
- John Howard Society Of Alberta. (1999). *Effects of long term incarceration*. Diakses dari : <http://johnhoward.on.ca/wp-content/uploads/2014/09/jhs-alberta-report-effects-of-long-term-incarceration.pdf>
- Kowalkowska, E.S., Justyna S., Magdalena W., Krzysztof. P., Marcin Z.(2016). Resilience as a predicator of mental health of incarcerated women. *Psychiatr. Pol. ONLINE FIRST* Nr 47 , 1–12. DOI: <http://dx.doi.org/10.12740/PP/OnlineFirst/62617>.
- Larkin, M., Watts, S. & Clifton, E. (2006). Giving voice and making sense in Interpretative Phenomenological Analysis. *Qualitative Research in Psychology*, Vol. 3, 102–120.
- Larkin, M & Thompson, A (2012), Interpretative phenomenological analysis. in A Thompson & D Harper (eds), *Qualitative research methods in mental health and psychotherapy: a guide for students and practitioners*. JohnWiley & Sons, Oxford, pp. 99-116. DOI: 10.1002/9781119973249
- Levine.S.,(2003). *Psychological and social aspects of resilience: a synthesis of risks and resources*. Clinical research Report. Diakses dari : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3181637/pdf/DialoguesClinNeurosci-5-273.pdf>
- Moriwaki, S. (1973). Self-Disclosure, Significant Others and Psychological Well-Being in Old Age. *Journal of Health and Social Behavior*, 14(3), 226-232. Diakses from <http://www.jstor.org/stable/2137114>
- Mansoor, M., Syed K.P., T.N.V.R Swamy , Ramaseshan. H . (2015) A Critical Review on Role of Prison Environment on Stress and Psychiatric Problems among Prisoners. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, Vol 6 (1), , 218-223. DOI:10.5901/mjss.2015.v6n1s1p218.
- Morgan JH. (2014) .The Interpersonal Psychotherapy of Harry Stack Sullivan: Remembering the Legacy. *J Psychol. Psychother.* Vol 4 (162), 1-5. DOI:10.4172/2161-0487.1000162

- Reivich, K., & Chatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York: Broadway Books
- Rowe, A. (2011). Narratives of self and identity in women's prisons: stigma and the struggle for self-definition in penal regimes. *Punishment And Society*. Vol. 13 (5), 571-591. DOI: 10.1177/1462474511422151.
- Ryff CD, Singer B (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, Vol.65(1): 14–23. Doi : 10.1159/000289026
- Sinha. S. (2010). Adjustment and mental health problem in prisoners. *Industrial Psychiatry Journal*. 2010 Jul-Dec; 19(2): 101–104. DOI: 10.4103/0972-6748.90339
- Southwick, S.M, Meena V., Dennis S. C.(2005). The Psychobiology of Depression and Resilience to Stress: Implications for Prevention and Treatment. *Annual Review of Clinical Psychology*, Vol 1 (1), 255-291. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.143948>.
- Susan M. A.,Serena.C.,Regina, M.(2002). Significant other s and the self .*Self and Identity*, Vol 1: 159-168.
- Triana ,I.S, Abdurrohimi. Masa Hukuman dan Stres Pada Narapidana. (2009) *Proyeksi*, , Vol. 4 (2), 95-106. Diakses dari [http://research.unissula.ac.id/file/publikasi/210799003/164408\\_triana\\_dan\\_abdurrohimi.pdf](http://research.unissula.ac.id/file/publikasi/210799003/164408_triana_dan_abdurrohimi.pdf)
- Treatment Advocacy Center, September 2016. Serious Mental Illness (SMI) Prevalence in Jails and Prisons. Diakses dari <http://www.treatmentadvocacycenter.org/storage/documents/backgrounders/smi-in-jails-and-prisons.pdf>
- Wagnild, G., (2009). A review of the resilience scale. *Journal of Nursing Measurement*, Vol. 17 (2), 105-113
- Wei Xu, Tian PS O, Xinghua L, Xiaoming W., Chen, D.(2014).The moderating and mediating roles of self-acceptance and tolerance to others in the relationship between mindfulness and subjective well-being. *Journal of Health Psychology*, 1–11. DOI: 10.1177/1359105314555170
- Welta, O., Ivan, M.A. (2017). Kesesakan dan masa hukuman dengan stres pada narapidana. *Jurnal RAP UNP*, vol. 8, (1), 60-68.
- Werner, E.E., & Smith, R.S. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. Ithaca, NY: Cornell, University Press.
- Western, Anthony A. B.,Jaclyn D.,Catherine S, (2014). *Stress and Hardship After Prison*. Department of Sociology, , Cambridge. Diakses dari <https://scholar.harvard.edu/files/brucewestern/files/trans08.pdf>.

Yu-Shu Chen, Yung-Lien Lai, Chien-Yang Lin. (2013) .The Impact of Prison Adjustment Among Women Offenders A Taiwanese Perspective. *The Prison Journal*. Vol 94 (1), 7-29.  
DOI: <https://doi.org/10.1177/0032885513512083>.