

HUBUNGAN ANTARA RASA SYUKUR DENGAN RESILIENSI PADA WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS I MAKASSAR

Andi Ali Syahid
Universitas Negeri Makassar

Basti
Universitas Negeri Makassar

Journal of Correctional Issues 2023, Vol.7 (1)
Politeknik Ilmu Pemasyarakatan
Review 20-05-2024
Accepted 28-06-2024

Abstract

Gratitude that is owned in individuals, can generate resilience in individuals. Also, low gratitude will not generate resilience in individuals who experience problems. Conversely, if gratitude is high then resilience will also rise. This study aims to determine whether gratitude has a relationship with resilience in prison-assisted residents in Makassar Class 1 Correctional Institutions. Participants in this study amounted to 288 people with the sampling technique used was cluster random sampling. The hypothesis test used is the spearman correlation analysis technique. The results of the test obtained sig $p = (0.001) < 0.005$ and $r = (0.202)$ then gratitude contributed 4% to resilience or $r^2 = 0.040$. So it can be concluded that gratitude and resilience have a positive relationship so that when individuals have high gratitude, the resilience they have will also be high in correctional facilities at Makassar Class 1 Correctional Institution. The implication in this study is that gratitude can be used for interventions to increase resilience in correctional assisted citizens.

Keywords :

Correctional inmates, gratitude, resilience

Abstrak

Rasa syukur yang dimiliki pada diri individu, dapat membangkitkan resiliensi pada diri individu. Serta, rasa syukur yang rendah juga tidak akan membangkitkan resiliensi pada diri individu yang mengalami masalah. Sebaliknya, jika rasa syukur tinggi maka resiliensi juga akan bangkit. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah rasa syukur memiliki hubungan dengan resiliensi pada warga binaan pemasyarakatan di lembaga pemasyarakatan kelas 1 makassar. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 288 orang dengan teknik sampling yang digunakan adalah cluster random sampling. Uji hipotesis yang digunakan adalah teknik analisis korelasi spearman. Hasil uji yang dilakukan didapatkan hasil sig $p = (0,001) < 0,005$ dan $r = (0,202)$ kemudian rasa syukur memberikan sumbangsih sebesar 4% kepada resiliensi atau $r^2 = 0,040$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa rasa syukur dan resiliensi memiliki hubungan positif sehingga ketika individu memiliki rasa syukur yang tinggi maka resiliensi yang dimiliki juga akan tinggi pada warga binaan pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Makassar. Implikasi dalam penelitian ini adalah rasa syukur dapat digunakan untuk intervensi meningkatkan resiliensi pada warga binaan pemasyarakatan.

Kata kunci :

Rasa syukur, resiliensi, warga binaan pemasyarakatan

Pendahuluan

Masalah yang dihadapi dalam Lembaga Pemasyarakatan adalah adanya perasaan terpuruk, kondisi dalam tekanan dan perasaan bersalah yang dialami oleh warga binaan pemasyarakatan di Lembaga pemasyarakatan. Warga binaan pemasyarakatan dalam kesehariannya menjalankan hukumannya di dalam Lembaga pemasyarakatan memiliki masalah yang akan dihadapi misalnya perasaan terpuruk, kondisi dalam tekanan, dan perasaan bersalah. Warga Binaan Pemasyarakatan yang menjalani proses penahanan akan melewati beberapa rintangan misalnya, permasalahan batin, trauma, masalah kepribadian, menutup diri, penyimpangan seksual, ketidakstabilan emosi, ketakutan, ketidakpercayaan, kesulitan menyesuaikan diri, kerinduan dengan keluarga, dan rasa ingin bunuh diri (Kartono & Sholicatun 2011). Selain itu, adapun persepsi masyarakat tentang Warga Binaan Pemasyarakatan dapat memberikan efek buruk mengenai diri mereka. Warga Binaan Pemasyarakatan yang telah melakukan kejahatan merupakan seseorang yang melakukan kejahatan dan memiliki mode pemikiran tertentu yang mendukung perilaku antisosial mereka. Terkait dengan tantangan yang dihadapi saat menjalani hukumannya. Adapun tantangan yang dihadapi selama mejalani masa tahanannya adalah perasaan terpuruk dan kekuatan untuk bangkit kembali untuk melanjutkan kehidupannya dari kondisi terpuruk itu. Upaya yang dilakukan untuk mengatasi tantangan dan perubahan yang akan dihadapi oleh Warga Binaan Pemasyarakatan, berkaitan dengan resiliensi.

Resiliensi bukanlah sesuatu yang tidak dapat dipengaruhi, hal ini merupakan sebuah proses yang mengikutkan sistem positif dalam melihat sebuah tantangan maupun kendala yang ada dalam kehidupan (Smith, 1999). Selain itu, resiliensi juga dinilai merupakan sebuah kondisi yang multidimensi sehingga bisa jadi kemampuan seseorang tak sama ketika menghadapi masalah. individu tentunya dikaruniai sebuah skill yang berbeda-beda jadi, resiliensi tentunya menjadi hal yang spektakuler karena hal ini merupakan proses yang dilewati oleh semua orang.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan beberapa warga binaan pemasyarakatan, diperoleh bahwa mereka merasa sulit untuk menyesuaikan diri dengan keadaannya pada awal masuk di dalam Lembaga pemasyarakatan dan sulit untuk menjalin komunikasi dengan orang dan lain lebih sering menyendiri. Sedangkan dari hasil wawancara bersama psikolog di Lapas tersebut, mengatakan bahwa sering mengalami kewalahan dalam menghadapi Warga Binaan Pemasyarakatan di sana karena bayangknya klien yang datang setiap hari dengan beberapa kasus yang ingin bunuh diri atau bahkan sampai akan kabur dari Lapas tersebut.

Akhirnya, merekapun mengalami kondisi yang resilien misalnya dapat dilihat dari kegiatan yang dilakukan di dalam Lembaga pemasyarakatan seperti mengikuti kegiatan belajar, menjadi santri, dan bekerja di dalam Lembaga pemasyarakatan. Jadi, warga binaan pemasyarakatan memerlukan kemampuan resiliensi agar dapat melanjutkan hidup dan menjalankan kegiatannya di Lembaga pemasyarakatan kelas 1 makassar. Terdapat tiga ciri-ciri

resiliensi yaitu kemampuan seseorang untuk melewati masalah dan menyesuaikan diri dengan situasi yang tidak disukai, kemampuan menyesuaikan dengan dirinya sendiri menghadapi sesuatu yang mengganggu dan kemampuan untuk menghadapi situasi traumatis (Masten, Best, & Garmezy 1990). Resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk dapat beradaptasi positif agar dapat memperoleh hasil yang memuaskan dalam bidang perilaku, prestasi, dan interaksi sosial, maupun ketahanan manusia dalam kondisi buruk (Santrock, 2014). Resiliensi yang ada dalam diri seseorang dapat menyebabkan seseorang dapat untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi dalam kehidupannya meskipun dipengaruhi oleh situasi lingkungan. Riza dan Herdiana, (2013) mengemukakan bahwa Warga Binaan Pemasarakatan yang Tangguh dapat beradaptasi dengan lingkungan, dapat mengontrol diri, dan melihat dari segi positif keadaan yang sedang dialami sebaliknya jika resiliensi seorang Warga Binaan Pemasarakatan terbilang kurang maka akan menimbulkan seorang Warga Binaan Pemasarakatan tidak mampu menyesuaikan diri dengan situasi, mengontrol emosi, dan melihat negatif situasi yang sedang dijalani. Adapun yang dapat membangkitkan resiliensi dalam diri seseorang Warga Binaan Pemasarakatan adalah rasa syukur dalam diri Warga Binaan Pemasarakatan tersebut.

Dari wawancara dengan warga binaan pemsarakatan di lapas kelas 1 makassar adalah, merasa bahwa hukuman yang diterima oleh mereka terlalu berat dan tidak sesuai dengan perbuatannya tetapi dalam proses wawancara tersebut mengatakan bahwa

sudah bersyukur dengan kondisi yang dialaminya sekarang dan mulai melakukan kegiatan positif. Misalnya menjadi santri di dalam lapas dan mengikuti kegiatan belajar di dalam Lembaga pemsarakatan tersebut. Terdapat juga rasa apresiasi dengan kontribusi orang lain, misalnya, mengikuti kegiatan berkelompok dan saling mengapresiasi hasil kerja sama dengan orang lain.

Rasa syukur atau yang biasanya dikenal dengan istilah gratitude. Emmons dan McCullough, (2012) mengemukakan bahwa rasa syukur adalah bentuk perasaan dan rasa berterima kasih terhadap pengalaman hidup yang diterima secara interpersonal dengan orang lain. Syukur adalah suatu bentuk sifat yang melibatkan rasa memiliki, seperti kejujuran atau optimisme (Watkins, 2004). Optimisme juga merupakan sebuah faktor yang mendukung resiliensi jadi, kita juga bisa mengatakan kalau syukur itu berhubungan dengan resiliensi. Sempelnya adalah, rasa syukur bisa membantu seseorang bisa melewati kesulitan dan itulah yang dimaksud dengan kemampuan resiliensi. Cannon, (2002) dalam penelitiannya mengemukakan jika rasa syukur memiliki hubungan dengan resiliensi. Lyubomirsky, (2005) juga menambahkan bahwa sangat penting memiliki rasa syukur sebagai antidote emosi negatif, menetralsir rasa dengki dan kekhawatiran.

Lembaga Pemsarakatan membuat seseorang yang awalnya mereka mempunyai rasa bebas menjadi orang yang memiliki batasan untuk melakukan sesuatu atau dalam melakukan banyak hal. Rasa terbatas tersebut sehubungan dengan diterapkannya beberapa aturan-aturan

yang wajib untuk diikuti, tidak memiliki privasi, dan tertutup dari kebebasannya dunia luar, misalnya dari keluarga maupun teman. Sama seperti halnya ini juga bisa kita jumpai pada Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Makassar, banyaknya aturan-aturan yang mengatur kedisiplinan yang juga diterapkan dalam Lembaga Pemasyarakatan tersebut membuat Warga Binaan Pemasyarakatan yang ada di sana merasa memiliki keterbatasan selama menjalani proses hukum yang telah ditentukan.

Lembaga Pemasyarakatan kelas 1 Makassar tersebut dikhususkan untuk Warga Binaan Pemasyarakatan laki-laki dengan berbagai macam tindak pidana yang telah dilakukan seiring dengan berjalannya waktu jumlah Warga Binaan Pemasyarakatan yang ada di Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Makassar akan mengalami peningkatan maupun penurunan. Setiap kegiatan yang ada di Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Makassar sudah terjadwal dengan rapi untuk dilakukan dalam setiap harinya.

Di dalam Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Makassar tentu saja memiliki berbagai macam aturan yang ditetapkan. Warga Binaan Pemasyarakatan yang menjalani proses penahanan akan melewati beberapa rintangan misalnya, permasalahan batin, trauma, masalah kepribadian, menutup diri, penyimpangan seksual, ketidakstabilan emosi, ketakutan, ketidakpercayaan, kesulitan menyesuaikan diri, kerinduan dengan keluarga, dan rasa ingin bunuh diri (Kartono & Sholicatun 2011). Selain itu, adapun persepsi masyarakat tentang Warga Binaan Pemasyarakatan dapat memberikan efek buruk mengenai diri mereka. Warga Binaan Pemasyarakatan yang telah melakukan kejahatan merupakan seseorang yang melakukan

kejahatan dan memiliki mode pemikiran tertentu yang mendukung perilaku antisosial mereka.

Resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk dapat beradaptasi agar dapat mencapai sebuah hasil yang positif dan lebih baik perilakunya serta dapat bangkit ketika menghadapi kesulitan, sehingga bisa bersikap dengan tenang dan ketika mendapatkan kesulitan dapat diselesaikan serta bisa membangkitkan kembali semangatnya (Satrock, 2014). Istilah resiliensi pertama kali dikemukakan oleh Block dengan nama yang sebelumnya adalah ego-resilience. Klohnen, (1996) mengemukakan bahwa biasanya resiliensi juga dikenal dengan kemampuan umum yang sering melibatkan kemampuan seseorang dalam melakukan penyesuaian diri ketika seseorang tersebut harus dihadapkan dengan sebuah tekanan yang berasal dari dalam internal maupun eksternal diri seseorang. Baik secara spesifik ego-resilience adalah suatu sumber kepribadian yang dalam sebuah fungsinya adalah untuk membentuk konteks dalam sebuah lingkungan jangka Panjang, di mana sebuah sumber daya tersebut dapat memungkinkan seorang individu agar dapat memodifikasi karakter dan cara mengekspresikan pengendalian ego yang dilakukan. Tugade dan Fredrikson, (2009) mengemukakan bahwa resiliensi adalah kemampuan individu agar dapat melanjutkan hidupnya setelah mendapatkan musibah atau bahkan setelah mendapatkan tekanan yang sangat berat untuk dihadapi. hal tersebut juga dapat menggambarkan bahwa adanya sebuah kemampuan tertentu dalam diri seorang individu yang kita bersama ketahui dengan nama resiliensi.

Seseorang yang memiliki resiliensi tinggi akan memiliki sebuah rencana apa yang akan dilakukan setelah keluar dari penjara (Riza & Hardiana, 2013). Rencana tersebut juga akan menentukan bagaimana seorang Warga Binaan Pemasarakatan tersebut setelah keluar dari penjara dapat menjalani kehidupannya yang baru, baik dengan membahagiakan keluarga yang sudah selalu mendukungnya selama berada di dalam penjara. Sehingga Warga Binaan Pemasarakatan dapat menjalani aktivitasnya di dalam lingkungan Lembaga pemasarakatan tanpa banyak merasakan tekanan. Rutter dan Garmezzy menjelaskan bahwa membuat penelitian tentang resiliensi terhadap seorang anak yang mampu bertahan pada sebuah situasi dengan tekanan.

Peneliti juga memakai sebuah kata resiliensi sebagai descriptive labels dan hal ini dipakai untuk menggambarkan anak yang dapat bertahan dalam kondisi baik meskipun harus menjalani hidupnya di bawah tekanan. Anak yang mampu bertahan tersebut dan juga dapat pulih dari kondisi tersebut secara efektif dan ada juga beberapa anak yang gagal karena tidak sanggup keluar dari situasi yang sedang dihadapinya. Seseorang yang juga memiliki intelegensi yang baik akan dapat menyesuaikan diri dengan mudah, dan orang tersebut juga merupakan orang yang memiliki resilien yang baik. Grotberg, (1995) mengemukakan bahwa resiliensi adalah kapasitas yang memiliki sifat yang sangat umum. Baik individu, kelompok, dan komunitas pasti memiliki kapasitas tersebut dalam mencegah maupun meminimalisir pengaruh yang bisa merusak mereka ketika mengalami musibah maupaun kecelakaan.

Resiliensi adalah sebuah fenomena maupun proses yang menunjukkan sebuah penyesuaian diri yang relatif positif, walaupun individu tersebut pernah maupun sedang mengalami sebuah kesulitan maupun trauma yang mendalam (Luthar dalam MacDermid, dkk 2008). Murray, (2003) mengemukakan bahwa Individu yang juga memiliki nilai resiliensi rendah akan cenderung membutuhkan waktu lebih dalam menyesuaikan dirinya dengan tekanan yang dihadapi tetapi akan menjadi sebaliknya kepada individu yang memiliki resiliensi yang tinggi ia akan merasa lebih kuat dan bisa segera bangkit ketika mengalami kesulitan dan keterpurukan dan akan terus berusaha mencari solusi yang sangat baik terhadap masalahnya.

Resiliensi berkaitan dengan emosional yang digunakan untuk menggambarkan seseorang yang memperlihatkan keberanian dan kemampuan dalam menyesuaikan ketika orang tersebut sedang atau telah ditimpa sebuah musibah. Connor dan Davidson, (2003) juga mengemukakan bahwa resiliensi adalah kemampuan yang dimiliki dalam mengatasi stress dan tentunya dapat membantu dalam bentuk psikologis misalnya kecemasan, depresi maupun stress. Benard, (2004) mengemukakan bahwa resiliensi adalah kemampuan individu yang dapat pulih dari stress yang terkait perkembangan individu dan kehidupan menjadi lebih baik dari sebelumnya. Bernard juga menyebutkan bahwa resiliensi juga dapat ditinjau dari personal strenght yang dimiliki oleh seseorang. Berdasarkan pendapat-pendapat di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa yang dimaksud dengan resiliensi adalah kondisi di mana seseorang dapat bangkit kembali dari

kondisi keterpurukan dan kemampuan Warga Binaan Pemasyarakatan untuk dapat bertahan dalam menghadapi tekanan yang sedang dialami.

Menurut Connor dan Davidson, (2003) mengemukakan bahwa resiliensi terhubung dengan lima hal adalah:

- a. Flexibility mengacu pada kemampuan individu untuk beradaptasi menghadapi tantangan maupun perubahan situasi dalam kehidupan.
- b. Self-efficacy merupakan keyakinan dalam diri untuk dapat melalui kesulitan yang dialami sehingga individu yang memiliki self-efficacy yang baik dapat melakukan aktualisasi diri sekalipun menghadapi situasi sulit.
- c. Regulate emotion adalah kemampuan pada individu dalam mengolah, menangani, dan mengendalikan emosi yang tidak mengenakkan baik secara sadar maupun tidak sadar.
- d. Optimism adalah pemahaman dan keyakinan terhadap segala sesuatu dari segi positif yang diterapkan melalui sikap maupun harapan, sehingga ketika menghadapi kesulitan individu tidak mudah putus asa.
- e. Cognitive focus mengacu pada strategi yang dilakukan individu untuk dapat memfokuskan pikiran dan perasaan pada satu tujuan sekalipun sedang dalam situasi yang tidak mengenakkan.

Adapun faktor yang memengaruhi resiliensi yaitu:

a. *Risk factor*

Embury, (2013) mengemukakan bahwa faktor yang ada dalam kehidupan seseorang yang bisa meningkatkan kemungkinan adanya negative outcome.

Adapun yang termasuk dalam risk factor adalah rasa tidak mampu, budaya, ekonomi, maupun kondisi medis yang membuat minimnya kesempatan dan sumber data bagi seseorang yang bisa membuatnya berada dalam situasi yang berbahaya karena tidak mampu menjadi sosok yang bernilai di sekolah, rumah, dan di lingkungannya.

b. *Protective Factor*

Merupakan salah satu aspek yang penting dari sebuah lingkungan yang mendukung adanya perkembangan resiliensi pada diri seseorang yang juga disebut sebagai faktor protektif. Jika semakin banyak faktor protektif yang bekerja maka kemungkinan bagi seseorang untuk bertahan dalam sebuah tekanan akan semakin tinggi. Ada tiga hal yang akan diberikan oleh lingkungan untuk meningkatkan resiliensi dalam diri individu yaitu: kompetensi sosial, penerimaan diri, dan rasa syukur. Protective factor tersebut dapat ditemukan dalam lingkungan dimana individu tersebut berada baik dalam keluarga, komunitas, dan sekolah maupun tempat kerja.

Rasa syukur merupakan kecenderungan untuk mengenali dan menanggapi dengan rasa terima kasih kepada kebaikan individu yang lain melalui pengalaman positif atas pencapaian yang telah diperoleh (McCullough, Emmons, & Tsang 2002). Emmons dan Shelton dalam Snyder dan Lopez, (2005) menjelaskan bahwa rasa syukur merupakan sebuah rasa kagum, rasa terima kasih, maupun sebuah penghargaan kepada kehidupan. Sebuah studi eksperimen yang dibuat oleh Bartlett dan Desteno, (2006) mengemukakan bahwa syukur juga masuk ke dalam sebuah bentuk perilaku

yang dapat mampu memperbaiki perilaku.

Rasa syukur merupakan emosi yang umum sering dirasakan oleh individu ini menunjukkan bahwa kecenderungan seseorang untuk melihat bahwa kehidupan yang sedang dialaminya menjadi hal yang penting. Rasa syukur juga mempunyai konsep, sebagai emosi, sikap, moral virtue, maupun tindakan coping. Sebuah keadaan dalam kondisi psikologis, Rasa syukur merupakan menghormati dan menghargai kehidupan, maupun makhluk lain misalnya alam dan sumber yang lainnya selain manusia. Bersyukur juga dikonsepsikan sebagai sebuah emosi, kebajikan, sentiment moral, dan sikap. Rasa syukur juga digunakan untuk menyalurkan emosi-emosi positif menjadi sebuah kedamaian, Kesehatan yang baik, aktualisasi diri, dan kesenangan. Jadi, dapat dilihat bahwa sangat banyak keistimewaan yang didapatkan ketika individu yang sangat bersyukur juga memiliki kebahagiaan yang lebih tinggi.

Berdasarkan berapa uraian di atas dapat disimpulkan bahwa rasa syukur adalah kondisi dimana para Warga Binaan Pemasarakatan di Lapas sudah bersyukur dan menerima kondisi yang sedang dialaminya serta memandang positif kondisi yang sedang dialami dengan cara melakukan kegiatan positif.

Berdasarkan komponen yang dikemukakan oleh Fitzgerald (1998) dan Watkins, (2003) dalam Listiyandini, (2015) terdapat tiga komponen Rasa Syukur yaitu:

a. Rasa apresiasi Yaitu mengapresiasi kontribusi orang lain terhadap kesejahteraan (well-being) dirinya, dan memiliki kecenderungan

untuk mengapresiasi kesenangan yang sederhana (simple pleasure).

b. Perasaan positif Yaitu seseorang yang tidak merasa kekurangan akan memiliki perasaan positif dalam dirinya. Ia akan merasa berkecukupan terhadap apa yang dimilikinya, puas dengan kehidupan yang dijalannya.

c. Bertindak positif Yaitu menunjukkan bahwa bersyukur tidak hanya berkaitan dengan apresiasi terhadap apa yang diperoleh, tetapi juga terdapat unsur pengekspresian dari apresiasi dan perasaan yang dimiliki yang dapat diwujudkan dalam tindakan maupun kehendak baik.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Utami, dkk (2018) mengemukakan bahwa yang dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara rasa syukur dengan resiliensi yang dilakukan kepada pengungsi gunung agung di Bali. Dari penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa para pengungsi yang ada di sana memang menemukan makna dan memandang positif apa yang sedang dialaminya dan rasa syukur memiliki hubungan positif terhadap peningkatan resiliensi para pengungsi. Semakin tinggi rasa syukur maka semakin cepat pengungsi dapat lebih resilien.

Metode

Pendekatan penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Dengan menggunakan variabel rasa syukur sebagai variabel bebas dan menggunakan resiliensi sebagai variabel terikat. Adapun populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah warga binaan pemsarakatan di Lembaga pemsarakatan kelas 1 makassar

dengan jumlah populasi sebanyak 1.136 warga binaan pemasyarakatan.

Tabel 1. Jumlah Sampel Minimum

Blok	Populasi (<i>f</i>)	Sampel (<i>f</i>)
A	142	36
B	142	36
C	141	36
D	143	36
E	140	36
G	144	36
H	142	36
I	142	36

Rancangan penelitian ini diawali dengan penentuan teknik sampel yang akan digunakan yaitu menggunakan cluster random sampling dan menggunakan skala sesuai dengan variabel yang digunakan.

Azwar, (2015) mengemukakan bahwa skala psikologi yang berupa jenis pertanyaan maupun pernyataan, namun mampu mengungkapkan sebuah atribut yang akan digunakan dalam sebuah penelitian dan mampu mengungkapkan indikator yang terdapat dalam sebuah variabel yang akan diukur kemudian dijawantahkan dalam sebuah item. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert dimana terdapat lima kategori respon untuk skala resiliensi dari skor 0 untuk pilihan yang tidak setuju (TS), hingga skor 4 sangat setuju (SS). Adapun untuk skala rasa syukur terdapat enam kategori respon dari skor 1 untuk pilihan yang sangat tidak sesuai (STS), hingga skor 6 untuk pilihan sangat sesuai (SS).

Adapun skala yang digunakan sebagai berikut, Skala yang digunakan untuk mengukur Resiliensi adalah skala yang diadaptasi dari alat ukur yang dibuat oleh Connor dan Davidson yaitu CD-RISC yang berjumlah 10 item. Mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh (Connor dan Davidson 2003) yang meliputi flexibility,

self-efficacy, regulate emotion, optimism, dan cognitive focus. Skala yang digunakan untuk mengukur rasa syukur adalah skala yang disusun oleh Listiyandini, dkk (2015) yang berjumlah 30 item. Mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh (Fitzgerald 1998 dan Watkins 2003) yang meliputi rasa apresiasi, perasaan positif, dan kecenderungan untuk bertindak positif.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis deskriptif. Sugiyono (2019) mengemukakan bahwa analisis deskriptif merupakan analisis yang digunakan untuk memberikan deskripsi mengenai subjek dalam sebuah penelitian berdasarkan data dari variabel kelompok subjek yang diteliti dan tidak dimasukkan untuk pengujian hipotesis penelitian. Analisis deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan hasil penelitian disajikan dalam bentuk kategorisasi tingkatan pada variabel.

Data penelitian dianalisis menggunakan uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan uji Kolmogorov Smirnov. Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui suatu hubungan antar variabel yang linear (segaris) atau tidak. Uji hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi spearman.

Hasil

Hasil penelitian berjumlah 288 subjek yang secara keseluruhan berjenis kelamin laki-laki. Subjek berada di kelompok rentang usia 20-40 tahun sebanyak 194 orang (67%). Tingkat Pendidikan subjek mayoritas SMA sebanyak 125 orang (43,4%).

Tabel 2. Data Demografi

Aspek Demografis	N	%
Tidak Sekolah	2	0,7%
SD/ Paket A	33	0,4%
Pendidikan Terakhir SMP/ Paket B	61	21,1%
SMA/ Paket C	128	44,4%
S1	43	14,9%
S2	19	6,6%
S3	2	0,7%

Hasil analisis deskriptif data penelitian menggunakan analisis kategorisasi *mean* hipotetik yang dikategorisasikan ke Tingkat rendah, sedang, dan tinggi yang dapat dilihat pada tabel 2 dan 3.

Tabel 3. Rerata Variabel Penelitian

Variabel	Hipotetik			
	Min	Max	Mean	SD
Rasa Syukur	15	90	52,5	12,5
Resiliensi	0	40	20	6,66

Tabel 4. Kategorisasi Data Variabel

	Interval	Kategori	N	%
Rasa Syukur	$X \leq 40$	Rendah	14	4,86%
	$40 \leq X < 65$	Sedang	95	32,99%
	$77 <$	Tinggi	179	62,15%
Resiliensi	$X \leq 20$	Rendah	0	0,00%
	$20 \leq X < 40$	Sedang	60	20,83%
	$40 <$	Tinggi	228	79,17%

Berdasarkan tampilan pada tabel 3 dan 4, dapat dijelaskan bahwa subjek dengan skor rasa syukur dan resiliensi yang berada pada kategori rendah sebanyak 14 subjek (4,86%) dan 0. Skor yang berada pada kategori sedang sebanyak 95 subjek (32,99%) dan 60 subjek (20,83%). Skor yang berada pada kategori tinggi sebanyak 179 subjek (62,15%) dan 228 (79,17%).

Tabel 5 hasil uji hipotesis

Aspek Demografis	N	%		
Remaja Akhir (Usia 18-19 tahun)	7	3%		
Dewasa Awal (Usia 20-40 tahun)	194	67%		
USIA Dewasa Madya (Usia 41-60 tahun)	70	24%		
Dewasa Lanjut (Usia 61 tahun)	17	6%		
Variabel	R	R ²	P	Ket
Rasa Syukur*Resiliensi	0,202	0,040	0,001	Sig

Berdasarkan hasil uji hipotesis di atas diperoleh nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa diperoleh hasil yang signifikan, sehingga terdapat hubungan antara rasa syukur dengan resiliensi pada 288 warga binaan pemasyarakatan.

Pembahasan

Hasil dalam penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti di Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Makassar didapatkan hasil bahwa skor rasa syukur warga binaan pemasyarakatan pada kategori tinggi. Hal ini dapat dilihat pada data yang diperoleh menunjukkan bahwa terdapat 62,15% atau 179 subjek yang memiliki tingkat rasa syukur tinggi, sebanyak 32,99% atau 95 subjek yang memiliki tingkat rasa syukur sedang, sebanyak 4,86% atau 14 subjek yang memiliki tingkat rasa syukur rendah.

Hasil persentase menunjukkan bahwa Sebagian besar warga binaan pemasyarakatan di Lembaga

pemasyarakatan kelas 1 Makassar memiliki rasa syukur tinggi. Rasa syukur yakni sebuah emosi positif yang dialami oleh seseorang tentang suatu manfaat yang diterima dari sumber eksternal misalnya dari orang lain. Orang yang bersyukur juga memiliki coping yang positif dalam menghadapi kesulitan hidup, mencari dukungan sosial dari orang lain, menginterpretasikan pengalaman dengan sudut pandang berbeda, memiliki rencana dalam memecahkan masalah (McCullough, Tsang & Emmons, 2004). Warga binaan yang memiliki rasa syukur yang tinggi, berarti memiliki kemampuan untuk menerima kondisi yang sedang dialami dan mampu untuk bangkit kembali serta mampu mencapai aspek sesuai dengan aspek yang disampaikan oleh Fitzgerald dan Watkins yaitu memiliki rasa apresiasi, perasaan positif, dan bertindak positif.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wisnu, Adriani, Ilham, dan Octiawati, (2022) ditemukan bahwa dari hasil penelitian memiliki rasa syukur tinggi sebesar 57,30%. Hal ini menunjukkan bahwa individu yang memiliki rasa syukur tinggi tidak pernah mengeluh, meskipun selama masa tahanan memiliki banyak rintangan, namun warga binaan pemasyarakatan tetap mencari kegiatan lain di dalam Lembaga pemasyarakatan misalnya mengikuti kegiatan belajar, menjadi santri, dan bekerja di garmen. Warga binaan pemasyarakatan yang memiliki rasa syukur tinggi juga akan memiliki rasa empati serta memiliki hubungan akrab dalam menjalin pertemanan.

Hasil analisis resiliensi menunjukkan bahwa mayoritas tingkat resiliensi pada warga binaan pemasyarakatan di lembaga pemasyarakatan kelas 1 makassar

tergolong tinggi. Data sebelumnya memperlihatkan bahwa dari 288 warga binaan pemasyarakatan, terdapat 0,00% atau sebanyak 0 subjek dengan tingkat resiliensi pada kategori rendah, terdapat 20,83% atau sebanyak 60 subjek dengan tingkat resiliensi pada kategori sedang, terdapat 79,17% atau sebanyak 228 subjek dengan tingkat resiliensi tinggi.

Hasil persentase menunjukkan bahwa Sebagian besar warga binaan pemasyarakatan di Lembaga pemasyarakatan kelas 1 Makassar memiliki resiliensi tinggi. Resileinsi adalah kemampuan seseorang untuk dapat beradaptasi agar dapat mencapai sebuah hasil yang positif dan lebih baik perilakunya serta dapat bangkit ketika menghadapi kesulitan, sehingga bisa bersikap dengan tenang dan ketika mendapatkan kesulitan dapat diselesaikan serta bisa membangkitkan kembali semangatnya (Santrock, 2014).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ayu, Rochmani, dan Lastri, (2022). Pada warga binaan pemasyarakatan di Lembaga pemasyarakatan kela IIA Tangerang. Didapatkan hasil yaitu dengan resiliensi tinggi sebesar 87,1%. Individu yang memiliki resiliensi tinggi memiliki kemungkinan untuk mengalami emosi yang positif, dalam kondisi ini akan membantu megurangi emosi yang negatif sehingga ketika menghadapi tantangan kehidupan lebih mudah mencapai fungsinya secara optimal. Dalam hal ini kognitif individu akan mudah berfikir secara fleksibel dan tidak terpaku dalam permasalahan.

Hasil pengujian hipotesis yang telah dilakukan menunjukkan nilai korelasi (r) antara variabel rasa syukur dengan resiliensi sebesar 0,202. Nilai korelasi yang positif menunjukkan adanya

hubungan ke arah positif antara rasa syukur dengan resiliensi. Semakin tinggi rasa syukur yang dimiliki oleh warga binaan pemasyarakatan, maka semakin tinggi resiliensi. Begitupun sebaliknya semakin rendah rasa syukur maka semakin rendah resiliensi yang dimiliki. Pengujian ini juga memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,005$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara rasa syukur dengan resiliensi pada warga binaan pemasyarakatan di lembaga pemasyarakatan kelas 1 makassar.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Arsita, (2019) terdapat hubungan positif antara rasa syukur dengan resiliensi sebesar 0,768. Hubungan positif diartikan sebagai jika semakin tinggi rasa syukur maka semakin tinggi resiliensi. Sebaliknya, semakin rendah rasa syukur maka semakin rendah pula resiliensi. Rasa syukur memiliki pengaruh yang signifikan terhadap resiliensi. Salah satu emosi positif yang memiliki peran penting dalam meningkatkan resiliensi adalah rasa syukur. Penelitian ini mengungkapkan bahwa emosi positif termasuk rasa syukur yang dimiliki seseorang mampu mengangulangi perasaan depresif setelah terjadi bencana pada individu yang ketahanan dirinya baik. Konsep rasa syukur dalam penelitian ini terkait dengan nikmat dari Tuhan dan hal positif dalam kehidupan sehari-hari. Adapun konsep resiliensi itu sendiri mengacu pada suatu musibah atau peristiwa negatif yang dihadapi oleh individu.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa rasa syukur dianggap mampu menjadi prediktor bagi tingkat resiliensi pada warga binaan pemasyarakatan. Warga binaan

pemasyarakatan yang memiliki rasa syukur akan memiliki kepuasan hidup lebih baik sehingga tingkat kerentanan terhadap emosi negatif seperti kecewa, frustrasi, amarah, dan penyesalan diri menjadi rendah. Rasa syukur yang tinggi juga memiliki hubungan positif terhadap peningkatan resiliensi warga binaan pemasyarakatan. Semakin tinggi rasa syukur maka akan semakin cepat warga binaan pemasyarakatan dapat lebih resilien. Polak & McCullough, (2006), mengemukakan bahwa kebersyukuran merupakan pengakuan bahwa individu dapat menerima manfaat dari kebaikan orang lain hal ini akan membantu individu lebih optimis, meningkatkan empati dan rasa kebersamaan, dan keyakinan dirinya. Menurut McCullough, Emmons & Larson, (2001).

Rasa syukur memiliki tiga fungsi yaitu: 1) Gratitude as Moral Barometer, sebuah situasi yang mendakan adanya pengakuan bahwa individu telah menerima manfaat dari kebaikan orang lain, 2) Gratitude as Moral Motive, yaitu individu yang bersyukur atas bantuan yang diterimanya dan akan berusaha membalas kebaikan si pemberi bantuan dan tidak membalasnya dengan hal negatif, 3) Gratitude as Moral Reinforcer, dengan mengekspresikan rasa syukur kepada individu yang telah memberikan bantuan, maka akan menguatkan perilaku prososial individu tersebut pada waktu yang akan datang. McCullough, Tsang, dan Emmons, (2004). Mengemukakan bahwa bersyukur juga dapat membantu seseorang untuk dapat meningkatkan kemampuan dirinya dalam menghadapi masalah dan menemukan penyelesaian yang terbaik bagi masalah yang dalam hal ini adalah permasalahan yang di hadapi di dalam lingkungan lembaga pemasyarakatan.

Berdasarkan hasil pengujian didapatkan hasil bahwa rasa syukur meyumbang sebesar 4% terhadap resiliensi pada warga binaan pemasyarakatan di lembaga pemasyarakatan kelas 1 makassar. Sehingga ketika rasa syukur pada warga binaan pemasyarakatan tinggi maka resiliensi pada diri warga binaan pemasyarakatan akan ikut tinggi. bagi warga binaan pemasyarakatan di lembaga pemasyarakatan kelas 1 makassar yang memiliki rasa syukur yang rendah penelitian ini dapat memberikan bantuan dan wawasan agar dapat meningkatkan rasa syukur sehingga dapat pula untuk meningkatkan resiliensi.

Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara rasa syukur dengan resiliensi pada warga binaan pemasyarakatan di lembaga pemasyarakatan kelas 1 makassar. Semakin tinggi rasa syukur maka semakin tinggi resiliensi warga binaan pemasyarakatan begitupun sebaliknya jika semakin rendah rasa syukur yang dimiliki maka semakin rendah pula resileinsi yang dimiliki oleh warga binaan pemasyarakatan.

Implikasi dalam penelitian ini adalah rasa syukur dapat digunakan untuk intervensi meningkatkan resiliensi pada warga binaan pemasyarakatan. Peneliti mengharapkan warga binaan pemasayrakatan menyadari pentingnya memiliki rasa syukur yang tinggi.

Bagi warga binaan pemasyarakatan yang memiliki rasa syukur yang tinggi agar mempertahankan hal tersebut dan bagi yang memiliki rasa syukur yang sedang dan rendah agar dapat meningkatkan rasa syukurnya agar dapat

meningkatkan resiliensi pada diri individu masing-masing. Bagi para pegawai dan pihak lembaga pemasyarakatan diharapkan menyadari dan membantu meningkatkan rasa syukur para warga binaan pemasyarakatan agar dapat membantu meningkatkan resiliensi para warga binaan pemasyarakatan. Bagi peneliti selanjutnya agar mempertimbangkan variabel moderat yang dapat membantu melihat hal yang dapat meningkatkan resiliensi warga binaan pemasyarakatan dan disarankan menggunakan metode kualitatif agar lebih mendalami dan mendapatkan hasil yang lebih mendalam.

Referensi

- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi edisi kedua*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bartlett, M. Y., & DeSteno, D. (2006). *Gratitude and prosocial behavior: Helping when it costs you. Psychological science, 17(4), 319-325*.
- Benard, B., & Slade, S. (2009). *Moving from resilience research to youth development practice and school connectedness. Handbook of positive psychology in schools, 353*.
- Cannon, J. T. (2002). *Experience of the 1989 Loma Prieta earthquake: A narrative analysis (Doctoral dissertation, Sayboork Graduate School, 2022). Disseratation Abstracts International, 64(4-B), 1938*.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). *Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). Depression and anxiety, 18(2), 76-82*.

- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2012). *The psychology of gratitude*. Oxford, New York: Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195150100.001.0001>.
- Grotberg. (1995). *A Guide To Promoting Resilience In Childeren: Strengthening the Human Spirit*. Berlicum. Bernard Van Leer Foundation.
- Haggerty, R. J., Garmezy, N., Sherrod, L. R., & Rutter, M. (1996). *Stress, risk, and resilience in children and adolescents: Processes, mechanisms, and interventions*. Cambridge University Press.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Pearson New International Edition*. London: Pearson Education Limited.
- Kartono, K. (2011). *Patologi sosial*. Jakarta: Rajawali. Karsiyati. 2012. Hubungan Resiliensi dan Keberfungsian Keluarga Pada Remaja Pecandu Narkoba yang Sedang Menjalani Pemulihan. *Jurnal Psikologi*, 6(2), 114-116.
- Klohn, E. C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego-resiliency. *Journal of personality and social psychology*, 70(5), 1067.
- Listiyandini, R. A., Nathania, A., Syahniar, D., Sonia, L., & Nadya, R. (2015). Mengukur rasa syukur: Pengembangan model awal skala bersyukur versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 2(2), 473-496.
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131(6), 803-855.
- MacDermid, Samper, Schwarz, Nishida & Nyaronga. (2008). *Understanding And Promoting: Resilience In military Families*. Military Family Research Institute at Purdue University.
- Masten, A. S., Best, K. M., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and psychopathology*, 2(4), 425-444.
- McCullough, M. E., Tsang, J. A., & Emmons, R. A. (2004). Gratitude in intermediate affective terrain: links of grateful moods to individual differences and daily emotional experience. *Journal of personality and social psychology*, 86(2), 295.
- Murray, C. (2003). Risk factors, protective factors, vulnerability, and resilience: A framework for understanding and supporting the adult transitions of youth with high-incidence disabilities. *Remedial and special education*, 24(1), 16-26.
- Prince-Embury, S., & Saklofske, D. H. (2013). Translating resilience theory for application: Introduction. *Resilience in children, adolescents, and adults: Translating research into practice*, 3-7. USA: Springer.
- Reswara, A. M. D. (2019). *Hubungan antara kebersyukuran dan resiliensi pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus* (Doctoral dissertation).
- Riza, M. & Herdiana, I. (2013). Resiliensi Pada Narapidana Laki-laki di Lapas Klas 1 Madaeng. *Jurnal Psikologi Kepribadia dan Sosial*, 142-147.
- Safitri, A., Rochmani, S., & Winarni, L. M. (2022). Hubungan Tingkat Spiritualitas Dengan Resiliensi Pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lembaga Pemasyarakatan (LAPAS) Kelas IIA Tangerang. *Nusantara Hasana Journal*, 2(5), 100-107.

- Santrock, J. W. (2014). Adolescence (15th ed.). New York: McGraw-Hill.*
- Smith, G. (1999). Resilience concepts and findings: Implications for family therapy. Journal of Family Therapy, 21(2), 154-158.*
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (Eds.). (2001). Handbook of positive psychology. Oxford university press.*
- Suryabrata, S. (2012). Penyusunan Skala Psikologi (Edisi II). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.*
- Utami, L. H. (2020). Bersyukur dan resiliensi akademik mahasiswa. Nathiqiyah, 3(1), 1-21.*
- Utami, N. M. S. N., Sanjiwani, S., Widiastuti, A., Pradnyadani, R., & Paramitha, R. P. (2018, August). Hubungan Rasa Syukur Dengan Resiliensi Pengungsi Gunung Agung Di Kabupaten Karangasem, Bali. In Prosiding Seminar Nasional dan Call ForPaper Peranan Psikologi Bencana Dalam Mengurangi Risiko Bencana (pp. 106-111).*
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric. Journal of nursing measurement, 1(2), 165-17847.*
- Watkins, P. C., Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2004). Gratitude and subjective well-being. Scientific concepts behind happiness, kindness, and empathy in contemporary society, 167-192.*
- Wisnu, H., Ardiani, D., Ilhami, N., & Octiawati, T. (2022). Hubungan Rasa Syukur dan Resiliensi dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja Selama Pandemi Covid-19. Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan, 9(2), 159-177.*