

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia hidup di dalam lingkungan disertai dengan norma yang berlaku di dalamnya untuk dipatuhi. Aturan hukum yang berlaku di Indonesia diatur dalam undang-undang yang telah ditetapkan, apabila seseorang melakukan tindakan pelanggaran baik pidana maupun perdata maka ia akan dikenai hukuman dan menyandang status sebagai narapidana atau warga binaan. Dalam pasal 1 Undang-Undang nomor 12 tahun 1995 tentang Pemasyarakatan menjelaskan, Warga Binaan Pemasyarakatan adalah narapidana, anak didik pemasyarakatan, dan klien pemasyarakatan. Narapidana adalah seorang yang melanggar norma dan mendapat hukuman berupa hilangnya hak kemerdekaan sehingga menjalani kesehariannya di sebuah lembaga pemasyarakatan. Lembaga pemasyarakatan adalah muara dari sistem peradilan pidana di Indonesia, tempat terdakwa telah diputus bersalah oleh pengadilan dengan pidana penjara dan berubah statusnya menjadi terpidana. Dalam melaksanakan tugas, fungsi dan tanggung jawabnya lembaga pemasyarakatan bekerja berdasarkan Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995. Namun, dalam pelaksanaannya bukan hanya lembaga pemasyarakatan yang berkerja untuk membina narapidana, rumah tahanan pun juga membina narapidana. Hal ini disebabkan kapasitas lembaga pemasyarakatan yang di luar kapasitas.¹

Dalam penelitian ini, penulis akan berfokus pada warga binaan pemasyarakatan di rumah tahanan yang baru mendapatkan vonis atau sedang menjalani hukuman selama satu tahun dan dalam rentang usia 20-40 tahun yang dikategorikan sebagai usia dewasa awal yang memiliki tugas terkait sebagai suami, istri, orangtua, atau memiliki tuntutan pekerjaan dan tuntutan memenuhi harapan sosial. Bagi seseorang yang melanggar hukum kemudian diputus untuk menjalani masa tahanan dan menerima pembinaan di

¹ Mita Yuyun Alina, “Penempatan Narapidana di dalam Rumah Tahanan dalam Konteks Sistem Penegakan Hukum Pidana Indonesia” dalam *Jurnal Diponegoro Law Review* Vol. 1, No. 4 (2012), <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/dlr>, diunduh pada 18 Agustus 2020.

rumah tahanan akan mengalami keadaan yang jauh berbeda daripada kehidupan normal di lingkungan masyarakat sebelumnya. Kehidupan di dalam rumah tahanan tidak mudah dan terdapat berbagai permasalahan. Individu yang pada awalnya memiliki kebebasan, akan memiliki beberapa keterbatasan, misalnya kehilangan kemerdekaan dan hak pribadi (hilangnya privasi), mendapat tuntutan untuk mematuhi aturan-aturan lembaga, kehilangan akses dari dunia luar dan tidak adanya alat komunikasi yang dapat digenggam secara bebas, harus terpisah dari keluarga, teman, dan kehilangan pekerjaan. Selain itu, warga binaan juga cenderung mengalami kesulitan dalam beradaptasi di lingkungan baru, juga kesulitan membangun dan menjaga hubungan dengan orang-orang baru di rumah tahanan.

Secara tidak langsung, kondisi tersebut dapat memengaruhi keadaan psikis individu warga binaan saat berada di dalam rumah tahanan, bahkan bisa juga berlanjut setelah mereka kembali ke lingkungan masyarakat. Menurut Bartollas, dampak kehidupan di penjara merusak kondisi psikologis seseorang di antaranya kehilangan kepribadian diri, rasa aman, kemerdekaan individual untuk berapresiasi dan komunikasi.

Hukuman penjara menempati urutan keempat dalam skala urutan pengalaman yang menimbulkan tekanan² sangat memungkinkan para warga binaan di rumah tahanan mengalami tekanan yang berpengaruh pada kondisi psikologis yang tidak menyenangkan. Seorang warga binaan sangat mungkin mengalami tekanan batin, kurang mampu meregulasi emosi, merasa pesimis akan masa depan dirinya atau masa depan keluarga yang ditinggalkannya, merasa bersalah pada diri sendiri dan keluarga, memiliki cara berpikir negatif atas hukuman penjara yang dialaminya. Ketika mengalami hal tersebut, maka warga binaan yang sedang menjalani masa hukuman penjara perlu memiliki kemampuan resiliensi untuk menghadapi tekanan yang mungkin dialami saat menjalani hukuman penjara.

² Amnirah Yasmin Ariamukhti, “Pengaruh Tipe Kepribadian Big Five dan Dukungan Sosial Pembimbing Kemasyarakatan LPKA II Bandung Terhadap SWB Anak LPKA Kelas II Bandung”, UPI: repository.upi.edu, 2017, h. 1

Pidana penjara tidak hanya mengakibatkan perampasan kemerdekaan, tetapi juga menimbulkan akibat negatif terhadap hal-hal yang berhubungan dengan dirampasnya kemerdekaan itu sendiri. Akibat negatif dari dirampasnya kemerdekaan, pertama, terampasnya kemerdekaan berusaha dari orang itu yang dapat mempunyai akibat serius bagi kehidupan sosial ekonomi keluarganya. Kedua, memberikan cap jahat (stigma) yang akan terbawa terus walaupun yang bersangkutan tidak lagi melakukan kejahatan. Ketiga, pengalaman penjara dapat menyebabkan terjadinya degradasi atau penurunan harga dirinya.³

Setelah peneliti melakukan wawancara pada responden yang merupakan warga binaan yang sedang menjalani masa hukuman, di antara permasalahan yang ditemukan adalah merasa tertekan dengan keadaan yang menyimpannya, merasa hilang kebebasan dan terbatas melakukan komunikasi dengan keluarga, terlebih karena mereka menjalani hukuman pada masa pandemi, merasa terpisah dari keluarga, merasa sedih karena meninggalkan anggota keluarga yang sedang sakit, merasa bersalah pada diri sendiri karena telah melakukan kesalahan dan merasa bersalah kepada keluarga karena meninggalkan peran sebagai pencari nafkah, menjalani kehidupan di dalam penjara menyebabkan seseorang mengalami pemutusan pekerjaan dan kehilangan mata pencaharian. Selain itu, hidup menjalani masa hukuman penjara membuat mereka merasa buntu tidak punya pilihan selain menjalani hukuman dan belum memiliki perencanaan positif di masa depan. Dengan kata lain, di antara permasalahan yang dialami oleh warga binaan yang sedang menjalani masa hukuman adalah merasa tertekan, perlu ditumbuhkan keyakinan untuk menjalani masa hukuman, perlu dibantu untuk membuat tujuan dan harapan positif ke depan.

Dalam menghadapi permasalahan, setiap individu memiliki kemampuan penerimaan yang berbeda-beda. Tingkat penerimaan seseorang, keinginan untuk menyesuaikan diri dengan keadaan, dan kemampuan untuk bangkit dari keterpurukan

³ Lubis, Maslihah, "Analisis Sumber-sumber Kebermaknaan Hidup 29 Narapidana yang Menjalani Hukuman Seumur Hidup", *Jurnal Psikologi Undip*, Vol. 11 No. 1 (April 2012), h. 29

pada setiap orang berbeda-beda. Individu warga binaan perlu memaknai keberadaannya dalam lingkungan rumah tahanan.

Dalam upaya menjalani masa hukuman dalam penjara, individu harus memiliki kemampuan resiliensi. Menurut Reivich dan Shatte, resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Individu memerlukan kemampuan untuk mengelola masalah dan tekanan yang dialaminya sehingga memiliki ketahanan yang tinggi, beberapa indikasinya ditandai dengan memiliki pandangan baru terkait masa hukuman, optimis, memiliki harapan dan perencanaan ke depan.

Beberapa metode telah dilakukan oleh peneliti terdahulu yang ditemukan dalam skripsi Noviana Fatikhatuz Zahroh dengan judul "*Pengaruh Bimbingan Agama terhadap Tingkat Resiliensi Warga Binaan Lembaga Pemasarakatan Narkotika Kelas II A Cipinang Jakarta*" dan skripsi Ummu Muallimah dengan judul "*Penerapan Logoterapi terhadap Resiliensi Remaja Yatim Piatu dalam Meningkatkan Kemampuan Problem Solving*", dalam skripsi tersebut upaya untuk meningkatkan resiliensi pada individu dilakukan dengan menggunakan metode bimbingan agama dan logoterapi. Dalam hal ini, upaya untuk mendapatkan kemampuan resiliensi pada individu dilakukan dengan metode terapi menulis.

Dalam praktik menulis untuk terapi, pendekatan kebahasaan tidak terlalu diperhatikan. Menulis dapat dilakukan oleh siapa saja tanpa kemudian harus memerhatikan dan mempertimbangkan aturan bahasa dan kepenulisan. Menulis dapat dilakukan dengan ekspresif dan bebas, hal itu dimaksudkan agar ketika si penulis mengawali menuliskan sesuatu dapat mengeluarkan isi pikiran dan perasaannya.

Melakukan praktik menulis untuk terapi tidak harus dilakukan oleh seorang penulis. Menulis sebagai terapi dapat membantu seseorang untuk membuang pikiran-pikiran negatif. Manfaat lainnya yang bisa didapatkan adalah terapi menulis dapat menjadi sarana refleksi individu untuk mengubah kognitifnya, meregulasi emosi menjadi lebih baik, menjadi sarana katarsis, memperoleh energi baru, meredakan tekanan emosional, serta memberi kesempatan untuk fokus pada tujuan dan

perilakunya.⁴ Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti mengangkat judul “*Penerapan Terapi Menulis sebagai Resiliensi Warga Binaan Pemasarakatan dalam Menjalani Masa Hukuman Penjara*”

B. Rumusan Permasalahan

1. Bagaimana kondisi resiliensi warga binaan pemasarakatan untuk menjalani masa hukuman penjara di Rumah Tahanan Kelas II B Serang?
2. Bagaimana proses terapi menulis sebagai resiliensi warga binaan pemasarakatan untuk menjalani masa hukuman penjara di Rumah Tahanan Kelas II B Serang?
3. Bagaimana hasil dari terapi menulis sebagai resiliensi warga binaan pemasarakatan untuk menjalani masa hukuman penjara di Rumah Tahanan Kelas II B Serang?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian merupakan usaha dalam memecahkan permasalahan yang disebutkan dalam perumusan masalah. Maka dari itu, tujuan penelitian ini sebagai berikut:

1. Mengetahui kondisi resiliensi warga binaan pemasarakatan untuk menjalani masa hukuman di Rumah Tahanan Kelas II B Serang.
2. Mengetahui proses penerapan terapi menulis sebagai resiliensi warga binaan pemasarakatan untuk menjalani masa hukuman di Rumah Tahanan Kelas II B Serang.
3. Mengetahui hasil dari terapi menulis sebagai resiliensi warga binaan pemasarakatan untuk menjalani masa hukuman di Rumah Tahanan Kelas II B Serang.

⁴ Nevy Kusuma Danarti, dkk, “Pengaruh Expressive Therapy Terhadap Penurunan Depresi, Cemas, dan Stres pada Remaja”, Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa, Vol. 1 No. 1 (Mei 2018), Persatuan Perawat Nasional Indonesia Jawa Tengah, h. 48-61

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian dan penulisan ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Segi teoritis, yaitu untuk menambah pengetahuan dalam hal praktik dalam kegiatan konseling dengan terapi menulis.
2. Segi praktis, penelitian ini adalah suatu sarana penggunaan metode dalam melakukan konseling, yaitu dengan terapi menulis. Kegiatan terapi menulis ini diharapkan dapat membantu warga binaan di Rutan Kelas II B Serang mengalami perubahan kondisi psikologis menjadi lebih baik dan resilien.

E. Definisi Operasional

1. Terapi menulis adalah kegiatan menulis yang dilakukan oleh individu dengan tujuan untuk melakukan terapi terhadap diri, menjadi media pengungkapan emosi, membebaskan pikiran dan perasaan yang terperangkap. Upaya tersebut diharapkan mampu mengetahui permasalahan personal yang belum terungkap, mencari solusi dari permasalahan yang muncul kemudian berupaya meningkatkan pemberdayaan diri atau ketahanan individu saat menghadapi permasalahan hidup, dalam hal ini permasalahan yang dihadapi adalah menjalani hukuman pemenjaraan.
2. Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk menerima keadaan terpuruk dalam mengatasi dan beradaptasi dari kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan.
3. Warga binaan pemasyarakatan adalah narapidana, anak didik pemasyarakatan, dan klien pemasyarakatan.
4. Masa hukuman pemenjaraan adalah waktu pemberian sanksi yang telah ditetapkan berdasarkan putusan hukum yang diberikan kepada seseorang yang berstatus sebagai narapidana karena telah melanggar undang-undang.