

**STUDI KASUS : DERAJAT SOCIAL ANXIETY PADA NARAPIDANA DI LAPAS BREBES****Luh Putu Shanti Kusumaningsih** ✉

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang, Indonesia

Info Artikel*Sejarah Artikel:*

Diterima 15 Januari 2016

Disetujui 29 Februari 2016

Dipublikasikan 1 Maret 2016

Keywords:

Prisoners, Social Anxiety

Abstrak

Permasalahan dalam penelitian ini adalah seberapa besar derajat social anxiety pada narapidana yang akan kembali ke masyarakat. Tujuannya adalah untuk mengetahui dan mendeskripsikan derajat social anxiety pada narapidana yang akan kembali ke masyarakat apakah berada pada tahap kecemasan rendah, sedang dan tinggi. Pendekatan dalam penelitian ini adalah studi kasus (Metode kualitatif). Metode analisis data yang digunakan adalah organisasi data, kategorisasi pada tiap jawaban subjek, dan interpretasi. Uji kredibilitas dilakukan dengan menggunakan metode triangulasi. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara. Variabel yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah derajat social anxiety dengan indikator lebih suka menyendiri ; mengeluarkan pernyataan jika dianggap penting ; tidak fokus dan terbata-bata saat berbicara ; menghindari pembicaraan tentang diri dan berusaha menyembunyikan atau mengurangi informasi tentang diri ; dan mengetahui dengan pasti penyebab kecemasannya sehingga tidak melibatkan diri sama sekali dalam situasi yang menimbulkan kecemasan. Lokasi penelitian adalah Lapas Brebes Jawa Tengah. Populasi penelitian adalah seluruh narapidana di Lapas Brebes dengan menggunakan Purposive Sampling. Adapun kriteria sampel dalam penelitian ini adalah narapidana yang akan dinyatakan bebas dalam jangka waktu 3 bulan saat pengambilan data ; dan baru pertama kali menyanggah status sebagai narapidana. Hasil penelitian menunjukkan derajat social anxiety yang tinggi pada narapidana. Artinya subjek mengalami kecemasan tidak rasional yang tinggi dan memiliki perasaan sangat direndahkan oleh lingkungan sosialnya sehingga memiliki usaha yang lebih untuk menghindari berbagai aktivitas yang berarti dalam kehidupannya.

Abstract

The problem in this research is the degree of social anxiety in prisoners who will return to the community. The purpose is to know and describe the degree of social anxiety to the inmates who will return to society is at the stage of anxiety low, medium and high. The approach in this study is a case study (qualitative method). Data analysis method used is the data organization, categorization on each subject answers, and interpretation. Credibility test conducted by using a triangulation method. Data collected through observation and interviews. The variable into focus of this research is the degree of social anxiety with indicators rather be alone; issued a statement if it is considered essential; unfocused and stammered as he spoke; avoid talking about self and try to hide or mitigate information about his self ; and ascertain the cause of his anxiety so that no part at all in situations that cause anxiety. The research location is Lapas Brebes, Central Java. The population is all inmates in Lapas Brebes with purposive sampling technique. The criteria for the sample in this study is the inmate who was declared free within 3 months of the retrieval of data; and first-time status as prisoners The result showed a high degree of social anxiety to the inmates. This means that subjects experienced high anxiety irrationally and has a feeling very humbled by their social environment so that it has greater efforts to avoid activities which means in life.

© 2016 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:
Universitas Islam Sultan Agung
E-mail: luhputu@unissula.ac.id

PENDAHULUAN

Seseorang yang telah dinyatakan bersalah melalui vonis pengadilan secara otomatis akan mendapatkan status baru yaitu sebagai narapidana. UU no. 12 Tahun 1995 menjelaskan bahwa narapidana adalah individu yang dinyatakan telah melakukan tindakan pidana dan harus menjalani hukuman pidana di Lapas sehingga kebebasannya sebagai makhluk sosial terbatas. <http://www.psychologymania.com/2012/10/pengertian-narapidana.html>.

Berada di dalam Lembaga Pemasyarakatan dengan berstatus sebagai narapidana memberikan episode kehidupan baru bagi yang bersangkutan, kebebasan yang dapat dihirup setiap saat tiba-tiba terenggut karena kekhilafan sesaat. Status sebagai narapidana pun mengakibatkan individu yang menjalani pidana mulai memikirkan berbagai hal dan kemungkinan yang terjadi pada dirinya setelah dinyatakan bebas kelak.

Hasil wawancara awal yang dilakukan terhadap narapidana diketahui bahwa perasaan malu dan rendah diri sehubungan dengan status narapidana mengakibatkan narapidana mengalami kecemasan menjelang dinyatakan bebas dari hukuman pidana. Kecemasan tersebut terkait dengan bagaimana penilaian lingkungan terhadap keberadaan dirinya ketika kembali ke masyarakat. Fenomena yang mendukung adanya dugaan terjadinya social anxiety pada narapidana yang akan kembali ke masyarakat diperkuat dengan "tradisi" narapidana yang cenderung memilih untuk bersembunyi terlebih dahulu setelah dinyatakan bebas atau lebih memilih untuk merantau ke lingkungan baru daripada kembali ke kampung halaman.

Kecemasan yang dirasakan oleh narapidana menjelang masa berakhirnya hukuman dan ketakutan untuk ditolak oleh lingkungan dapat dipahami mengingat kodrat manusia sebagai makhluk sosial. Artinya, kebutuhan manusia terbesar sebagai makhluk sosial adalah kebutuhan untuk menjalin interaksi atau keinginan untuk berhubungan dengan orang lain. Dorongan yang tinggi akan rasa ingin tahu mendukung berkembangnya hubungan sosial individu ke arah yang lebih baik dan aman dengan lingkungan sekitarnya. Hubungan sosial lebih dimaknai sebagai cara individu untuk bereaksi terhadap lingkungan dan sejauhmana pengaruh dari hubungan tersebut terhadap dirinya (Alisyahnana, dalam Prawoto, 2010).

Penerimaan masyarakat terhadap kehadiran "mantan narapidana" di lingkungan sosial

bagi narapidana yang akan dinyatakan bebas merupakan pertanyaan terbesar yang belum dapat diperkirakan reaksinya. Hasil observasi menunjukkan bahwa narapidana terlihat sering melamun, pendiam, memiliki tatapan mata yang kosong, dan cenderung menghindari ketika bertemu atau berpapasan dengan orang lain. Selain itu, kondisi kepribadian narapidana di lembaga pemasyarakatan cenderung buruk, memiliki perasaan tidak berdaya menghadapi kesulitan hidup, inisiatif rendah, dihantui rasa bersalah, merasa rendah, diremehkan, menyalahkan hidup dan berpandangan negatif terhadap masa depan (Lailatun Nur & Kusumaningsih, 2011).

Pada dasarnya, tujuan pemidanaan adalah untuk pembalasan (revenge) yaitu memberikan kepuasan pada pihak yang menaruh dendam atau yang dirugikan, dan penghapusan dosa (expiation). Tujuan ini diberlakukan pada individu yang menjalani hukuman di penjara. Namun, seiring berkembangnya waktu, konsep "penjara" yang dahulu lebih dikenal oleh masyarakat kini telah beralih menjadi "pemasyarakatan". Istilah pemasyarakatan lebih ditujukan pada persiapan dan pengawasan pengembalian mantan narapidana ke masyarakat setelah menjalani hukuman. Perubahan konsep penjara menjadi pemasyarakatan mengakibatkan berubahnya tujuan dalam melakukan pembinaan terhadap narapidana, yaitu mengembalikan mantan narapidana ke masyarakat sebagai warga yang baik; dan memberikan perlindungan kepada masyarakat terhadap kemungkinan terulangnya kejahatan mantan narapidana dalam masyarakat karena tidak adanya pekerjaan. Pembinaan terhadap narapidana difokuskan pada perbaikan diri dengan tidak mengulangi tindak pidana agar warga binaan menyadari kesalahan yang pernah dilakukannya. Dengan harapan, ketika kelak dinyatakan bebas dari hukuman dapat diterima kembali oleh masyarakat dan hidup dengan wajar (Putra, 2011).

Namun, masyarakat yang diharapkan dapat memberikan dukungan positif dengan kembalinya narapidana ternyata masih banyak yang memiliki pandangan dan penilaian negatif terhadap sosok mantan narapidana. Mantan narapidana biasanya dianggap sebagai pencetus dari terjadinya kerusakan sehingga harus menjalani hukuman pidana penjara. Penolakan seringkali terjadi baik pada keluarga maupun masyarakat yang ditandai dengan adanya pandangan atau penilaian negatif bahwa kejahatan merupakan masalah yang dapat mendatangkan aib baik pada seseorang maupun keluarga. Di sisi lain, masyarakat tidak segan untuk menunjukkan ketidakpedulian dan bersikap mengucilkan kehadiran

ran mantan narapidana ketika berusaha menjadi bagian dari masyarakat (Pratiwi & Utami, 2012). Kondisi ini mengakibatkan optimisme pada mantan narapidana untuk kembali ke masyarakat setelah menjalani hukuman berkurang karena tidak percaya diri untuk berinteraksi dan merasa akan mendapat perlakuan yang mempermalukan dirinya atau merasa akan mendapat penghakiman yang terlalu keras dari orang lain, sehingga muncul kecemasan ketika akan kembali ke masyarakat atau dinamakan social anxiety (Gui, dalam Prawoto, 2010).

Koswara (1991) menyatakan bahwa perilaku individu sangat dipengaruhi oleh lingkungannya, terkadang dapat memuaskan atau menyenangkan, dan sebaliknya dapat juga dikategorikan tidak menyenangkan atau bahkan mengancam keberadaan individu. Reaksi ketakutan biasa ditunjukkan oleh individu terhadap stimulus-stimulus yang membahayakan dan tidak dapat diatasi, sehingga apabila terjadi terus menerus dapat menimbulkan kecemasan. Kecemasan adalah reaksi terhadap ancaman atau rasa yang muncul ketika keberadaan diri sebagai individu terancam.

Social anxiety adalah suatu kondisi yang ditandai dengan munculnya perasaan atau emosi yang mengakibatkan ketidaknyamanan terhadap pengalaman individu berkaitan dengan evaluasi relasi interpersonalnya, sehingga menyebabkan individu menghindari interaksi sosial (Leary & Kowalski, dalam Franzoi, 2006).

Social anxiety merupakan salah satu jenis kecemasan yang tergolong tidak rasional dan muncul pada individu yang merasa direndahkan dalam berbagai situasi sosial. Perasaan cemas ini muncul secara berlebihan ketika individu merasa diperhatikan gerak-geriknya, dipermalukan, sehingga menghindari berbagai aktivitas yang berarti dalam hidupnya (Gill, 2006).

Social anxiety membuat individu terpelempang dalam situasi sosial yang tidak menyenangkan (De Paulo et al., dalam Franzoi, 2006). Dampak yang lain meliputi rendahnya self esteem, menghindari lingkungan sosial, depresi, pemakaian obat-obatan, dan kesulitan dalam bidang akademik (Gill, 2006).

Menurut Daly et al., & Mc. Croskey (dalam Franzoi, 2006) gejala individu yang mengalami social anxiety meliputi cenderung mengurangi inisiatif untuk memulai interaksi. Bahkan apabila terpaksa melakukan interaksi maka yang bersangkutan akan menampilkan indikator perilaku diantaranya berbicara lebih sedikit, muncul perasaan gugup, tertutup tentang dirinya, dan mengambil tindakan khusus untuk menghindari

situasi yang dapat memunculkan kecemasan.

Faktor sosial, psikologis dan biologis dapat memberikan kontribusi terhadap munculnya social anxiety. Faktor sosial diantaranya meliputi hasil belajar dari lingkungan dan pengalaman negatif yang terjadi di masa lalu. Faktor psikologis meliputi adanya trauma psikologis dan kurangnya kedekatan dengan figur yang berperan selama terjadinya tahap perkembangan dari individu. Sementara itu, faktor biologis meliputi keturunan, struktur otak terkait dengan amigdala berlebih dan prefrontal cortex yang dibawah rata-rata, dan biochemistry terkait ketidakseimbangan dalam serum kimia otak (Gill, 2006). Selain itu, Kessler (Halgin & Withbourne, 2009) menyatakan bahwa pengalaman yang menegangkan, irasional, dan tidak dapat diatasi merupakan dasar dari terjadinya gangguan kecemasan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan derajat social anxiety pada narapidana yang akan kembali ke masyarakat apakah berada pada tahap rendah, sedang dan tinggi. Adapun manfaat dalam penelitian ini adalah untuk menambah informasi baik secara kajian teoritis maupun praktis mengenai seberapa besar gambaran derajat social anxiety yang muncul pada narapidana ketika akan kembali ke masyarakat.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan menggunakan pendekatan studi kasus. Uji keabsahan data dilakukan dengan metode triangulasi yang diartikan sebagai proses pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu (Sugiyono, 2014). Adapun uji kredibilitas yang digunakan adalah triangulasi teknik yaitu melakukan uji kredibilitas dengan cara mengecek data pada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda melalui wawancara, observasi dan dokumentasi.

Pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara dan observasi mengenai derajat social anxiety yang disusun berdasarkan indikator lebih suka menyendiri ; mengeluarkan pernyataan jika dianggap penting ; tidak fokus dan terbata-bata saat berbicara ; menghindari pembicaraan tentang diri dan berusaha menyembunyikan atau mengurangi informasi tentang diri ; dan mengetahui dengan pasti penyebab keemasannya sehingga tidak melibatkan diri sama sekali dalam situasi yang menimbulkan kecemasan.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi beberapa tahap, yaitu organisasi data terhadap data mentah berupa

hasil wawancara secara sistematis, kategorisasi jawaban subjek berkisar antara 1-3 untuk tiap item pertanyaan yang secara keseluruhan akan menggambarkan kondisi derajat social anxiety yang dialami oleh responden, dan interpretasi berdasarkan hasil kategorisasi yang telah dilakukan sebelumnya. Perbedaan untuk tiap kategorisasi menggambarkan tidak munculnya social anxiety untuk skor 1, adanya indikasi terjadinya social anxiety meskipun tidak selalu untuk skor 2, dan munculnya secara pasti kondisi social anxiety pada keseluruhan indikator untuk skor 3. Hasil analisis data tersebut selanjutnya dideskripsikan sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui dan menggambarkan derajat social anxiety pada subjek. Sejalan dengan apa yang dikemukakan Nasir (1999) bahwa metode deskriptif adalah suatu metode dalam meneliti status kelompok manusia, objek, suatu set kondisi, sistem pemikiran ataupun peristiwa yang sedang dialami oleh individu atau kelompok. Tujuannya adalah mendeskripsikan, menggambarkan, atau melukiskan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai karakteristik, fakta-fakta, sifat serta hubungan antara fenomena yang diselidiki.

Lokasi penelitian adalah Lapas Brebes Jawa Tengah. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh narapidana di Lapas Brebes Jawa Tengah yang berjumlah kurang lebih 210 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah Purposive Sampling yaitu teknik penentuan sampel yang didasarkan pada pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2014). Pada dasarnya setiap narapidana memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi sampel penelitian. Namun, penelitian mengenai derajat social anxiety ini akan lebih dapat terungkap pada narapidana dengan beberapa kriteria tertentu. Adapun kriteria sampel penelitian meliputi narapidana yang akan kembali ke masyarakat dalam jangka waktu 3 bulan pada waktu pengambilan data ; dan baru pertama kali menyandang status sebagai narapidana. Subjek penelitian yang memenuhi kriteria penelitian pada saat pengambilan data adalah berjumlah 7 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian mengenai derajat social anxiety pada narapidana di Lapas Brebes Jawa Tengah menunjukkan bahwa dari 7 orang subjek penelitian diketahui memiliki derajat social anxiety yang tinggi. Artinya subjek mengalami kecemasan tidak rasional yang tinggi dan memiliki perasaan sangat direndahkan oleh lingkungan sosialnya sehingga memiliki usaha yang lebih un-

tuk menghindari berbagai aktivitas yang berarti dalam kehidupannya.

Komponen kognitif, afektif, dan psikomotor pada dasarnya merupakan kondisi psikologis yang melatarbelakangi munculnya perilaku manusia. Komponen kognitif akan mendasari perilaku, karena terkait dengan bagaimana pengetahuan individu tentang berbagai hal, termasuk dirinya dan norma yang berlaku di lingkungan, sehingga individu memahami perilaku apa yang seharusnya ditampilkan atau tidak ditampilkan di lingkungan tertentu. Komponen afektif akan mendasari individu untuk melakukan penilaian apakah perilaku yang ditampilkannya dapat diterima atau tidak oleh lingkungannya. Dengan demikian, setelah individu memiliki pengetahuan tentang berbagai hal di lingkungannya dan mampu melakukan penilaian tentang perilaku mana yang dapat diterima atau tidak oleh lingkungannya, maka individu akan menampilkan perilaku yang mencerminkan apa yang ada dalam dirinya. Individu kebanyakan akan berperilaku sesuai dengan pengetahuan dan penilaiannya tentang perilaku apa yang sesuai dan dapat diterima oleh lingkungan.

Pada saat individu menyadari bahwa ternyata apa yang dilakukan tidak sesuai dengan yang diharapkan oleh lingkungan, maka individu berpotensi besar untuk menghindari lingkungannya. Sebagai seorang manusia, perilaku narapidana juga didasari oleh bagaimana pengetahuannya tentang berbagai hal termasuk siapa dirinya dan bagaimana norma yang berlaku di lingkungan, sehingga memahami perilaku apa yang seharusnya ditampilkan atau tidak ditampilkan. Pengetahuan narapidana tentang dirinya akan meliputi tentang siapa dirinya dan kelebihan atau kekurangan apa yang dimilikinya. Sedangkan pengetahuan narapidana tentang norma yang berlaku di lingkungan akan meliputi tentang perilaku seperti apa yang dapat diterima oleh lingkungan. Dengan demikian, seorang narapidana juga akan berusaha menunjukkan perilaku yang dapat diterima oleh lingkungannya seperti individu kebanyakan.

Pengetahuan narapidana tentang dirinya dan norma yang berlaku di lingkungan, akan membuat narapidana memahami apakah perilaku yang ditampilkannya sesuai atau tidak dengan harapan lingkungan. Seberapa besar pengetahuan narapidana tentang perilaku yang tidak sesuai dengan lingkungan, menentukan seberapa besar munculnya derajat social anxiety narapidana ketika akan berhadapan dengan lingkungan atau masyarakat.

Berstatuskan sebagai narapidana adalah salah satu peristiwa yang mungkin pernah dialami oleh sebagian orang dan dapat dikategorikan sebagai peristiwa yang sifatnya negatif. Dimana status baru yang disandang narapidana dipandang negatif oleh masyarakat, sehingga diperkirakan dapat mengakibatkan munculnya keresahan apabila seorang narapidana ada di tengah-tengah lingkungannya. Pernah berada di dalam penjara membuat individu yang kurang istimewa dan tidak begitu dikenal oleh masyarakat tiba-tiba menjadi sorotan karena statusnya sebagai narapidana.

Dr. Thomas Holmes dan Dr. Richard Rahe menempatkan periode waktu dalam penjara sebagai salah satu peristiwa ekstrim dalam hidup manusia yang membawa perubahan dalam kehidupan selanjutnya. Hal ini terutama terkait dengan kembalinya narapidana ke masyarakat selepas menghabiskan masa hukumannya di penjara, karena menjelang berakhirnya masa hukuman di penjara, setiap narapidana akan menghayati apa yang dirasakannya dengan cara berbeda. Oleh karena itu, setiap narapidana akan memiliki perasaan yang berbeda pula berkaitan dengan lingkungan yang akan dihadapinya (Wangmuba, 2009).

Penerimaan masyarakat terhadap kehadiran seorang mantan narapidana berperan besar dalam memunculkan kondisi social anxiety pada narapidana. Sejumlah narapidana menyatakan bahwa menyatakan masyarakat menjadi pihak yang paling berperan dalam menimbulkan social anxiety ketika akan kembali ke masyarakat. Narapidana berpikir bahwa status yang sebagai mantan narapidana kelak akan mengakibatkan munculnya pandangan negatif dari masyarakat terhadap dirinya. Narapidana merasa khawatir tidak dipercaya untuk kembali menjadi individu yang seutuhnya, sementara itu di sisi lain dirinya membutuhkan kehidupan bermasyarakat untuk melanjutkan hidup seperti bekerja dan melanjutkan kehidupan rutinitas di masyarakat.

Kecemasan seringkali dialami oleh individu secara samar-samar atau setengah sadar dan ditampilkan melalui gejala nervousitas, kegelisahan dan kebimbangan terhadap sebuah situasi yang dianggap tidak menentu atau tidak mampu memberikan ketenangan bagi individu yang bersangkutan. Nervosititas adalah keadaan dimana seseorang berada dalam situasi gugup, tergoopoh-gopoh seperti muncul perasaan diburu-buru, gelisah dan tidak tenang. Perasaan tersebut muncul karena ada saja situasi yang mencemaskan hati disertai dengan emosi yang tidak stabil misalnya

mudah marah dan cepat tersinggung (Kartono, 2003).

Penilaian narapidana tentang reaksi masyarakat ketika harus berinteraksi dengannya adalah menganggap bahwa orang yang pernah dipenjara berarti telah melakukan pelanggaran. Orang yang telah melakukan pelanggaran cenderung tidak disukai. Perasaan tidak suka itulah yang membuat masyarakat pada akhirnya dinilai narapidana sebagai faktor utama dalam memandang rendah statusnya dari seseorang yang positif menjadi seseorang yang negatif dan patut diabaikan karena pelanggaran yang telah dilakukannya (Viktoria, 2007). Penilaian narapidana terhadap sikap masyarakat sehubungan status narapidana ataupun mantan narapidana termasuk cara masyarakat memperlakukannya harus dihindari atau dihentikan. Karena, apabila hal ini dibiarkan berlangsung terus menerus maka lambat laun akan mempengaruhi cara pandang atau konsep diri narapidana terhadap dirinya sendiri (Wangmuba, 2009).

SIMPULAN

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa narapidana di Lapas Brebes Jawa Tengah memiliki derajat social anxiety yang tinggi ketika akan kembali ke masyarakat. Artinya, penerimaan masyarakat terhadap mantan narapidana berperan besar dalam memunculkan tingginya derajat social anxiety,

DAFTAR PUSTAKA

- Franzoi, S. L. 2006. *Social Psychology*. New York: The Mc. Graw Hill Company.
- Gill, E. J. 2006. *Social Anxiety And Social Phobia - Syntoms, Treatment, And Support*. Retrieved from www.helpguide.org
- Halgin, Whitbourne, R. P., & Krauss, S. 2009. *Psikologi Abnormal: Perspektif Klinis pada Gangguan Psikologis*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Kartono, K. 2003. *Patologi Sosial : Gangguan-gangguan Kejiwaan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Koswara. 1991. *Teori-teori Kepribadian*. Bandung: Eresco.
- Medan, A. 2007. *Kekerasan Dalam Lapas*. Retrieved from www.suarapembaruan.com
- Nasir, M. 1999. *Metode Penelitian (IV)*. Jakarta: Ghaila Indonesia.
- Nur, A. L., & Kusumaningsih, L. P. S. 2011. *Kesepian Pada Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Kedungpane Semarang Ditinjau Dari Dukungan Sosial Keluarga Dan Status Perkawinan*. *Jurnal Psikologi2*, IV(2).