



Volume 2	Issue 2	December 2024	DOI: https://doi.org/10.52472/jmhsr.v2i2.603	Page: 53-63
----------	---------	---------------	--	-------------

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA NARAPIDANA LANJUT USIA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KLAS IIA SRAGEN

¹Bella Amelia,

¹Politeknik Pengayoman Indonesia

² Politeknik Pengayoman Indonesia

Corresponding Author: Bella Amelia; Email: bella.amelia@poltekip.ac.id

ARTICLE INFO

Keywords: Kesejahteraan psikologis; narapidana lanjut usia; lembaga pemasyarakatan; upaya pembinaan.

Received : 24 October 2024

Revised : 4 November 2024

Accepted : 28 November 2024

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi kesejahteraan psikologis serta upaya yang dilakukan narapidana lanjut usia dalam mencapai psychological well-being di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Sragen. Kehidupan di lembaga pemasyarakatan dapat memengaruhi kesehatan psikologis seseorang dan menimbulkan tekanan mental seperti stres, rasa bersalah, dan isolasi sosial. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara dan observasi terhadap empat narapidana lanjut usia yang telah menjalani setengah dari masa pidananya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keempat subjek memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang relatif baik pada beberapa dimensi seperti penerimaan diri, pengembangan diri, tujuan hidup, otonomi, dan hubungan positif dengan orang lain. Upaya yang dilakukan untuk mencapai kesejahteraan psikologis meliputi peningkatan religiusitas, partisipasi dalam kegiatan pembinaan, serta membangun hubungan sosial yang positif dengan sesama narapidana dan petugas. Dukungan keluarga dan lingkungan lembaga pemasyarakatan juga berperan penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis narapidana lanjut usia.

INTRODUCTION

Proses penuaan merupakan bagian alami dari kehidupan manusia yang ditandai dengan menurunnya fungsi fisik, kognitif, dan sosial. Menurut Kholifah (2016), penuaan mengakibatkan perubahan struktur tubuh dan sistem kerja organ yang berpengaruh terhadap kemampuan fisik serta kondisi psikologis individu. Lansia sering kali menghadapi berbagai tantangan, mulai dari penurunan kesehatan, kehilangan pasangan, keterbatasan ekonomi, hingga menurunnya interaksi sosial. World Health Organization (WHO, dalam Prabowo, 2020) mengklasifikasikan lansia menjadi

empat kelompok, yaitu paruh baya (45–59 tahun), lansia (60–74 tahun), lansia tua (75–90 tahun), dan sangat tua (di atas 90 tahun). Di Indonesia, menurut Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, seseorang dikategorikan sebagai lansia apabila telah berusia 60 tahun ke atas.

Data Badan Pusat Statistik (BPS, 2020) menunjukkan bahwa jumlah lansia di Indonesia mencapai 9,92% atau sekitar 26,82 juta jiwa. Angka ini menandakan bahwa Indonesia telah memasuki fase *aging population*, di mana proporsi penduduk berusia lanjut meningkat signifikan. Kondisi ini menimbulkan berbagai implikasi sosial dan kebijakan, termasuk di lingkungan lembaga

pemasyarakatan yang turut menampung narapidana lanjut usia (lansia). Dalam konteks pemasyarakatan, lansia merupakan kelompok rentan karena selain mengalami keterbatasan fisik, mereka juga menghadapi tekanan psikologis akibat kehilangan kebebasan, stigma sosial, serta keterpisahan dari keluarga.

Menurut Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan, lembaga pemasyarakatan (lapas) berfungsi sebagai tempat pembinaan narapidana agar mereka dapat menyadari kesalahannya dan kembali menjadi anggota masyarakat yang berguna. Namun, kondisi di lapangan menunjukkan bahwa proses pembinaan tidak selalu berjalan optimal, terutama bagi narapidana lanjut usia. Lansia di lapas kerap mengalami penurunan kesehatan, kesepian, dan stres karena keterbatasan fasilitas serta minimnya perhatian terhadap kebutuhan psikologis mereka (Heidari et al., 2017). Data dari Direktorat Jenderal Pemasyarakatan (2020) mencatat terdapat lebih dari 4.000 narapidana lansia di Indonesia, sebagian besar di antaranya menderita penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes, dan gangguan sendi.

Secara psikologis, narapidana lanjut usia menghadapi tantangan berat dalam menyesuaikan diri dengan kehidupan di balik jeruji. Kehilangan identitas sosial, pembatasan aktivitas, serta hilangnya kebebasan merupakan faktor utama yang dapat menurunkan kesejahteraan psikologis (Ryff, 1989). Kondisi stres, rasa bersalah, dan isolasi sosial membuat narapidana lansia rentan mengalami depresi dan gangguan emosi (Kusumaningsih, 2017). Penelitian dari Gunawan & Handayani (2017) menunjukkan bahwa tingkat *psychological well-being* (PWB) narapidana lansia cenderung rendah karena lingkungan penjara yang tertutup dan minimnya interaksi positif dengan orang lain.

Psychological well-being atau kesejahteraan psikologis, sebagaimana dikemukakan Ryff (1989), merupakan kondisi individu yang mampu menerima diri sendiri secara positif, menjalin hubungan yang sehat dengan orang lain, memiliki otonomi, menguasai lingkungannya, memiliki tujuan hidup, serta terus mengembangkan potensi diri. Kesejahteraan psikologis bukan hanya ketiadaan gangguan mental, tetapi mencakup aspek positif dari fungsi kepribadian dan kebahagiaan hidup seseorang. Dalam konteks narapidana lanjut usia, pencapaian kesejahteraan psikologis menjadi tantangan tersendiri karena mereka harus beradaptasi

dengan lingkungan yang penuh pembatasan, tekanan sosial, dan stigma negatif dari masyarakat.

Kondisi tersebut menggambarkan adanya kesenjangan antara kebijakan pemasyarakatan dengan kebutuhan nyata narapidana lansia. Meskipun telah diterbitkan Peraturan Menteri Hukum dan HAM Nomor 32 Tahun 2018 tentang Perlakuan Khusus bagi Tahanan dan Narapidana Lanjut Usia, implementasinya di lapangan masih terbatas. Fasilitas pelayanan kesehatan mental, dukungan sosial, serta program pembinaan khusus lansia belum sepenuhnya terpenuhi. Padahal, dukungan sosial dari keluarga, petugas, dan sesama narapidana dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dan membantu proses adaptasi mereka di dalam lapas (Şahin et al., 2019; Matud & Garcia, 2019).

Beberapa penelitian terdahulu telah membahas kesejahteraan psikologis pada lansia, namun sebagian besar berfokus pada lansia di masyarakat umum atau di panti sosial. Nalle dan Soetjiningsih (2020) menemukan bahwa lansia janda di Kupang menunjukkan penerimaan diri yang baik karena adanya dukungan sosial dan religiusitas yang kuat. Penelitian Restu & Wulan (2020) menunjukkan bahwa tingkat kemandirian berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis lansia di Panti Wreda. Namun, penelitian yang mengkaji *psychological well-being* pada narapidana lansia di lingkungan pemasyarakatan masih sangat terbatas, terutama di Indonesia. Padahal, kelompok ini menghadapi kondisi yang jauh lebih kompleks dibanding lansia pada umumnya karena adanya pembatasan sosial dan kehilangan kebebasan.

Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Sragen merupakan salah satu UPT di bawah Kementerian Hukum dan HAM yang menampung sejumlah narapidana lanjut usia. Berdasarkan data Sistem Database Pemasyarakatan tahun 2021, terdapat 12 narapidana lansia dari total 517 penghuni lapas. Meskipun jumlahnya relatif kecil, kelompok ini membutuhkan perhatian khusus dalam aspek kesehatan fisik maupun psikologis. Lingkungan lapas yang padat dan kurang mendukung dapat memperburuk kondisi mental mereka jika tidak diimbangi dengan pembinaan dan dukungan sosial yang memadai. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana lansia narapidana memaknai kehidupannya, menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, serta berupaya mencapai

kesejahteraan psikologis meskipun dalam keterbatasan.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini berupaya untuk menganalisis kondisi *psychological well-being* narapidana lanjut usia di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Sragen serta mengidentifikasi upaya yang dilakukan untuk mencapainya. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam dan observasi langsung terhadap narapidana lansia. Fokus penelitian ini adalah memahami pengalaman subjektif mereka dalam menjalani masa pidana, cara mereka menghadapi tekanan psikologis, serta bentuk dukungan yang diterima selama berada di lembaga pemasyarakatan.

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman mengenai penerapan teori kesejahteraan psikologis Ryff (1989) dalam konteks populasi yang rentan seperti narapidana lansia. Sementara secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi pengelola lembaga pemasyarakatan dalam merancang program pembinaan dan layanan psikologis yang lebih humanis, khususnya bagi warga binaan lanjut usia. Dengan demikian, diharapkan lembaga pemasyarakatan tidak hanya berfungsi sebagai tempat menjalani hukuman, tetapi juga sebagai ruang pembinaan yang mendukung tercapainya kesejahteraan psikologis bagi setiap individu di dalamnya.

Literature Review (Optional)

Penelitian mengenai *psychological well-being* (PWB) telah banyak dilakukan dalam berbagai konteks sosial, namun studi yang secara khusus menyoroti kesejahteraan psikologis pada narapidana lanjut usia di lembaga pemasyarakatan masih terbatas. Teori yang digunakan sebagai dasar dalam penelitian ini adalah teori *psychological well-being* yang dikembangkan oleh Carol D. Ryff (1989). Teori tersebut menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kondisi individu yang mampu berfungsi secara positif dan optimal dalam kehidupannya, meliputi enam dimensi utama: penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pengembangan diri (*personal growth*).

Menurut Ryff & Singer (2008), setiap individu dapat mencapai kesejahteraan psikologis apabila

mampu menyeimbangkan faktor-faktor internal dan eksternal dalam kehidupannya. Pada kelompok lanjut usia, kesejahteraan psikologis sering kali dipengaruhi oleh perubahan fisik, sosial, serta peran yang menurun akibat proses penuaan (Hurlock, 2011). Lansia dengan dukungan sosial yang baik, aktivitas keagamaan, serta relasi positif dengan lingkungan cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dibanding mereka yang terisolasi (Şahin et al., 2019).

Dalam konteks pemasyarakatan, kehidupan di penjara memberikan tekanan psikologis yang signifikan. Zamble dan Porporino (dalam Bartol, 1994) menjelaskan bahwa kehidupan di balik jeruji besi dapat menimbulkan gangguan emosional seperti depresi, stres, serta rasa kehilangan identitas. Kusumaningsih (2017) menambahkan bahwa narapidana sering kali menunjukkan perilaku menyimpang secara psikologis akibat tekanan lingkungan yang tertutup dan kurangnya interaksi sosial. Hal ini diperparah pada narapidana lanjut usia yang memiliki keterbatasan fisik dan psikologis.

Beberapa penelitian relevan menunjukkan pentingnya dimensi spiritualitas dan dukungan sosial dalam membentuk kesejahteraan psikologis lansia. Nalle & Soetjiningsih (2020) menemukan bahwa lansia janda di Kupang mampu menerima diri mereka secara positif dan tetap aktif secara sosial karena dukungan dari keluarga serta aktivitas religius yang rutin. Restu & Wulan (2020) juga menemukan hubungan positif antara kemandirian dan kesejahteraan psikologis pada lansia yang tinggal di panti sosial. Ardiansyah & Sukihananto (2017) meneliti narapidana lansia di Jawa Barat dan menemukan bahwa sebagian besar mengalami kekerasan fisik maupun psikologis, tetapi mereka tetap berupaya mempertahankan kesejahteraan melalui aktivitas ibadah dan peningkatan spiritualitas.

Di sisi lain, Heidari et al. (2017) menekankan bahwa narapidana lansia merupakan kelompok yang sangat rentan karena penurunan fisik dan mental yang signifikan membuat mereka lebih sulit beradaptasi terhadap lingkungan penjara. Hal ini menyebabkan pentingnya pembinaan khusus bagi lansia di lembaga pemasyarakatan agar mereka tetap memiliki makna hidup dan mampu berfungsi secara psikologis.

Secara umum, hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis seseorang sangat dipengaruhi oleh kemampuan

menerima diri, dukungan sosial, serta aktivitas positif yang dilakukan. Namun, kajian tentang bagaimana narapidana lanjut usia mengelola kesejahteraan psikologis mereka di tengah keterbatasan lingkungan pasyarakatan masih jarang dilakukan. Oleh karena itu, penelitian ini memberikan kontribusi baru dengan menganalisis dimensi *psychological well-being* pada narapidana lanjut usia serta menggali strategi yang mereka lakukan untuk mencapai kesejahteraan psikologis selama menjalani pidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Sragen.

METHODS

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk memahami secara mendalam kondisi kesejahteraan psikologis narapidana lanjut usia di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Sragen. Pendekatan kualitatif dipilih karena mampu menggambarkan realitas sosial berdasarkan pengalaman subjektif narapidana lansia tanpa menggunakan data numerik atau analisis statistik. Peneliti berperan sebagai instrumen utama dalam proses pengumpulan dan analisis data, dengan tujuan memperoleh pemahaman menyeluruh mengenai fenomena yang diteliti.

Subjek penelitian ini adalah empat orang narapidana lanjut usia yang berusia di atas 60 tahun dan telah menjalani setengah dari masa pidananya. Subjek dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan informan berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Kriteria tersebut meliputi usia lanjut, status sebagai narapidana aktif di Lapas Klas IIA Sragen, serta kesediaan berpartisipasi dalam wawancara.

Proses pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik utama, yaitu wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan secara langsung dengan setiap narapidana untuk menggali pengalaman, perasaan, serta pandangan mereka terkait kehidupan di lembaga pemasyarakatan dan cara mereka mencapai kesejahteraan psikologis. Pedoman wawancara disusun berdasarkan enam dimensi *psychological well-being* yang dikemukakan oleh Ryff (1989), yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan diri. Selain wawancara, peneliti juga melakukan observasi terhadap interaksi sosial dan aktivitas keseharian

para narapidana lansia di dalam blok hunian, untuk memperoleh gambaran nyata mengenai perilaku dan kondisi psikologis mereka. Teknik dokumentasi digunakan sebagai pelengkap dengan mengumpulkan data sekunder berupa profil lembaga, jumlah narapidana lansia, serta catatan pembinaan yang relevan.

Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman yang terdiri dari tiga tahapan utama: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Tahap reduksi data dilakukan dengan menyeleksi dan menyederhanakan data hasil wawancara serta observasi sesuai fokus penelitian. Selanjutnya, pada tahap penyajian data, informasi yang telah direduksi disusun dalam bentuk narasi deskriptif dan matriks tematik berdasarkan dimensi *psychological well-being*. Tahap terakhir adalah penarikan kesimpulan, yaitu mengidentifikasi pola, makna, dan temuan utama yang muncul dari hasil analisis untuk menjawab rumusan masalah penelitian. Proses analisis dilakukan secara berulang selama pengumpulan data agar hasil yang diperoleh tetap relevan dan akurat.

Untuk menjaga keabsahan data (validitas), penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dan metode. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari berbagai informan dan dokumen pendukung, sedangkan triangulasi metode dilakukan dengan mengombinasikan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Selain itu, peneliti juga melakukan member checking dengan meminta konfirmasi kepada informan mengenai kesesuaian data dan interpretasi yang telah disusun, guna memastikan keakuratan hasil penelitian.

Secara keseluruhan, metode penelitian ini memungkinkan peneliti untuk menggali pemahaman mendalam mengenai kondisi kesejahteraan psikologis narapidana lanjut usia, faktor-faktor yang memengaruhinya, serta bentuk-bentuk upaya yang dilakukan untuk mempertahankan atau meningkatkan kesejahteraan psikologis selama menjalani masa pidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Sragen.

Kondisi Kesejahteraan Psikologis Narapidana Lanjut Usia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa narapidana lanjut usia di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Sragen memiliki tingkat kesejahteraan

psikologis yang bervariasi, tergantung pada latar belakang pribadi, pengalaman hidup, serta kemampuan mereka dalam beradaptasi terhadap lingkungan penjara. Sebagian besar informan mampu menerima keadaan dirinya dan menyesuaikan diri dengan kondisi yang ada di dalam lapas. Mereka menunjukkan sikap positif seperti kesabaran, rasa syukur, dan penerimaan terhadap masa lalu. Dimensi *self-acceptance* (penerimaan diri) menjadi aspek dominan yang muncul, karena para narapidana lansia menganggap masa hukuman sebagai bagian dari proses kehidupan yang harus dijalani dengan ikhlas. Selain itu, dimensi *positive relation with others* juga tampak kuat melalui kemampuan mereka membangun hubungan sosial yang baik dengan sesama narapidana maupun petugas. Dukungan sosial yang mereka terima dari rekan sekamar dan pembina lapas berkontribusi besar terhadap stabilitas emosional dan perasaan diterima di lingkungan pemasyarakatan.

Meskipun demikian, terdapat pula beberapa tantangan psikologis yang masih dihadapi oleh sebagian informan, seperti perasaan kesepian akibat jaranganya kunjungan keluarga dan rasa kehilangan kebebasan untuk menentukan pilihan hidup. Beberapa narapidana lansia masih menunjukkan ketergantungan emosional terhadap keluarga serta kesulitan dalam menghadapi perubahan lingkungan yang ketat dan terbatas. Namun, mereka berusaha mempertahankan kesejahteraan psikologis melalui kegiatan pembinaan keagamaan, beribadah secara rutin, dan membangun interaksi sosial positif dengan sesama narapidana. Hal ini menunjukkan bahwa faktor spiritualitas dan dukungan sosial memiliki peranan penting dalam menjaga keseimbangan mental para lansia di lapas.

Upaya Peningkatan *Psychological Well-Being* Narapidana Lansia

Dalam mencapai dan mempertahankan kesejahteraan psikologis, para narapidana lansia melakukan berbagai upaya aktif baik secara individu maupun melalui kegiatan pembinaan yang diselenggarakan oleh pihak lembaga pemasyarakatan. Upaya individu yang paling menonjol adalah peningkatan religiusitas. Para narapidana lansia cenderung mendekatkan diri kepada Tuhan dengan memperbanyak ibadah seperti shalat berjamaah, mengaji, dan mengikuti kajian keagamaan. Aktivitas ini tidak hanya memberikan ketenangan batin, tetapi juga membantu mereka

dalam mengelola emosi dan menumbuhkan rasa syukur. Selain itu, mereka berusaha untuk membangun makna hidup baru dengan cara berkontribusi dalam kegiatan sosial di dalam lapas, seperti membantu sesama narapidana, menjaga kebersihan blok, atau berbagi pengalaman hidup kepada narapidana yang lebih muda.

Dari sisi lembaga, Lapas Klas IIA Sragen telah berupaya memberikan pembinaan yang berorientasi pada kesejahteraan psikologis dengan menyediakan kegiatan keagamaan, konseling, serta pelatihan keterampilan sederhana. Petugas lapas juga berperan penting dalam memberikan dukungan emosional dan menciptakan lingkungan yang aman serta manusiawi bagi para narapidana lansia. Meskipun demikian, masih dibutuhkan peningkatan program yang lebih terarah dan berkelanjutan, terutama dalam aspek kesehatan mental dan sosial, agar kesejahteraan psikologis narapidana lanjut usia dapat terjaga secara optimal. Sinergi antara keluarga, petugas, dan masyarakat menjadi kunci penting untuk membantu proses adaptasi dan rehabilitasi narapidana lansia agar dapat kembali ke masyarakat dengan kondisi psikologis yang lebih baik.

RESULTS AND DISCUSSION

Hasil penelitian menunjukkan bahwa narapidana lanjut usia di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Sragen memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang beragam, tergantung pada pengalaman hidup, kondisi kesehatan, dan kemampuan mereka beradaptasi terhadap lingkungan penjara. Berdasarkan wawancara dengan empat informan berusia antara 60–71 tahun, diketahui bahwa sebagian besar telah mencapai tingkat *psychological well-being* yang cukup baik pada beberapa dimensi, seperti penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), dan pengembangan diri (*personal growth*).

Dimensi penerimaan diri tampak dari sikap para narapidana yang mampu menerima masa lalu serta hukuman yang dijalani dengan ikhlas. Mereka menganggap pengalaman tersebut sebagai bagian dari takdir dan pelajaran hidup yang harus dijalani. Hal ini sejalan dengan teori Ryff (1989), yang menyatakan bahwa individu dengan penerimaan diri yang baik akan lebih mudah memandang masa lalu secara positif dan tidak larut dalam penyesalan. Sementara itu, pada dimensi hubungan positif dengan orang lain, narapidana lansia menunjukkan

kemampuan menjalin interaksi sosial yang sehat, baik dengan sesama narapidana maupun dengan petugas lapas. Mereka merasa dihargai dan diterima sebagai individu, sehingga dapat beradaptasi lebih baik di lingkungan yang penuh keterbatasan.

Namun, tidak semua dimensi menunjukkan hasil yang optimal. Pada dimensi kemandirian (*autonomy*) dan penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), sebagian informan masih menunjukkan ketergantungan emosional terhadap keluarga dan kesulitan dalam mengontrol situasi di sekitar mereka. Hal ini disebabkan oleh faktor usia, kesehatan yang menurun, serta keterbatasan ruang gerak di dalam lembaga pemasyarakatan. Kondisi tersebut sesuai dengan hasil penelitian Ardiansyah dan Sukihananto (2017) yang menemukan bahwa narapidana lansia lebih mudah mengalami tekanan psikologis karena penurunan fisik dan minimnya dukungan sosial..

Upaya Narapidana Lansia dalam Mencapai Kesejahteraan Psikologis

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, terdapat beberapa strategi yang dilakukan oleh narapidana lansia untuk mempertahankan kesejahteraan psikologisnya. Pertama, pendekatan religius menjadi upaya paling dominan. Para narapidana lansia memperbanyak ibadah, mengikuti pengajian, dan meningkatkan spiritualitas untuk memperoleh ketenangan batin. Aktivitas keagamaan ini tidak hanya menjadi sarana penebusan moral, tetapi juga membantu mereka dalam mengatasi stres dan rasa bersalah. Temuan ini selaras dengan penelitian Nalle & Soetjningsih (2020) yang menegaskan bahwa religiusitas memiliki pengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis pada lansia.

Kedua, kegiatan sosial di dalam lapas juga berperan penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis. Para narapidana lansia sering membantu sesama narapidana yang lebih muda, berpartisipasi dalam kegiatan kebersihan, dan ikut serta dalam kegiatan pembinaan yang diselenggarakan oleh petugas. Hubungan sosial yang hangat ini memberikan rasa bermakna dan meningkatkan dimensi *positive relation with others*. Selain itu, dukungan dari keluarga, meskipun terbatas melalui kunjungan dan komunikasi daring, turut memperkuat rasa diterima dan mengurangi perasaan terisolasi.

Ketiga, dukungan institusional dari lembaga pemasyarakatan turut berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis. Lapas Klas

IIA Sragen telah menyediakan kegiatan pembinaan spiritual, konseling, serta pelatihan keterampilan sederhana yang dapat diikuti oleh narapidana lanjut usia. Namun, pelaksanaan program tersebut masih perlu ditingkatkan agar lebih adaptif terhadap kondisi fisik dan psikologis lansia. Berdasarkan teori *psychological well-being* oleh Ryff, kesejahteraan psikologis dapat tercapai jika individu mampu menyesuaikan diri secara positif terhadap lingkungannya dan memaknai kehidupannya dengan tujuan yang jelas.

Dengan demikian, penelitian ini memperkuat pandangan bahwa kesejahteraan psikologis bukan hanya hasil dari kondisi mental individu, tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan sistem pembinaan yang mendukung. Upaya peningkatan *psychological well-being* pada narapidana lansia perlu diintegrasikan dalam kebijakan pemasyarakatan melalui pendekatan yang lebih manusiawi, partisipatif, dan berbasis kebutuhan psikososial..

CONCLUSION

Penelitian ini menyimpulkan bahwa narapidana lanjut usia di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Sragen memiliki kesejahteraan psikologis yang relatif baik pada beberapa dimensi tertentu, terutama penerimaan diri, hubungan sosial yang positif, dan pengembangan diri. Kesejahteraan psikologis mereka terbentuk melalui kemampuan menerima kenyataan hidup, aktivitas spiritual, serta dukungan sosial dari sesama narapidana dan petugas lapas. Meskipun demikian, aspek kemandirian dan penguasaan lingkungan masih menjadi tantangan karena faktor usia dan keterbatasan fisik.

Upaya yang dilakukan oleh narapidana lansia dalam mempertahankan kesejahteraan psikologis meliputi peningkatan religiusitas, keterlibatan dalam kegiatan sosial di lapas, serta menjaga komunikasi dengan keluarga. Pihak lembaga pemasyarakatan juga memiliki peran penting dalam memberikan dukungan emosional, fasilitas pembinaan, serta pelayanan psikologis yang sesuai dengan kebutuhan lansia.

Sebagai rekomendasi, lembaga pemasyarakatan diharapkan dapat memperkuat program pembinaan berbasis kesejahteraan psikologis, termasuk penyediaan layanan konseling rutin, ruang refleksi spiritual, dan kegiatan sosial yang melibatkan lansia secara aktif. Pemerintah dan masyarakat juga perlu berkolaborasi dalam menciptakan lingkungan yang

lebih inklusif bagi mantan narapidana lansia setelah mereka kembali ke masyarakat, agar kesejahteraan psikologis yang telah terbentuk selama di dalam lapas dapat dipertahankan secara berkelanjutan.

Table 1. Kondisi Psychological Well-Being Narapidana Lansia di Lapas Klas IIA Sragen

Dimensi Psychological Well-Being	Kondisi Subjek	Keterangan Singkat
Penerimaan Diri (Self-Acceptance)	Baik	Narapidana lansia mampu menerima masa lalu, kesalahan, dan hukuman dengan lapang dada serta menunjukkan penyesalan yang konstruktif.
Hubungan Positif dengan Orang Lain (Positive Relations with Others)	Baik	Menjalin hubungan sosial yang harmonis dengan sesama narapidana dan petugas; saling memberi dukungan emosional dan spiritual.
Kemandirian (Autonomy)	Sedang	Masih memerlukan dorongan dan dukungan sosial untuk mengambil keputusan; belum sepenuhnya bebas dari pengaruh

		lingkungan sekitar.
Penguasaan Lingkungan (Environmental Mastery)	Sedang	Mampu beradaptasi dengan rutinitas dan peraturan lapas, namun masih menghadapi keterbatasan fisik dan ruang gerak karena faktor usia.
Tujuan Hidup (Purpose in Life)	Baik	Menemukan makna hidup melalui kegiatan religius, seperti mengikuti pengajian dan memperdalam ibadah sebagai bentuk refleksi diri.
Pengembangan Diri (Personal Growth)	Baik	Aktif mengikuti kegiatan pembinaan, keterampilan, dan sosial yang mendukung peningkatan kemampuan diri serta semangat hidup.

REFERENCES

- Ahadiyanto, N. (2020). Hubungan Dimensi Kepribadian The Big Five Personality Dengan Tingkat Kesejahteraan Psikologis Narapidana (Di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Klas II A Malang). *Jurnal Al-Hikmah*, 18(1), 126–127.
<https://doi.org/https://doi.org/10.35719/alhikmah.v18i1.26>
- Andelia, B. (2020). Pengaruh Social Support dan Self-Esteem terhadap Psychological Well-Being pada Narapidana di Lapas Perempuan Kelas II A Tanjung Gusta Medan. In Fakultas Psikologi, Universitas Sumatera Utara. <https://repository.unsri.ac.id/10096/%0Ahttps://openlibrarypublications.telkomuniversity.ac.id/index.php/engineering/article/view/6551>
- Andriany, M., Rachma, N., Hartati, E., Nurrahima, A., Mu'in, M., Widyastuti, R. H., Dewi, N. S., & Nurmalita, A. (2019). Depression in Indonesian Elderly Inmates: A Preliminary Study. *KnE Life Sciences*, 2019, 291.
<https://doi.org/10.18502/cls.v4i13.5252>
- Ardiansah, D. Y. (2017). Efektifitas Dance Movement Therapy Untuk Menurunkan Hipertensi Pada Lansia di Panti Jompo Griya KASih Siloam Sigura-Gura Di Malang. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Ardiansyah, & Sukihananto. (2017). Kekerasan Fisik dan Psikologis Pada Narapidana Lansia Di Lembaga Pemasyarakatan Jawa Barat. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 20(3), 168–175.
<https://doi.org/10.7454/jki.v20i3.623>
- Ardila, M., Mudjiran, M., & Irianto, A. (2019). Tingkat Psychological Well-Being Keluarga Miskin Kota Padang. *Jurnal Socius*, 7(1), 16–20.
<https://doi.org/https://doi.org/10.24036/scs.v7i1.170>
- Badan Pusat Statistik. (2020). Statistik Penduduk Lanjut Usia. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/publication/2020/12/21/0fc023221965624a644c1111/statistik-penduduk-lanjut-usia-2020.html>
- Barlian, E. (2016). Metodologi Penelitian Kualitatif & Kuantitatif (1st ed.). Sukabina Press.
<https://doi.org/10.31227/osf.io/aucjd>
- Bastiar, E. E., & Supriyono, Y. (2013). Proses Kualitas Hidup Narapidana Yang Mendapatkan Vonis Hukuman Mati di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Surabaya. 11.
- Budiasti, P. P., & Setyawan, I. (2018). Pengalaman Narapidana Wanita Pelaku Pembunuhan Di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA SEMARANG. *Jurnal Empati*, 7(4), 207–208.
- Creswell, W. J., & Creswell, J. D. (2018). Research Design: Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches (D. C. Felts (ed.); 5th ed.). SAGE Publications, Inc.
- Dahroni, Arisdiani, T., & Widiastuti, Y. P. (2017). Hubungan Antara Stres Emosi Dengan Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 5(5), 68–71.
- Distina, P. P. (2019). Pengembangan Dimensi Psychological Well-Being Untuk Pengurangan Risiko Gangguan Depresi. Mawa'Izh: Jurnal Dakwah Dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan, 10(1), 39–59.
<https://doi.org/10.32923/maw.v10i1.768>
- Fadlurrohm, I., Nulhaqim, S. A., & Mulyana, N. (2020). Integrasi Pelayanan Sosial Untuk Membantu Penyesuaian Diri Lanjut Usia. *Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 22(2), 146–154.
<https://doi.org/10.24198/sosiohumaniora.v22i2.19789>
- Gunawan, A. R., & Handayani, A. (2017). Kesejahteraan Psikologis Narapidana Seumur Hidup Lapas Kelas I Kedungpane Semarang. 102.
- Hawa, S., & Astuti, P. (2019). Pidana Penjara Jangka Pendek Terhadap Narapidana Lanjut Usia. *Novum: Jurnal Hukum*, 6(3), 4–9.
- Heidari, R., Wangmo, T., Galli, S., Shaw, D. M., & Elger, B. S. (2017). Accessibility of prison healthcare for elderly inmates, a qualitative assessment. *Journal of Forensic and Legal Medicine*, 52, 223–228.
<https://doi.org/10.1016/j.jflm.2017.10.001>
- Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan, (1995). www.bphn.go.id
- Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, (1998).
- Peraturan Pemerintah RI Nomor 99 Tahun 2012 Tentang Perubahan Kedua Atas Peraturan

- Pemerintah Nomor 32 Tahun 1999 Tentang Syarat Dan Tata Cara Pelaksanaan Hak Warga Binaan Pemasyarakatan, (2012).
- Kaunang, V. D., Buanasari, A., & Kallo, V. (2019). Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia. *E-Journal Keperawatan*, 7(2), 3–6.
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). Analisis Lansia Di Indonesia. In Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia Dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2015). Analisis Kebijakan Pemberdayaan Dan Perlindungan Sosial Lanjut Usia. Deputi Bidang Koordinasi Penanggulangan Kemiskinan dan Perlindungan Sosial.
- Kholifah, S. N. (2016). Keperawatan Gerontik. Pusdik SDM Kesehatan.
- Komarudin. (2019). Psychological Well Being Pada Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Inklusif. *Jurnal Psychosofia*, 1(1), 51–61. <https://doi.org/https://doi.org/10.32923/psc.v1i1.878>
- Kusumaningsih, L. P. S. (2017). Penerimaan Diri Dan Kecemasan Terhadap Status Narapidana. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 9(3), 235.
- Lu, J., & Zhang, L. (2017). Patterns Of Social Supports Of Chinese Elderly And Its Determinants. *Innov Aging*, 1(1), 1296. <https://doi.org/10.1093/geroni/igx004.4737>
- Maher, A. C., Kielb, S., Loyer, E., Connelley, M., Rademaker, A., Mesulam, M. M., Weintraub, S., McAdams, D., Logan, R., & Rogalski, E. (2017).
- Psychological Well-Being in Elderly Adults With Extraordinary Episodic Memory. *PLoS ONE*, 12(10), 2–3.
- <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0186413>
- Mailisa, N., & Khairani. (2017). Gambaran Psychological Well Being Pada Lansia Di Panti Werdha. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 2(4), 1–8.
- Matud, P., & Garcia, C. (2019). Psychological distress and social functioning in elderly spanish people: A gender analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(3), 2–3. <https://doi.org/10.3390/ijerph16030341>
- Munthe, Maslihah, & Chotidjah. (2017). Hubungan Spiritualitas Dan Psychological Well-Being Pada Anak Didik Pemasyarakatan Di Lembaga Pemasyarakatan Anak Pria Klas II A Tangerang. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 1(1), 53–65.
- Nalle, N. C., & Soetjningsih, C. H. (2020). Gambaran Psychological Well Being Pada Lansia Yang Berstatus Janda. *Jurnal Psikologi Konseling*, 16(1), 625–627.
- Pahlevi, F. S. (2019). Keadilan Hukum Dalam Peraturan Perlakuan Bagi Tahanan Dan Narapidana Lanjut Usia. *Al Syakhsiyyah*, 1(1). <https://doi.org/10.21154/syakhsiyyah.v1i1.1824>
- Prabowo, A. E. (2020). Pengaruh Kinesio Taping Terhadap Peningkatan Fleksibilitas Pada Orang Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi*, 4(1), 50. <https://doi.org/10.33660/jfrwhs.v4i1.96>
- Pratama, F. A. (2016). Kesejahteraan Psikologis Pada Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Klas II A Sragen. file:///Users/andreaquez/Downloads/guia-plan-de-mejora-institucional.pdf%0Ahttp://salud.tabasco.gob.mx/content/revista%0Ahttp://www.revistaalad.com/pdfs/Guias_ALAD_11_Nov_2013.pdf%0Ahttp://dx.doi.org/10.15446/revfacmed.v66n3.60060.%0Ahttp://www.cenetec
- Pratamaputri, A. V. W. (2019). Gambaran Kualitas Hidup Lanjut Usia Di UPT Pelayanan Tresna Werdha Magetan. In Universitas Muhammadiyah
- Ponorogo.
- Putri, F. (2018). Psychological Well-Being Wanita Dewasa Lajang (Ditinjau dari Empat Tipe Wanita Lajang menurut Stein). *Jurnal Motiva*, 1(1), 31–35.
- Raco, J. R. (2010). Metode Penelitian Kualitatif Jenis, Karakter dan Keunggulannya (Arita L (ed.); 1st ed.). Grasindo. <https://doi.org/10.31219/osf.io/mfzuj>
- Restu, S. N., & Wulan, G. K. (2020). Independece Relationship With Psychological Well- Being On Lansia In Institution Wreda Love Father-Mother. *European Journal of Psychological Research*, 7(2), 87–93.
- Rifaldi, R., & Mandagi, A. M. (2019). Gambaran Psychological Well-Being Lanjut Usia Di

- Kelurahan Lateng Banyuwangi Tahun 2019. *Journal of Community Mental Health And Public Policy*, 1–2.
- Rizky, R., Anggriana, T. M., & Dewi, N. K. (2020). Meningkatkan Psychological Well-Being Melalui Cinema Education Sebagai Upaya Menghadapi Aging Population. *Jurnal Counsnesia*, 1(2), 48–55.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1070–1071.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, C. D., & Marshall, V. W. (1999). *The Self and Society in Aging Processes*. Springer Publishing Company, Inc.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Şahin, D. S., Özer, Ö., & Yanardağ, M. Z. (2019). Perceived social support, quality of life and satisfaction with life in elderly people. *Educational Gerontology*, 45(1), 2. <https://doi.org/10.1080/03601277.2019.1585065>
- Saleh, S. (2017). *Analisis Data Kualitatif* (H. Upu (ed.); 1st ed.). Pustaka Ramadhan.
- Samsu. (2017). *Metode Penelitian : Teori dan Aplikasi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Mixed Method, serta Research & Development* (Rusmini (ed.); 1st ed.). Pusaka Jambi.
- Sari, P. N. (2017). *Psychological Well-Being Pada Individu Yang Hidup Sendiri* [Universitas Sumatera Utara]. <https://library.usu.ac.id>
- Stal, M. (2013). Treatment of Older and Elderly Inmates Within Prisons. *Journal of Correctional Health Care*, 19(1), 71. <https://doi.org/10.1177/1078345812458245>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan* (19th ed.). ALFABETA.
- Sukandari, & Komalasari, M. D. (2020). *Pedoman Pemberdayaan Taman Lansia Berbasis Psychological Well-Being* (Esti Setiawati (ed.); 1st ed.). UPY Press.
- Ulfah, K., Thoha, A. F. N. A., & Qohar, A. (2019). Hubungan Antara Successfull Aging Dan Penyesuaian Diri Lanjut Usia Dengan Penerimaan Diri. *Anfusina: Journal of Psychology*, 2(2), 181–194. <https://doi.org/10.24042/ajp.v2i2.6099>
- Widayati, R. S., Sari, D. K., Mirawati, D., & Wahyuni. (2021). Optimalisasi Peran Bina Keluarga Melalui Klas Senam Lansia Kampung KB Pucangsawit, Surakarta. *Jurnal Warta LPM*, 24(1), 20–27.
- Yuliani, I. (2018). Konsep Psychological Well-Being Serta Implikasinya Dalam Bimbingan Dan Konseling. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 2(2), 51–56.

