Dinamika Resiliensi pada Narapidana Perempuan dengan Hukuman Seumur Hidup

Journal of Correctional Issues
2026, Vol.9 (1)

Politeknik Ilmu Pemasyarakatan

Review
03-05-2026

Accepted
05-06-2026

Alifah Aulia Putri Difayanti
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
alvhdva29@gmail.com

Fathul Lubabin Nuqul
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
lubabin_nuqul@uin-malang.ac.id

Rahmatika Sari Amalia
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
rahmatika.amalia@psi.uin-malang.ac.id

Rr. Ayu Sri Widyarini
Lembaga Pemasyakatan Perempuan Kelas II Malang
rororaden@yahoo.com

DOI. https://doi.org/10.52472/jci.v9i1.627

Abstrak

Narapidana perempuan yang menjalani hukuman seumur hidup menghadapi tantangan psikologis unik yang menuntut tingkat resiliensi tinggi untuk beradaptasi. Namun, penelitian mengenai dinamika resiliensi pada kelompok spesifik ini, terutama dalam konteks sistem pemasyarakatan di Indonesia, masih sangat terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam dinamika resiliensi pada narapidana perempuan yang divonis hukuman seumur hidup, dengan mengidentifikasi indikator resiliensi yang muncul serta faktor-faktor yang memengaruhinya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Tiga orang narapidana perempuan yang menjalani hukuman seumur hidup di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Klas IIA Malang berpartisipasi dalam penelitian ini. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi partisipasi pasif, dan tes psikologi proyektif. Data dianalisis menggunakan model interaktif dari Miles dan Huberman. Ditemukan tujuh indikator resiliensi utama yang muncul pada partisipan, yaitu: regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan kemampuan menjangkau masa depan (*reaching out*). Perkembangan resiliensi para partisipan dipengaruhi oleh interaksi dinamis antara faktor risiko (misalnya, isolasi sosial, krisis kepercayaan, dan kebijakan lapas) dan faktor protektif (misalnya, religiusitas, dukungan sosial, dan pengembangan potensi diri).

Kata Kunci: Resiliensi, Narapidana Perempuan, Hukuman Seumur Hidup, Studi Kasus, Psikologi Pemasyarakatan

Abstract

Female inmates serving life sentences face unique psychological challenges that demand a high degree of resilience for adaptation. However, research on the dynamics of resilience in

this specific group, particularly within the Indonesian correctional system, remains very limited. This study aims to deeply explore the dynamics of resilience in female inmates sentenced to life imprisonment, identifying the resilience indicators that emerge and the factors that influence them. This research employed a qualitative approach with a case study design. Three female inmates serving life sentences at the Class IIA Women's Penitentiary in Malang participated in the study. Data were collected through semi-structured interviews, passive participant observation, and projective psychological tests. The data were analyzed using the interactive model of Miles and Huberman. Seven main resilience indicators were found to emerge in the participants: emotion regulation, impulse control, optimism, causal analysis, empathy, self-efficacy, and reaching out. The development of the participants' resilience was influenced by the dynamic interplay between risk factors (e.g., social isolation, crisis of trust, and prison policies) and protective factors (e.g., religiosity, social support, and self-potential development).
Keywords: *Resilience, Female Inmates, Life Sentence, Case Study, Correctional Psychology*

Pendahuluan

Sistem peradilan pidana di seluruh dunia dihadapkan pada tantangan untuk tidak hanya memberikan hukuman tetapi juga merehabilitasi individu yang melakukan kejahatan. Di Indonesia, data Kepolisian Republik Indonesia menunjukkan adanya 276.507 tindak kriminalitas pada tahun 2022, sebuah kenaikan signifikan dari tahun sebelumnya (Tempo, 2022) Konsekuensi dari tindak pidana ini adalah proses pemidanaan di lembaga pemasyarakatan (lapas) bagi pelaku yang terbukti bersalah. Di antara berbagai jenis hukuman, pidana seumur hidup merupakan salah satu vonis terberat, yang menempatkan narapidana dalam kondisi psikologis yang sangat menekan karena ketidakpastian masa depan(Armor et al., 1990).

Narapidana perempuan, meskipun jumlahnya lebih sedikit dibandingkan laki-laki, menghadapi tantangan yang berbeda dan seringkali lebih kompleks di dalam penjara. Mereka cenderung lebih rentan terhadap masalah kesehatan mental akibat pemisahan dari keluarga, terutama anak-anak, serta pengalaman trauma masa lalu (Walklate, 2016). Ketika vonis seumur hidup dijatuhkan pada perempuan, beban psikologis ini menjadi semakin berat. Mereka harus menghadapi kemungkinan menghabiskan sisa hidup di balik jeruji besi, sebuah kondisi yang dapat memicu keputusasaan, depresi, dan hilangnya makna hidup (Baffour et al., 2022). Dalam konteks inilah, resiliensi kemampuan untuk beradaptasi secara positif dalam menghadapi kesulitan atau trauma menjadi faktor krusial bagi kelangsungan hidup psikologis mereka(Reivich & Shatte, 2003).

Sejumlah penelitian internasional telah mengkaji resiliensi di kalangan narapidana, namun seringkali dengan fokus pada populasi umum atau narapidana laki-laki (Chen et al., 2020; Sygit-Kowalkowska et al., 2017). Di Indonesia, beberapa studi telah menyentuh resiliensi narapidana, tetapi cenderung bersifat umum atau berfokus pada narapidana dengan masa hukuman tertentu (Hamzah, 2018; Mahesa et al., 2022). Terdapat celah penelitian (research gap) yang signifikan dalam pemahaman mendalam mengenai dinamika resiliensi yang spesifik pada narapidana perempuan dengan vonis seumur hidup dalam konteks budaya dan kelembagaan di Indonesia. Belum banyak studi yang mengeksplorasi bagaimana mereka membangun kekuatan untuk bertahan, faktor-faktor unik apa

yang mendukung atau menghambat proses tersebut, dan bagaimana resiliensi mereka berkembang seiring berjalannya waktu.

Selain itu konsep resiliensi juga relevan dengan perubahan paradigma pemidanaan pada KUHP Indonesia yang baru. Peralihan KUHP baru ke paradigma restorative-rehabilitatif menempatkan pemidanaan sebagai upaya pembinaan, rekonsiliasi sosial, dan reintegrasi, bukan sekadar pembalasan (Amarini et al., 2024; Garcia et al., 2020; Mahardhika, 2021; Sukardi & Purnama, 2022). Sebagai upaya pembinaan, berorientasi pembentukan kepribadian, pengendalian diri, dan kemampuan hidup bermasyarakat (Garcia et al., 2020; Hamzah, 2018; Saputra et al., 2024), yang dapat secara konseptual dipetakan sebagai indikator resiliensi (regulasi emosi, coping adaptif, orientasi masa depan).

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi celah tersebut dengan mengeksplorasi secara mendalam dinamika resiliensi pada narapidana perempuan yang menjalani hukuman seumur hidup di sebuah lembaga pemasyarakatan di Indonesia. Dengan menggunakan pendekatan studi kasus kualitatif, penelitian ini berupaya untuk menjawab pertanyaan berikut: (1) Indikator resiliensi apa saja yang muncul pada narapidana perempuan dengan hukuman seumur hidup? (2) Faktor-faktor apa yang memengaruhi pembentukan resiliensi mereka? dan (3) Bagaimana dinamika resiliensi tersebut berkembang selama mereka menjalani masa hukuman? Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis pada literatur psikologi pemasyarakatan dan memberikan wawasan praktis bagi pengembangan kebijakan dan program rehabilitasi yang lebih efektif dan manusiawi di lembaga pemasyarakatan Indonesia.

Tinjauan Pustaka

Konsep Resiliensi

Resiliensi bukanlah sekadar kemampuan untuk bertahan, melainkan sebuah proses dinamis yang memungkinkan individu untuk beradaptasi secara positif dalam menghadapi kesulitan, trauma, atau stres yang signifikan(Reivich & Shatte, 2003). Masten (2001) menggambarkannya sebagai "keajaiban biasa" (*ordinary magic*), menyoroti bahwa resiliensi muncul dari fungsi adaptif dasar manusia, bukan dari sifat kepribadian yang luar biasa (Masten, 2001). Dalam konteks psikologis, resiliensi mencakup kemampuan untuk bangkit kembali dari pengalaman negatif, mempertahankan fungsi psikologis yang sehat, dan bahkan bertumbuh melalui kesulitan tersebut, sebuah fenomena yang dikenal sebagai *post-traumatic growth* (Park, 2010).

Kerangka kerja yang diadopsi dalam penelitian ini didasarkan pada model tujuh faktor dari Reivich dan Shatte (2003), yang mengidentifikasi komponen-komponen kunci dari resiliensi yang dapat dipelajari dan dikembangkan. Faktor-faktor ini adalah: (1) Regulasi Emosi, kemampuan mengelola perasaan; (2) Kontrol Impuls, kemampuan mengendalikan dorongan; (3) Optimisme, keyakinan pada masa depan yang positif; (4) Analisis Kausal, kemampuan mengidentifikasi penyebab masalah secara akurat; (5) **Empati**, kemampuan memahami perasaan orang lain; (6) Efikasi Diri, keyakinan pada kemampuan diri untuk mengatasi tantangan; dan (7) *Reaching Out*, kemampuan mencari dan memanfaatkan peluang positif. Kerangka ini menyediakan lensa analitis untuk mengidentifikasi manifestasi konkret dari resiliensi pada partisipan.

Resiliensi dalam Konteks Pemasyarakatan

Lingkungan penjara merupakan sebuah *significant adversity* yang dapat memberikan dampak psikologis mendalam, termasuk depresi, kecemasan, dan hilangnya identitas diri(Cunha et al., 2023; Favril & van Ginneken, 2024; Lanciano et al., 2022) . Hukuman seumur hidup secara khusus menciptakan tekanan psikologis yang ekstrem karena menghilangkan harapan akan kebebasan di masa depan (Baffour et al., 2022). Dalam kondisi seperti ini, resiliensi menjadi sumber daya psikologis yang vital. Penelitian menunjukkan bahwa narapidana dengan tingkat resiliensi yang lebih tinggi cenderung menunjukkan penyesuaian yang lebih baik terhadap kehidupan penjara, memiliki kesehatan mental yang lebih baik, dan lebih kecil kemungkinannya untuk terlibat dalam perilaku maladaptif (Huang et al., 2020; Pertiwi & Kaloeti, 2021; Sygit-Kowalkowska et al., 2017)

Narapidana perempuan menghadapi tantangan yang diperparah oleh faktor gender. Mereka seringkali merupakan pengasuh utama bagi anak-anak mereka, dan pemisahan ini dapat menyebabkan rasa bersalah dan kecemasan yang mendalam (Sunpuwan et al., 2024). Selain itu, banyak narapidana perempuan memiliki riwayat trauma, kekerasan, dan viktimisasi sebelum mereka dipenjara, yang membuat mereka lebih rentan terhadap tekanan psikologis di dalam lapas(Pertiwi & Kaloeti, 2021; Sygit-Kowalkowska et al., 2017). Oleh karena itu, program rehabilitasi yang efektif harus bersifat sensitif gender dan berfokus pada penguatan faktor-faktor protektif yang dapat membangun resiliensi, seperti yang diidentifikasi oleh Grotberg (1995) dalam modelnya: "*I Have"* (dukungan eksternal), "*I Am"* (kekuatan internal), dan "*I Can*" (keterampilan interpersonal dan pemecahan masalah) (Grotberg, 1995).

Tinjauan pustaka menunjukkan bahwa meskipun resiliensi adalah konsep yang banyak diteliti, aplikasinya pada populasi narapidana perempuan dengan hukuman seumur hidup di negara-negara non-Barat, seperti Indonesia, masih kurang dieksplorasi. Sebagian besar penelitian yang ada berfokus pada narapidana laki-laki atau mereka dengan masa hukuman yang lebih pendek. Dengan mengintegrasikan kerangka kerja resiliensi dari Reivich dan Shatte (2003) dan model faktor protektif dari Grotberg (1995), penelitian ini berupaya memberikan pemahaman yang kaya dan kontekstual tentang bagaimana narapidana perempuan di Indonesia menavigasi tantangan ekstrem dari hukuman seumur hidup dan membangun resiliensi dari waktu ke waktu.

Metode Penelitian

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus instrumental. Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi secara mendalam dan holistik "kasus" dari dinamika resiliensi dalam konteks kehidupan nyata yang terbatas. Studi kasus ini berfokus pada pemahaman proses, makna, dan pengalaman subjektif dari para partisipan, yang sesuai dengan tujuan penelitian untuk menggali dinamika resiliensi secara mendalam.

Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, di mana peneliti menetapkan kriteria spesifik untuk memilih individu yang memiliki pengalaman dan pengetahuan

kaya terkait fenomena yang diteliti [15]. Kriteria inklusi adalah: (1) berjenis kelamin perempuan, (2) sedang menjalani vonis hukuman seumur hidup, dan (3) bersedia berpartisipasi secara sukarela dalam penelitian. Tiga orang narapidana dari Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Klas IIA Malang yang memenuhi kriteria tersebut berpartisipasi dalam studi ini. Latar penelitian, sebuah lapas khusus perempuan, menyediakan konteks unik di mana interaksi sosial dan program pembinaan membentuk pengalaman para narapidana.

Tabel 1: Karakteristik Demografis Partisipan

Inisial	Usia	Kasus Pidana	Menjelani pidana
OS	53	Narkotika	7 th
GV	27	Pembunuhan Berencana	3 th
KN	39	Narkotika	9 th

Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui tiga metode utama untuk memastikan triangulasi dan kedalaman data:

1 **Wawancara Semi-Terstruktur**: Menjadi sumber data primer, wawancara dilakukan dalam beberapa sesi dengan setiap partisipan. Sebuah pedoman wawancara yang fleksibel digunakan untuk mengeksplorasi topik-topik seperti pengalaman awal menerima vonis, tantangan yang dihadapi di lapas, strategi bertahan, hubungan sosial, dan pandangan tentang masa depan.

2 **Observasi Partisipasi Pasif**: Peneliti meluangkan waktu di dalam lapas untuk mengamati interaksi partisipan dengan narapidana lain dan staf, serta partisipasi mereka dalam kegiatan sehari-hari. Observasi ini memberikan data kontekstual tentang perilaku nyata partisipan di lingkungan alami mereka.

3 **Tes Psikologi Proyektif**: Tes Grafis (Draw-A-Person, Baum Test), Wartegg, dan SSCT (Sacks Sentence Completion Test) digunakan sebagai data sekunder. Tes ini tidak digunakan untuk diagnosis, melainkan untuk menggali aspek kepribadian, konflik internal, dan hubungan interpersonal yang mungkin tidak terungkap sepenuhnya melalui wawancara, sehingga memperkaya pemahaman peneliti.

Analisis Data

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan model analisis interaktif yang dikembangkan oleh Miles et al., (2014), Proses analisis ini melibatkan tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan:

1 **Reduksi Data**: Transkrip wawancara dan catatan lapangan dibaca berulang kali. Data yang relevan diberi kode, disederhanakan, dan ditransformasikan untuk mengidentifikasi pola-pola awal. Proses ini melibatkan *open coding* dan *axial coding* untuk mengembangkan kategori dan tema.

2 **Penyajian Data**: Data yang telah direduksi diorganisir ke dalam bentuk matriks, tabel, dan narasi terstruktur. Penyajian ini membantu peneliti untuk melihat hubungan antar tema dan

membangun alur cerita dari dinamika resiliensi setiap partisipan.

3 **Penarikan Simpulan/Verifikasi**: Dari data yang telah disajikan, peneliti menarik simpulan awal, yang kemudian diverifikasi secara terus-menerus dengan data mentah. Proses ini memastikan bahwa interpretasi yang dibuat benar-benar didasarkan pada data yang ada.

Keabsahan Data

Untuk menjamin kualitas penelitian kualitatif ini, beberapa strategi *trustworthiness* diterapkan. Kredibilitas ditingkatkan melalui triangulasi sumber data (wawancara, observasi, tes psikologi) dan *member checking*, di mana simpulan awal dikonfirmasikan kembali kepada partisipan. Transferabilitas diupayakan dengan memberikan deskripsi yang kaya (*thick description*) mengenai konteks penelitian dan pengalaman partisipan. Dependabilitas dan konfirmabilitas dijamin melalui pencatatan jejak audit (*audit trail*) yang rinci mengenai seluruh proses penelitian.

Seluruh prosedur penelitian telah mendapatkan persetujuan etik dari pihak institusi terkait dan pimpinan lembaga pemasyarakatan. Sebelum pengumpulan data, setiap partisipan diberikan penjelasan lengkap mengenai tujuan penelitian dan menandatangani formulir persetujuan setelah penjelasan (*informed consent*)**.** Partisipasi bersifat sukarela, dan mereka diinformasikan mengenai hak mereka untuk menolak atau menarik diri kapan saja tanpa konsekuensi. Untuk menjaga kerahasiaan dan anonimitas, semua nama dalam laporan ini adalah pseudonim, dan data identitas pribadi tidak pernah diungkapkan.

Hasil Penelitian

Analisis data kualitatif mengungkapkan gambaran yang kaya mengenai dinamika resiliensi ketiga partisipan. Temuan utama disajikan dalam tiga bagian: (1) indikator resiliensi yang termanifestasi, (2) faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi, dan (3) model dinamika resiliensi yang berkembang seiring waktu.

Indikator Resiliensi yang Muncul

Berdasarkan kerangka teoretis, tujuh indikator resiliensi teridentifikasi dari pengalaman para partisipan. Indikator-indikator ini tidak muncul secara statis, melainkan berkembang melalui perjuangan dan adaptasi personal. Tabel 3 menyajikan ringkasan indikator tersebut beserta kutipan yang representatif.

Tabel 3: Indikator Resiliensi dan Kutipan Representatif

Indikator Resiliensi	Deskripsi Singkat	Kutipan Representatif
Regulasi Emosi	Kemampuan untuk mengelola dan mengendalikan respons emosional terhadap situasi yang menekan.	"...meski dulu emosi saya meluap-luap, beranjaknya usia saya mulai sadar tidak lagi arogan emosi karena ga nguntungin." (OS, 53 tahun)
Kontrol Impuls	Kemampuan untuk menahan dorongan negatif dan mematuhi aturan meskipun dalam kondisi	"Saya lebih mencari kegiatan lain saja, saya ga pernah diem selalu ada

Indikator Resiliensi	Deskripsi Singkat	Kutipan Representatif
	sulit.	kerjaan... entah yang bikin jus, ngupas bawang atau apa pun itu." (KN, 39 tahun)
Optimisme	Mempertahankan pandangan positif dan harapan untuk masa depan, meskipun menghadapi ketidakpastian.	"Kalau bebas nanti saya mau buka usaha kecil, kafe kecil biar aku bisa masak kesukaanku dengan teman-teman tapi makanan khas Indonesia..." (OS, 53 tahun)
Analisis Kausal	Kemampuan untuk secara akurat mengidentifikasi penyebab masalah dan mengambil tanggung jawab untuk perbaikan diri.	"...intinya yang sudah saya alami itu menjadi pembelajaran atas kesalahan untuk jadi pribadi yang lebih baik." (GV, 27 tahun)
Empati	Kemampuan untuk merasakan dan menunjukkan kepedulian terhadap kondisi orang lain di sekitarnya.	"Disini saling menguatkan, keunikan saya gitu sering nguarin orang padahal saya sendiri lemah. Saya selalu memberikan mereka pandangan positif..." (KN, 39 tahun)
Efikasi Diri	Keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk memecahkan masalah dan mengatasi kesulitan.	"Dari awal sampe di titik ini setelah berbagai hal yang sudah saya alami, saya selalu percaya dan harus yakin sama diri sendiri..." (OS, 53 tahun)
Reaching Out	Kemampuan untuk menemukan makna positif dan bertumbuh dari pengalaman sulit, serta menjangkau masa depan.	"Lapas ini secara keseluruhan bagus untuk merubah hidup, karena jujur di sini saya dapat belajar untuk kerja keras, jujur, dan belajar banyak." (GV, 27 tahun)

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi

Perkembangan resiliensi para partisipan tidak terjadi dalam ruang hampa. Proses ini sangat dipengaruhi oleh interaksi

penyangga (*buffer*) terhadap kesulitan dan menjadi fondasi bagi perkembangan resiliensi.

1 **Religiusitas dan Spiritualitas**: Bagi ketiga partisipan, keyakinan pada Tuhan menjadi sumber kekuatan utama. Mereka menemukan makna dan penerimaan atas nasib mereka melalui spiritualitas. OS (53 tahun) menjelaskan, "*Saya percaya ini semua jalan dari Tuhan. Saya pasrahkan saja, sambil terus berdoa dan berbuat baik. Itu yang bikin saya kuat.*"
2 **Dukungan Sosial Internal**: Meskipun ada krisis kepercayaan, dukungan dari sesama narapidana yang mengalami nasib serupa menjadi sangat penting. Mereka membentuk ikatan persaudaraan yang saling menguatkan. "*Kita di sini senasib. Kalau ada yang sedih, kita hibur. Kalau ada yang sakit, kita urus. Cuma kita yang ngerti perasaan kita,*" ujar KN (39 tahun).
3 **Pengembangan Potensi Diri**: Keterlibatan dalam kegiatan pembinaan, seperti memasak, menjahit, atau kegiatan keagamaan, memberikan partisipan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan dan menemukan kembali rasa berharga (*self-worth*).
4 **Harapan akan Masa Depan**: Meskipun menghadapi vonis seumur hidup, harapan untuk suatu hari bisa mendapatkan grasi dan berkumpul kembali dengan keluarga menjadi motivasi yang kuat untuk terus bertahan dan berperilaku baik.

Dinamika Resiliensi: Sebuah Proses Tiga Fase

Dari narasi para partisipan, dapat ditarik sebuah model dinamika resiliensi yang berkembang melalui tiga fase utama:

1 **Fase Guncangan dan Keputusasaan (*Shock and Despair*)**: Fase ini terjadi pada awal masa hukuman, segera setelah vonis dijatuhkan. Partisipan mengalami perasaan syok, tidak percaya, marah, dan kehilangan harapan. Mereka cenderung menarik diri, mengalami krisis makna, dan merasa masa depan mereka telah berakhir. Pada fase ini, faktor risiko terasa jauh lebih dominan.

2 **Fase Adaptasi dan Negosiasi (*Adaptation and Negotiation*)**: Seiring berjalannya waktu, partisipan mulai beradaptasi dengan realitas kehidupan di penjara. Ini adalah fase perjuangan di mana mereka mulai menegosiasikan identitas baru mereka sebagai "narapidana seumur hidup". Mereka secara aktif mencari cara untuk bertahan, mulai dari membangun rutinitas, mencari dukungan sosial, hingga mengandalkan keyakinan spiritual. Faktor protektif mulai diaktifkan untuk melawan tekanan dari faktor risiko.

3 **Fase Pertumbuhan dan Penerimaan (*Growth and Acceptance*)**: Pada fase ini, partisipan telah mencapai tingkat penerimaan yang lebih dalam atas kondisi mereka. Mereka tidak lagi hanya bertahan, tetapi mulai menemukan makna dan tujuan baru dalam hidup mereka di lapas. Indikator resiliensi seperti empati, efikasi diri, dan *reaching out* menjadi lebih menonjol. Mereka mampu melihat pengalaman pahit sebagai sebuah pelajaran hidup dan bahkan menjadi sumber kekuatan bagi narapidana lain. Di fase ini, faktor protektif telah menjadi sumber daya internal yang kokoh.

Pembahasan

Penelitian ini mengeksplorasi dinamika resiliensi pada narapidana perempuan dengan hukuman seumur hidup, sebuah populasi yang seringkali tidak terlihat dalam literatur psikologi. Temuan penelitian ini tidak hanya mengonfirmasi kerangka teoretis yang ada, tetapi juga memberikan wawasan baru yang kontekstual dan mendalam.

Temuan mengenai tujuh indikator resiliensi sejalan dengan model yang dikembangkan oleh Reivich dan Shatte (2003). Hal ini menunjukkan bahwa komponen-komponen resiliensi tersebut memiliki validitas lintas budaya dan dapat diterapkan untuk memahami adaptasi psikologis dalam lingkungan ekstrem seperti penjara seumur hidup. Kemampuan untuk meregulasi emosi, mengontrol impuls, dan mempertahankan optimisme menjadi fondasi bagi para partisipan untuk bertahan dari guncangan awal. Selanjutnya, kemampuan yang lebih kognitif seperti analisis kausal dan efikasi diri memungkinkan mereka untuk mulai membangun kembali identitas yang positif. Terakhir, empati dan kemampuan *reaching out* menandakan tingkat resiliensi yang lebih matang, di mana mereka mampu melampaui penderitaan pribadi dan berkontribusi pada lingkungan sekitarnya. Ini sejalan dengan konsep *post-traumatic growth*, di mana individu tidak hanya pulih dari trauma tetapi juga mengalami

pertumbuhan psikologis yang positif (Park, 2010).

Interaksi antara faktor risiko dan faktor protektif secara kuat mendukung model triadik dari Grotberg, (1995). Faktor protektif yang ditemukan dapat dipetakan ke dalam tiga pilar Grotberg: *"I Have*" (dukungan eksternal, seperti dari keluarga, sesama narapidana, dan psikolog), "*I Am*" (kekuatan internal, seperti sikap religius, pemikiran positif, dan kesadaran diri), dan *"I Can"* (keterampilan dan kompetensi, seperti kemampuan beradaptasi dan memecahkan masalah). Temuan ini menegaskan bahwa resiliensi bukanlah semata-mata kekuatan internal, melainkan hasil dari interaksi ekologis antara individu dengan lingkungannya. Secara khusus, peran religiusitas sebagai faktor protektif inti sangat menonjol, yang konsisten dengan penelitian lain yang menyoroti peran keyakinan spiritual sebagai mekanisme koping yang kuat dalam menghadapi stres berat(Favril & van Ginneken, 2024; Saputra et al., 2024).

Model dinamika tiga fase (Guncangan, Adaptasi, dan Pertumbuhan) yang muncul dari data memberikan kontribusi unik pada pemahaman resiliensi sebagai sebuah proses. Fase-fase ini mencerminkan perjalanan psikologis dari kondisi pasif dan reaktif menuju kondisi proaktif dan penuh makna(Huang et al., 2020; Sygit-Kowalkowska et al., 2017). Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi dapat dipelajari dan dikembangkan dari waktu ke waktu, bahkan dalam kondisi yang paling tidak mendukung sekalipun. Proses ini menantang pandangan deterministik bahwa hukuman seumur hidup hanya akan berujung pada kerusakan psikologis, dan sebaliknya, membuka kemungkinan adanya pertumbuhan dan pemulihan(Pertiwi & Kaloeti, 2021).

Secara teoretis, penelitian ini memperkaya literatur resiliensi dengan memberikan bukti empiris dari konteks non-Barat yang unik. Studi ini menunjukkan bagaimana model-model resiliensi yang dikembangkan di Barat dapat diterapkan, namun manifestasinya dibentuk oleh nilai-nilai budaya lokal, seperti konsep "pasrah" dan "ikhlas" dalam konteks religiusitas di Indonesia. Hal ini mendorong adanya pendekatan yang lebih peka budaya dalam studi psikologi.

Secara praktis, temuan ini memiliki implikasi yang kuat bagi sistem pemasyarakatan di Indonesia.

1 **Perlunya Intervensi Sensitif Gender**: Program pembinaan tidak bisa lagi bersifat "satu ukuran untuk semua". Diperlukan program yang secara spesifik dirancang untuk mengatasi kebutuhan unik narapidana perempuan, termasuk isu-isu terkait peran sebagai ibu, riwayat trauma, dan kesehatan mental.
2 **Fokus pada Penguatan Faktor Protektif**: Tidak hanya berfokus pada pengendalian perilaku negatif, program rehabilitasi harus secara aktif berupaya membangun faktor-faktor protektif. Ini dapat mencakup fasilitasi kunjungan keluarga, pembentukan kelompok dukungan sebaya (*peer support groups*), penyediaan konseling spiritual dan psikologis yang konsisten, serta pengembangan program vokasional yang bermakna untuk meningkatkan efikasi diri.
3 **Menciptakan Lingkungan yang Mendukung**: Kebijakan pembinaan di lembaga pemasyarakatan perlu ditinjau kembali guna menyelaraskan dengan perubahan paradigma dalam KUHP. Menciptakan lingkungan yang lebih

kondusif bagi pertumbuhan psikologis. Mengurangi kepadatan penghuni, meningkatkan kualitas interaksi antara staf dan narapidana, serta memberikan otonomi yang lebih besar dalam kegiatan positif dapat membantu mengurangi faktor risiko dan memperkuat faktor protektif.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, sebagai studi kasus dengan tiga partisipan, temuan ini tidak dapat digeneralisasi ke seluruh populasi narapidana perempuan seumur hidup. Namun, tujuan penelitian ini adalah kedalaman pemahaman, bukan generalisasi statistik. Kedua, data yang bersifat *cross-sectional* berarti bahwa model dinamika tiga fase merupakan interpretasi dari narasi retrospektif partisipan, bukan hasil dari observasi longitudinal. Ketiga, kehadiran peneliti di lapangan mungkin telah memengaruhi respons partisipan, meskipun berbagai upaya untuk membangun hubungan saling percaya telah dilakukan.

Untuk penelitian di masa depan, studi longitudinal yang mengikuti narapidana perempuan sejak awal masa hukuman akan sangat berharga untuk memvalidasi model dinamika resiliensi yang diusulkan. Selain itu, penelitian komparatif antara lapas yang berbeda atau penelitian kuantitatif dengan sampel yang lebih besar dapat menguji hubungan antara faktor-faktor yang diidentifikasi dalam penelitian ini dengan hasil kesehatan mental secara lebih luas.

Simpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa resiliensi pada narapidana perempuan yang menjalani hukuman seumur hidup adalah sebuah proses yang kompleks, dinamis, dan multifaset, yang berkembang melalui perjuangan dan adaptasi dari waktu ke waktu. Resiliensi bukanlah sifat bawaan, melainkan hasil dari interaksi berkelanjutan antara kapasitas internal individu,seperti spiritualitas dan optimism, dengan sumber daya eksternal, terutama dukungan sosial. Temuan ini menantang narasi tunggal tentang keputusasaan di penjara dan menunjukkan adanya potensi untuk pertumbuhan dan penemuan makna bahkan dalam keadaan yang paling sulit. Kontribusi utama dari penelitian ini adalah penegasannya bahwa untuk memfasilitasi resiliensi, sistem pemasyarakatan harus beralih ke pendekatan rehabilitasi yang lebih holistik, manusiawi, dan sensitif gender, yang secara aktif membangun kekuatan dan harapan, bukan hanya menghukum kelemahan.

Referensi

Amarini, I., Samhudi, G. R., Mukarromah, S., Ismail, N., & Saefudin, Y. (2024). Social Reintegration after the Implementation of Restorative Justice in the Indonesian Criminal Code. *Jurnal Media Hukum*, *31*(1), 115–133. https://doi.org/10.18196/jmh.v31i1.20655

Armor, J. C., Head, D. W., Blackburn, J. V., & Slone, C. D. (1990). Amenability to Rehabilitation Among Prison Inmates. *Journal of Offender Counseling Services Rehabilitation*, *14*(2), 137–142. https://doi.org/10.1300/J264v14n02_09

Baffour, F. D., Francis, A. P., Chong, M. D., & Harris, N. (2022). Mental Health Experiences Among Inmates Serving Life Sentences in Ghana Prisons. *International Criminal Justice Review*, *32*(1), 5–23. https://doi.org/10.1177/1057567720963718

Chen, M., Tang, Q., Xu, S., Leng, P., & Pan, Z. (2020). Design and Evaluation of an

Augmented Reality-Based Exergame System to Reduce Fall Risk in the Elderly. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(19), 7208. https://doi.org/10.3390/ijerph17197208

Cunha, O., Castro Rodrigues, A. de, Caridade, S., Dias, A. R., Almeida, T. C., Cruz, A. R., & Peixoto, M. M. (2023). The impact of imprisonment on individuals' mental health and society reintegration: study protocol. *BMC Psychology*, *11*(1), 215. https://doi.org/10.1186/s40359-023-01252-w

Favril, L., & van Ginneken, E. F. J. C. (2024). Individual and environmental contributors to psychological distress during imprisonment. *European Journal of Criminology*, *21*(3), 350–369. https://doi.org/10.1177/14773708231201726

Garcia, V., Disemadi, H. S., & Arief, B. N. (2020). The Enforcement of Restorative Justice in Indonesia Criminal Law. *Legality: Jurnal Ilmiah Hukum*, *28*(1), 22–35. https://doi.org/10.22219/ljih.v28i1.10680

Grotberg, E. H. (1995). *A Guide to Promoting Resilience in Children: Strengthening the Human Spirit*.

Hamzah, I. (2018). Self acceptance and significant other as psychososial resources for female narrant resilience with lifetime penalties. *Journal of Correctional Issues*, *1*(2), 90–103. https://doi.org/10.52472/jci.v1i2.13

Huang, Y., Wu, R., Wu, J., Yang, Q., Zheng, S., & Wu, K. (2020). Psychological resilience, self-acceptance, perceived social support and their associations with mental health of incarcerated offenders in China. *Asian Journal of Psychiatry*, *52*, 102166. https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102166

Lanciano, T., de Leonardis, L., & Curci, A. (2022). The psychological effects of imprisonment: The role of cognitive, psychopathic and affective traits. *Europe's Journal of Psychology*, *18*(3), 262–278. https://doi.org/10.5964/ejop.3995

Mahardhika, V. (2021). *The Restorative Justice: A Better Alternative to Reduce Recidivism*. https://doi.org/10.2991/assehr.k.210506.018

Mahesa, P., Kesejahteraan, R. P., Bandung, S., Yuliani, D., & Kesejahteraan, P. (2022). Resiliensi warga binaan lembaga pemasyarakatan perempuan kelas IIa Denpasar Bali pada masa pandemi covid-19. In *PEKSOS: Jurnal Ilmiah Pekerjaan Sosial* (Vol. 21, Issue 1).

Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, *56*(3), 227–238. https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227

Miles, M. B., Hubermas, A. M., & Sardana, J. (2014). *Qualitative Data Analysis*. SAGE.

Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*, *136*(2), 257–301. https://doi.org/10.1037/a0018301

Pertiwi, T. L., & Kaloeti, D. V. S. (2021). *The Effect of Resilience on the Quality of Life and Psychological Symptoms on Incarcerated Women*. https://doi.org/10.2991/assehr.k.210423.046

Reivich, K., & Shatte, A. (2003). *The Resilience Factor: 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles*. Broadway Books.

Saputra, L. E. A. W., Thalib, H., Pawennei, M., & Khallid, H. (2024). The Core of Restorative Justice in Indonesia's Criminal Justice System. *International Journal of Religion*, *5*(11), 7828–7837. https://doi.org/10.61707/msy1y674

Sukardi, S., & Purnama, H. R. (2022). Restorative Justice Principles in Law Enforcement and Democracy in Indonesia. *Journal of Indonesian Legal Studies*, *7*(1),

155–190. https://doi.org/10.15294/jils.v7i1.53057

Sunpuwan, M., Thaweesit, S., & Tangchonlatip, K. (2024). Perceived anxiety and depression and associated factors among women inmates with a long-term sentence in Thailand. *PLOS ONE*, *19*(3), e0299318. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0299318

Sygit-Kowalkowska, E., Szrajda, J., Weber-Rajek, M., Porażyński, K., & Ziółkowski, M. (2017). Resilience as a predicator of mental health of incarcerated women. *Psychiatria Polska*, *51*(3), 549–560. https://doi.org/10.12740/PP/OnlineFirst/62617

Tempo. (2022). *Ada 276.507 Kejahatan di Indonesia Sepanjang 2022, Naik Dibanding 2021*. Https://Www.Tempo.Co/Hukum/Ada-276-507-Kejahatan-Di-Indonesia-Sepanjang-2022-Naik-Dibanding-2021--234112.

Walklate, S. (2016). The Crime of all Crimes: Toward a Criminology of Genocide. By Nicole Rafter (New York University Press, 2016. 297pp. $35). *British Journal of Criminology*, *56*(6), 1308–1310. https://doi.org/10.1093/bjc/azw061