

Konsep Diri dengan Kecemasan Menjelang Masa Bebas pada Narapidana di Rumah Tahanan (Rutan) Kelas IIB Wonogiri, Jawa Tengah

Mas Pinta Ilham Nugraha

Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

pintailhamnugroho@gmail.com

Abstrak:

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji hubungan konsep diri dengan kecemasan narapidana menjelang bebas. Sampel dalam penelitian ini adalah 30 narapidana menjelang bebas di Rumah Tahanan Kelas II B Wonogiri Jawa Tengah menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan skala. Analisis data menggunakan analisis korelasi *Product Moment*. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa hubungan variabel konsep diri dengan kecemasan nilai koefisien korelasinya sebesar -0,758 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara konsep diri dengan kecemasan narapidana menjelang bebas. Kategori kecemasan rendah, sedangkan konsep diri berkategori tinggi. Sumbangan efektif untuk variabel konsep diri terhadap kecemasan sebesar 46,2%, sedangkan sisanya terdapat 53,8% dipengaruhi oleh variabel lainnya.

Kata Kunci: *kecemasan, konsep diri, narapidana.*

Self-Concept with Anxiety Ahead of Free Period of Prisoners in Class IIB Detention Center Wonogiri, Central Java

Abstract

The purpose of this study was to examine the relationship between self-concept and prisoner anxiety before being released. The sample in this study was 30 prisoners before being released at the Class II B prison in Wonogiri, Central Java using purposive sampling technique. Data were collected using a scale. Data analysis was performed using Product Moment correlation analysis. The results of this study indicate the analysis of the relationship between self-concept variables and anxiety, the correlation coefficient value is -0.758 and the significance value is 0.000 ($p < 0.01$). The anxiety variable is in the low category, while the self-concept variable is in the high category. The effective contribution of the self-concept variable to anxiety is 46.2%, while the remaining 53.8% is influenced by other variables. The conclusion in this study is that there is a very significant negative relationship between self-concept and prisoners' anxiety before being released.

Keywords: *anxiety, self-concept, prisoners.*

PENDAHULUAN

Kehidupan narapidana di rumah tahanan (rutan) merupakan bentuk konsekuensi hukuman atas tindakan melawan hukum yang sudah dilakukan oleh terpidana (Sutra, 2020). Berbagai masalah yang dihadapi narapidana ketika menjalani hukuman di rumah tahanan, diantaranya hilangnya kebebasan dan keterbatasan hak-hak yang dimiliki, perubahan hidup, sampai pada label kriminal yang ditempelkan pada narapidana dan kehidupan di rumah tahanan memaksa mereka harus berpisah dengan keluarga dan tinggal bersama dengan narapidana lainnya. Pratiwi, Albab, Awawin, Yusuf, & Ramadhani (2014) menyatakan kehidupan sosial di dalam rutan akan turut berpengaruh terhadap perkembangan jiwa narapidana. Terkait dengan stereotip buruknya masyarakat

yang sudah memberikan cap penjahat untuk narapidana akan berpengaruh terhadap kondisi psikologis mereka.

Kebebasan bagi narapidana seharusnya menjadi harapan untuk kembali ke masyarakat sehingga diterima dengan rasa senang dan sukacita, karena selama menjalani proses hukuman di penjara, narapidana dijauhkan dari keluarga dan rekan-rekannya. Setelah memperoleh kebebasan, narapidana dapat kembali berkumpul dengan keluarga dan rekan-rekan, serta yang tidak kalah pentingnya adalah memperoleh pekerjaan yang layak. Namun pada proses kebebasan yang akan dihadapi nanti tidak seperti sebagaimana yang diharapkan, nanti harus berhadapan dengan persepsi masyarakat tentang mantan narapidana terkadang agak berlebihan, sehingga dapat mempengaruhi persepsi para mantan narapidana tentang diri mereka (Muyassaroh & Handoyo, 2014).

Setiap individu pastinya ingin mendapatkan masa depan yang jauh lebih baik. Contohnya pendidikan yang baik, keluarga yang bahagia, karir yang baik, persepsi masyarakat yang baik, dan lain-lain. Namun, keinginan bekas narapidana agar bisa diterima oleh masyarakat sepertinya tidak semudah itu. Menurut Kunarni (2014) fenomena kecemasan narapidana saat menjelang bebas merupakan ancaman bagi jiwa dan psikis mereka, seperti kehilangan makna dan ketidakefektifan dalam hidup, apalagi jika narapidana mengalami kecemasan yang tinggi akan mengganggu masa depan mereka.

Situasi ini seringkali dihadapi para narapidana yang akan menjalani kehidupan baru setelah bebas dengan identitas berbeda. Keinginan para mantan narapidana untuk hidup normal kembali di lingkungan masyarakat nampaknya penuh tantangan dan kendala. Bekas narapidana mengalami kendala untuk kembali di tengah-tengah masyarakat sebab label negatif yang diterima narapidana. Persepsi masyarakat terkait mantan narapidana dipengaruhi oleh rumah tahanan atau lapas di Indonesia yang masih lemah dan tidak bersikap tegas saat melaksanakan fungsi hukum. Persepsi masyarakat terkait bekas narapidana dipengaruhi pula oleh budaya masyarakat yang memiliki pandangan kriminalitas merupakan hal tabu (Al-Jauhar & Imron, 2014). Persepsi warga masyarakat yang demikian merupakan akibat dari pengetahuan, pengalaman pribadi, dan pengaruh media massa yang menyatakan bekas narapidana sebagai sumber masalah, orang jahat, sampah masyarakat, orang yang patut diwaspadai dan memiliki potensi bertindak kriminal kembali.

Permasalahan yang dihadapi narapidana adalah adanya persepsi yang berlebihan dari masyarakat, hal inilah yang kemudian membuat narapidana merasa cemas. Hanun (2013) dalam penelitiannya menyatakan bekas narapidana jarang diterima keberadaannya dengan baik untuk bisa hidup bersama kembali di tengah-tengah masyarakat. Sebagian warga masyarakat memiliki anggapan bahwa “sekali orang berbuat jahat, maka selamanya orang tersebut akan berbuat jahat” atau pendapat praduga bersalah yang sering muncul di masyarakat. Adanya persepsi masyarakat bahwa bekas narapidana yang sudah ada di rumah tahanan masih memiliki kecenderungan yang kuat untuk menjadi residivis. Kondisi yang demikian akan berakibat pada hilangnya hak kemanusiaan mantan narapidana untuk bisa hidup kembali di tengah-tengah masyarakat. Seperti yang disampaikan oleh Fakhrah & Purnamaningsih (2020) fenomena tersebut berdampak yang tidak baik untuk mantan narapidana, sebab mantan narapidana merasa hidupnya tertekan dan memiliki beban moral yang berat, dengan demikian mantan narapidana akan bertindak melakukan kejahatan kembali seperti yang sudah dilakukan mereka sebelumnya.

Fenomena kecemasan nanti, diawali dari saat nanti selesai menjalani proses hukum dan akan segera dibebaskan. Kebebasan adalah proses yang sangat dinanti-nantikan oleh narapidana yang menjalani masa hukumannya di penjara. Mantan narapidana yang sudah selesai masa hukumannya akan dikembalikan di tengah-tengah masyarakat, berkumpul

kembali dengan keluarga dan bisa kembali melakukan interaksi dengan anggota masyarakat lainnya. Mantan narapidana dapat kembali menghirup udara bebas di luar rutan dan dapat kembali mengekspresikan keinginannya dan bisa hidup bebas tanpa adanya peraturan yang mengikat seperti pada waktu menjalani hukuman di penjara (Anissa, 2019). Akan tetapi, saat hari kebebasan yang semakin dekat dapat menimbulkan permasalahan bagi narapidana, karena narapidana yang menjalani hukuman di rumah tahanan memiliki kondisi yang jauh berbeda dengan orang-orang pada umumnya di luar rumah tahanan. Seseorang narapidana dalam masa tertentu harus ada di tempat yang sangat dibatasi ruang lingkup gerak mereka, keterbatasan melakukan kegiatan, keterbatasan komunikasi dan semua yang ingin dilakukan mereka terbatas. Pada situasi ini, narapidana memiliki kecenderungan mengalami kecemasan.

Kecemasan merupakan suatu yang terjadi pada setiap individu pada masa tertentu di dalam kehidupan mereka. Kecemasan adalah reaksi normal pada kondisi tertekan dalam kehidupan individu. Kecemasan dapat timbul sendiri ataupun bergabung dengan gejala lainnya dari bermacam-macam gangguan emosi, misalnya: tidak tenang, susah tidur, dan mudah marah (Ramaiah, 2003).

Gambaran umum kecemasan ini adalah perasaan tertekan, tidak tenang, dan pikirannya kacau dan banyak sekali penyesalan. Kondisi demikian sangat berdampak pada tubuh orang, hingga tubuh menggigil, mengakibatkan banyak keringat, jantung berdegup cepat, tubuh terasa lemas, lambung terasa mual, berkurangnya kemampuan berproduktivitas, hingga banyak orang yang melarikan diri ke alam imajinasi sebagai bentuk terapi sementara (Az-Zahrani, 2005).

Aspek-aspek kecemasan lainnya adalah teori dari Nolen-Hoeksema (2007) antara lain: a) fisik, yakni reaksi tubuh pada bahaya, b) kognitif, yakni respon pada kecemasan di dalam pikiran orang, c) emosi, yakni perasaan individu yang berakibat pada kekhawatiran yang terus menerus, perasaan takut pada bahaya yang akan timbul, dan d) perilaku, yakni reaksi tindakan individu pada ancaman dengan menghindar melakukan penyerangan atau penghindaran.

Pada penelitian ini, kecemasan yang dimaksud adalah kecemasan narapidana menjelang kebebasan mereka dimana kecemasan tersebut belum terwujud, hanyalah merupakan perasaan khawatir yang berlebihan pada diri narapidana. Perasaan cemas muncul akibat adanya pikiran yang mendorong untuk merasakan khawatir secara terus menerus berdasarkan aspek-aspek kecemasan yang disampaikan oleh Nolen-Hoeksema (2007).

Kecemasan kerap muncul saat individu dihadapkan pada kondisi yang tidak semestinya. Perasaan cemas dapat muncul disebabkan adanya faktor sosial, perilaku dan faktor kognitifnya. Pada studi ini, faktor kecemasan yang dimaksud adalah kecemasan menjelang bebas narapidana terjadi yang disebabkan karena faktor sosial lingkungan dan kognitif emosional. Penelitian ini bukan penelitian satu-satunya yang meneliti kecemasan pada napi. Penelitian sebelumnya pernah dilakukan oleh Mandira et al., (2019), predikat sebagai narapidana menjadi sumber adanya kekhawatiran, terlebih saat sesudah bebas dari rumah tahanan. Kecemasan tersebut berhubungan dengan penerimaan masyarakat pada diri mereka sebagai bekas narapidana dan cemas apabila dikucilkan oleh masyarakat mereka sendiri (Mandira et al., 2019). Lamanya hukuman yang harus mereka jalani akan berpengaruh pada kondisi fisik ataupun psikologis seseorang narapidana. Masa hukuman yang harus dijalani oleh narapidana semakin lama mengakibatkan narapidana memiliki anggapan bahwa diri mereka bukan lagi menjadi bagian dari masyarakat, dan memerlukan waktu yang cukup lama untuk bisa beradaptasi kembali dan adanya perasaan tidak percaya diri dan rendahnya harga diri (Wiradinata, 2015).

Sisa masa hukuman yang harus dijalani narapidana turut mempengaruhi kondisi psikologis narapidana (Yuningsih, Hidayat, & Hertini, 2019). Ramadhini & Santoso, (2019) pada penelitian mereka mengungkapkan bahwa masa menjelang bebas yang semakin dekat waktunya menjadi sumber munculnya rasa cemas menjelang bebas pada diri narapidana. Ada kekhawatiran berkaitan dengan penerimaan keluarga dan masyarakat saat narapidana sudah bebas dalam menjalankan hukumannya di rumah tahanan dan akan benar-benar kembali di lingkungan masyarakat. Disamping itu, jenis kejahatan yang sudah dilakukan oleh narapidana juga turut berpengaruh terhadap kondisi psikologis narapidana sesudah berada di rumah tahanan.

Sesuai dengan penelitian yang sudah diteliti oleh Ramadhini & Santoso, (2019) menyatakan narapidana menjelang bebas akan menghadapi rasa cemas. Narapidana merasakan cemas saat menjelang kebebasan disebabkan adanya keinginan pada diri narapidana untuk bisa segera bebas, namun pada kenyataannya anggapan negatif pada bekas narapidana masih melekat di masyarakat. Hal ini berakibat pada pengucilan oleh masyarakat dan tidak akan percaya lagi pada mantan narapidana. Sementara penelitian yang dilakukan oleh Alizamar et al. (2018) menunjukkan ada kecemasan yang dialami oleh narapidana setelah dibebaskan dari penjara. Kecemasan narapidana yang berlebihan mengarah pada perilaku menghindar dalam situasi pergaulan sosial, fokus pada perhatian diri, dan menghindari melakukan aktivitas di depan orang lain.

Hal penting yang berhubungan erat dengan kesiapan dan rasa cemas narapidana menjelang bebas dari rutan atau lapas yaitu konsep diri (Nurfadilah, Munadiah, & Irfan, 2020). Faktor-faktor kecemasan yang terjadi pada narapidana menjelang bebas dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, lama hukuman, waktu menjelang bebas, dukungan keluarga dan dukungan sosial masyarakat (Salim, Komariah, & Fitria, 2016). Sementara hasil penelitian lain menyertakan konsep diri sebagai faktor kecemasan menjelang bebas pada narapidana (Nurfadilah et al., 2020). Kecemasan menjelang bebas dioperasionalkan sebagai penilaian terhadap perasaan khawatir yang dialami narapidana selama menjalani sisa masa pidana sebelum bebas dari Lembaga Pemasyarakatan (Kusumawardani & Astuti, 2014).

Konsep diri adalah hal penting bagi kehidupan setiap manusia, sebab konsep diri akan menentukan individu harus bertindak dalam bermacam-macam kondisi (Anas, 2013). Sesuai dengan keterangan tersebut, sehingga bisa diambil kesimpulan bahwa konsep diri mempunyai peran penting dalam mengendalikan kecemasan narapidana yang akan keluar rutan atau lapas. Sebab semakin positif konsep diri yang dimiliki oleh narapidana, maka akan memperbesar kemungkinan rendahnya kecemasan yang muncul pada diri narapidana yang hendak keluar dari rutan atau lapas.

Konsep diri merupakan cara pandang manusia terkait diri individu melalui berbagai pengalaman diri dalam berinteraksi dengan orang lain. Apabila seseorang mempunyai konsep diri positif, maka seseorang optimis dalam memandang hidup mereka. Sementara seseorang mempunyai konsep diri negatif, maka cenderung pesimis dalam memandang hidup mereka. Konsep diri diukur melalui tiga aspek yakni pengetahuan, penilaian dan harapan (Calhoun & Acocella, 1990).

Calhoun & Acocella (1990) menyebutkan 3 aspek konsep diri sebagai berikut: 1) Pengetahuan. Aspek pengetahuan merupakan gambaran seseorang tentang diri. Gambaran diri tersebut membentuk citra diri. Gambaran diri merupakan kesimpulan dari pandangan individu dalam berbagai peran yang dipegang, seperti sebagai orangtua, suami atau istri, karyawan, pelajar. Pandangan individu tentang watak kepribadian yang dirasakan seperti jujur, gembira, bersahabat dan aktif; pandangan tentang sikap; kelebihan dan kelemahan yang dimiliki; kecakapan yang kita kuasai dan berbagai karakteristik lain yang melekat pada diri kita. Pengetahuan diperoleh dengan membandingkan diri dengan

orang lain. 2) Harapan. Aspek harapan merupakan pandangan individu tentang siapa dirinya dan menjadi apa di masa mendatang. Pandangan tersebut mengakibatkan individu mempunyai pengharapan bagi dirinya yang membentuk ideal *self*. Pada aspek ini lebih menekankan tentang harapan dan tujuan hidup serta bagaimana tujuan itu menggerakkan individu menggapai cita-citanya di masa mendatang. 3) Penilaian. Penilaian terhadap diri sendiri adalah pengukuran individu tentang keadaannya saat ini. Penilaian tersebut dilakukan oleh individu setiap saat. Pada aspek ini penilaian dapat dikatakan sebagai penengah antara pengetahuan dan harapan. Ketika individu mengetahui siapa dirinya dan mempunyai harapan atau tujuan dalam hidupnya, maka seseorang melakukan penilaian tentang dirinya. Penilaian seseorang tentang dirinya yang dilakukan setiap saat dapat mempengaruhi konsep dirinya. Semakin tinggi skor skala konsep diri yang diperoleh menunjukkan semakin positif konsep diri individu, sebaliknya semakin rendah skor skala konsep diri menunjukkan semakin negatif konsep diri subjek.

Penelitian terkait hubungan konsep diri dengan kecemasan pernah dilakukan oleh Malik et al. (2016) yang menyatakan terdapat hubungan negatif antara konsep diri dengan kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa karena konsep diri yang lebih baik, mereka memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah. Demikian pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Kheirkhah, Mokarie, Samani, & Hosseini (2013) menunjukkan hubungan negatif antara konsep diri dengan kecemasan.

Menurut Heidari, Ghodusi, & Rafiei (2017) kecemasan berkurang ketika derajat konsep diri meningkat. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat konsep diri maka tingkat kecemasan akan semakin berkurang. Dengan meningkatnya konsep diri maka kecemasan juga akan meningkat. Hal ini didukung dengan temuan penelitian dari Arnaiz-Castro & Díaz (2016) bahwa siswa dengan tingkat kecemasan yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat konsep diri yang lebih rendah.

Narapidana yang mempunyai konsep diri yang baik atau positif maka akan lebih siap apabila menghadapi kehidupan di masyarakat setelah bebas, sementara narapidana yang mempunyai konsep diri yang buruk atau negatif pasti kurang siap dalam menghadapi kehidupan di masyarakat setelah bebas, serta bisa berakibat pada kecemasan dan kecenderungan depresi pada narapidana (Asridayanti & Kristianingsih, 2020). Hal inilah yang menjadi alasan peneliti memilih variabel konsep diri dalam mempengaruhi kecemasan narapidana menjelang bebas.

Hasil wawancara awal yang peneliti lakukan terhadap salah satu narapidana di Rutan kelas II B Wonogiri menunjukkan konsep diri yang positif. Hal ini ditunjukkan dari keyakinan diri subjek yang diwawancarai dapat mengembangkan diri secara optimal sesuai bakat dan kemampuan yang diperoleh di rutan. Subjek juga optimis dapat menyesuaikan diri dalam berinteraksi dengan keluarga maupun masyarakat, serta yakin dapat menemukan solusi dalam setiap masalah yang muncul dalam kesehariannya. Selain itu, subjek juga yakin dapat mengontrol emosi ketika sedang teringat tentang masa depannya ataupun jika ada yang mengungkit masa lalunya terkait dengan keberadaannya di rutan (SR, nama samaran, 16 April 2021).

Namun, berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada salah satu narapidana di Rutan kelas II B Wonogiri di atas, menunjukkan hasil yang berbeda dengan teori, bahwa konsep diri positif pada subjek penelitian tidak selalu berbanding lurus dengan kenyataan yang ada di lapangan dalam kaitannya dengan kecemasan menjelang bebas. Subjek penelitian menyatakan rasa tidak percaya pada diri sendiri saat menjelang bebas. Dalam hal ini, subjek penelitian merasa kesulitan untuk berinteraksi kembali dengan lingkungan sekitarnya, malu kepada keluarga dan orang lain disekitarnya serta mengalami kebingungan untuk melakukan sesuatu.

Selanjutnya, dari hasil wawancara yang dikemukakan di atas, bahwa subjek penelitian tidak sepenuhnya dapat berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya dan mengatasi kecemasan menjelang bebas. Kondisi ini menjadi kendala bagi subjek untuk pembentukan proses konsep diri yang positif, walaupun sebelumnya subjek mempunyai keyakinan yang tinggi untuk mengembangkan kemampuannya secara optimal dalam hubungannya menghadapi masa depan setelah bebas dari penjara.

Berdasarkan fenomena di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa narapidana dengan konsep diri positif masih mempunyai kecemasan menghadapi masa depan yang tinggi setelah bebas dari penjara. Kemampuan dan penyesuaian diri tidak secara otomatis menurunkan kecemasannya menjelang bebas.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti memiliki ketertarikan untuk melakukan penelitian tentang hubungan konsep diri dengan kecemasan narapidana menjelang bebas di Rutan Kelas II B Wonogiri. Dengan demikian, maka rumusan masalah penelitian adakah hubungan konsep diri dengan kecemasan narapidana menjelang bebas di Rutan kelas II B Wonogiri?

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji hubungan konsep diri dengan kecemasan narapidana menjelang bebas. Hipotesis yang dapat disampaikan dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara konsep diri dengan kecemasan narapidana menjelang bebas. Artinya semakin tinggi konsep diri, maka semakin rendah kecemasan narapidana menjelang bebas. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah konsep diri, maka semakin tinggi kecemasan narapidana menjelang bebas.

METODE PENELITIAN

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah narapidana di Rutan Kelas II B Wonogiri Jawa Tengah. Sampel pada penelitian ini sebanyak 30 narapidana menjelang bebas di Rutan Kelas II B Wonogiri Jawa Tengah. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016). Kriteria sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah narapidana menjelang bebas yang telah menjalani 2/3 masa pembinaan di di Rutan Kelas II B Wonogiri Jawa Tengah.

Metode pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala. Skala kecemasan pada penelitian merupakan instrumen berdasarkan skala yang disusun oleh Nolen-Hoeksema (2007) terdiri dari empat indikator yaitu fisik, kognitif, emosi, dan perilaku yang dimodifikasi dari penelitian Nugroho (2015). Total keseluruhan aitem kecemasan berjumlah 44 butir aitem pernyataan yang dibagi menjadi 36 aitem *favourable* dan 8 aitem *unfavourable*. Skala konsep diri pada penelitian ini merupakan instrumen berdasarkan aspek konsep diri berdasarkan skala yang disusun oleh Calhoun & Acocella (1990) yang terdiri dari tiga aspek yaitu pengetahuan, penilaian dan harapan yang dimodifikasi dari penelitian Nugroho (2015). Total keseluruhan aitem konsep diri berjumlah 30 butir aitem pernyataan yang dibagi menjadi 6 aitem *favourable* dan 24 aitem *unfavourable*.

Hasil perhitungan uji validitas *expert judgement* dengan Formula Aikens aitem Skala kecemasan dari 44 aitem yang diujikan diketahui seluruh aitem memenuhi kriteria ($>0,6$) dan koefisien reliabilitas Alpha sebesar 0,867. Sementara hasil perhitungan uji validitas Skala Konsep diri dari 30 aitem yang diujikan, tidak ada aitem yang gugur. Semua hasil uji memenuhi kriteria ($>0,6$) dan koefisien reliabilitas Alpha sebesar 0,816.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik analisis korelasi *Product Moment* dari *Carl Pearson*, yaitu untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan kecemasan narapidana menjelang bebas. Analisa data dengan teknik analisis korelasi tersebut mensyaratkan data normal dan linier sehingga sebelum uji hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**Uji Asumsi****Uji Normalitas.**

Hasil pengujian normalitas sebaran variabel konsep diri diperoleh hasil *Kolmogrov-Smirnov Z sig (2-tailed)* = 0,428, yang artinya persebaran data untuk variabel konsep diri dapat dikatakan normal karena $p > 0,05$. Hasil pengujian normalitas sebaran variabel kecemasan diperoleh hasil *Kolmogrov-Smirnov Z sig (2-tailed)* = 0,222, yang artinya persebaran data untuk variabel kecemasan dapat dikatakan normal karena $p > 0,05$.

Uji Linieritas.

Hasil uji linearitas yang dilakukan menunjukkan bahwa variabel bebas (konsep diri) dengan variabel tergantung (kecemasan) memenuhi persebaran data linear yang diketahui dari hasil *output Anova table* dengan skor *deviation from linearity sig.* = 0,869 ($p > 0.05$) yang artinya variabel konsep diri dan kecemasan memiliki hubungan yang linear.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel bebas dengan variabel tergantung. Uji hipotesis ini menggunakan teknik korelasi *product moment*. Berdasar hasil analisis data dapat diketahui koefisien korelasi $r(xy) = -0,758$; $p = 0,000$ ($p < 0,01$) artinya ada hubungan negatif yang signifikan antara konsep diri dengan kecemasan narapidana. Makna dari korelasi negatif ini adalah semakin tinggi konsep diri maka semakin rendah kecemasan narapidana, dan sebaliknya semakin rendah konsep diri, semakin tinggi kecemasan narapidana sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Sumbangan Efektif

Hasil sumbangan efektif variabel konsep diri memiliki nilai R^2 sebesar 46,2% dan sisanya sebesar 53,8% dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak dibahas dalam penelitian ini, seperti faktor lingkungan, biologis, serta faktor kognitif dan emosional.

Kategorisasi

Analisis dilakukan dengan cara membandingkan antara rerata empirik yang hasilnya diperoleh dari proses perhitungan menggunakan SPSS pada *output descriptive statistic* dengan rerata hipotetik yang hasilnya diperoleh dari proses penghitungan manual.

Berdasarkan hasil analisis perhitungan statistik variabel konsep diri, dapat diketahui bahwa $RE > RH$ dengan hasil rerata empirik (RE) sebesar 90,47 dan rerata hipotetik sebesar 75,0, sehingga variabel konsep diri tergolong dalam kategori tinggi. Data mengenai hasil penelitian akan dikategorikan ke dalam 5 kategori yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi. Berikut kategori variabel konsep diri dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Kategorisasi Konsep Diri

Skor Interval	Kategori	Rerata hipotetik (RH)	Rerata Empirik (RE)	Frekuensi (ΣN)	Prosentase (%)
30 < X < 48	Sangat rendah			0	0%
48 < X < 66	Rendah			1	3%
66 < X < 84	Sedang	75		8	27%
84 < X < 102	Tinggi		90,47	17	57%
102 < X < 120	Sangat tinggi			4	13%
	Jumlah			30	100%

Berdasarkan kategori skala konsep diri dapat diketahui bahwa terdapat 3% (1 narapidana) termasuk dalam konsep diri rendah. Pada konsep diri kategori sedang terdapat 27% (8 narapidana) dan kategori konsep diri tinggi terdapat 57% (17 narapidana). Pada kategori konsep diri sangat tinggi terdapat 13% (4 narapidana).

Berdasarkan hasil analisis perhitungan statistik variabel kecemasan, dapat diketahui bahwa $RE < RH$ dengan hasil rerata empirik (RE) sebesar 110 dan rerata hipotetik (RH)

sebesar 94,63, sehingga variabel kecemasan tergolong rendah. Data mengenai hasil penelitian akan dikategorikan ke dalam 5 kategori yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi. Berikut kategori variabel kecemasan dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Kategorisasi Kecemasan

Skor interval	Kategori	Rerata Hipotetik (RH)	Rerata Empirik (RE)	Frekuensi (ΣN)	Prosentase (%)
44 < X < 70,4	Sangat rendah			0	0%
70,4,6 < X < 96,8	Rendah		94,63	16	53%
96,8 < X < 123,2	Sedang	110,00		14	47%
123,2 < X < 149.6	Tinggi			0	0%
149.6 < X < 176.0	Sangat tinggi			0	0%
	Jumlah			30	0%

Berdasarkan skala kecemasan dapat diketahui bahwa terdapat 53% (16 narapidana) dengan kecemasan rendah, dan 47% (14 narapidana) dengan kecemasan rendah. Narapidana tidak ada yang memiliki kecemasan sangat rendah, tinggi, dan sangat tinggi.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis korelasi diketahui r sebesar $-0,758$ dengan signifikansi sebesar $0,000$ ($p < 0,05$), artinya ada hubungan negatif signifikan antara konsep diri dan kecemasan narapidana. Semakin tinggi konsep diri narapidana, semakin rendah kecemasan narapidana menjelang bebas, sebaliknya, semakin rendah konsep diri narapidana, semakin tinggi kecemasan narapidana menjelang bebas. Hipotesis hubungan negatif antara konsep diri dan kecemasan narapidana menjelang bebas di Rutan Kelas IIB Wonogiri diterima.

Calhoun dan Acocella (1990) menyatakan bahwa seseorang dengan konsep diri positif artinya dapat mengetahui dirinya, menghargai diri serta optimis dalam memandang masa depannya. Seseorang yang dapat mengetahui dirinya termasuk mengenali kekurangan, kelebihan, dan potensinya. Sementara seseorang dengan konsep diri negatif tidak mampu mengenali keterbatasan, potensi, dan kesempatan yang dipunyai. Apabila seseorang mengetahui kondisi dirinya, maka tingkat kecemasannya rendah. Akan tetapi, apabila seseorang tidak tahu kondisi diri, maka tingkat kecemasannya tinggi.

Disamping tahu akan kondisi dirinya, seseorang yang mempunyai konsep diri positif dapat melakukan penilaian atau evaluasi diri secara positif (Calhoun dan Acocella, 1990). Burns (1993) menyatakan bahwa seseorang yang mempunyai konsep diri positif, memiliki kepercayaan bahwa dirinya dapat memecahkan permasalahan hidupnya walaupun menghadapi kegagalan, sementara seseorang yang mempunyai konsep diri negatif melakukan evaluasi diri secara negatif. Apabila seseorang dapat menilai diri secara positif, maka tingkat kecemasannya rendah. Akan tetapi, seseorang tidak dapat melakukan penilaian diri secara positif maka tingkat kecemasannya tinggi. Seseorang dengan konsep diri positif tidak hanya tahu dan melakukan penilaian diri secara positif, melainkan juga membuat seseorang optimis memandang masa depan. Seseorang memiliki harapan atau tujuan hidup yang realistis dan dapat merealisasikan sesuai dengan kemampuan yang dipunyai dan berupaya supaya dapat mewujudkan tujuan dirinya (Calhoun dan Acocella. 1990). Burns (1993) mengungkapkan bahwa seseorang yang mempunyai konsep diri positif tidak merasakan kekhawatiran pada masa lalu dan masa depannya. Apabila seseorang mempunyai sikap optimis dan berupaya merealisasikan harapan dirinya maka tingkat kecemasannya rendah. Akan tetapi, apabila seseorang mempunyai pandangan pesimis pada masa depannya maka tingkat kecemasannya tinggi.

Berdasarkan hasil analisis kategorisasi konsep diri dari total 30 subjek diketahui memiliki rerata empirik (RE) sebesar 90,47 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 75 yang

berarti konsep diri subjek tergolong tinggi, diketahui bahwa terdapat 3% (1 narapidana) memiliki konsep diri dengan kategori rendah, 27% (8 narapidana) memiliki konsep diri dengan kategori sedang, 57% (17 narapidana) memiliki konsep diri dengan kategori tinggi, dan 13% (4 narapidana) memiliki konsep diri dengan kategori tinggi sekali. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa presentase dari jumlah terbanyak berada di dalam kategori tinggi. Hal ini disebabkan karena narapidana di Rutan telah diberikan pembinaan, memiliki harapan dan rasa optimis untuk mewujudkan harapan tersebut setelah bebas. Disamping itu, narapidana juga memperoleh dukungan, perhatian dari keluarga yang sering melakukan kunjungan ke Rutan untuk memberikan dukungan dan motivasi kepada narapidana. Hal ini sesuai dengan penelitian dari Asridayanti & Kristianingsih (2020) bahwa faktor yang paling berperan membentuk konsep diri adalah faktor keluarga, lingkungan, terutama teman sebaya. Lubis & Maslihah (2012) menyatakan bahwa kunjungan keluarga membuat narapidana merasa diperhatikan dan dinanti kehadirannya untuk berkumpul kembali dengan keluarga.

Pada kategorisasi kecemasan, sesuai dengan hasil analisis dari total 30 subjek diketahui mempunyai rerata empirik (RE) sebesar 94,63 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 110 yang artinya kecemasan subjek tergolong rendah, diketahui bahwa terdapat 53% (16 narapidana) mempunyai kecemasan dengan kategori rendah, dan 47% (14 narapidana) mempunyai kecemasan dengan kategori tinggi. Jadi, bisa diambil kesimpulan bahwa presentase dari jumlah terbanyak berada pada kategori rendah. Hal ini dikarenakan narapidana mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan sekitar sehingga kecemasannya menjadi rendah. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurfadilah et al. (2020) mengungkapkan bahwa narapidana hanya merasakan kecemasan dengan situasi keluarganya saat ini, akan tetapi dikarenakan keluarga sering melakukan kunjungan, maka perasaan cemas dan khawatir masih bisa dikendalikan. Disamping memperoleh dukungan sosial dari keluarga yang berkunjung atau teman sesama penghuni Rutan, narapidana juga memperoleh dukungan sosial dari pegawai Rutan yakni berwujud biro konsultasi yang memiliki dua tenaga psikologis, jadi membuka kesempatan untuk seluruh narapidana dalam membantu menyelesaikan masalah mereka. Disamping hal tersebut, narapidana juga diberi dukungan pembinaan keagamaan, penyaluran bakat baik dalam bentuk olahraga ataupun musik. Jadi narapidana merasakan dukungan, kepedulian, dan penghargaan dari pegawai dan warga binaan rutan. Jadi, hal ini menyebabkan narapidana yang ada di Rutan Kelas II B Wonogiri mengalami tingkat kecemasan rendah.

Hasil sumbangan efektif variabel konsep diri memiliki nilai R^2 sebesar 46,2% dan sisanya sebesar 53,8% dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak dibahas dalam penelitian ini. Artinya kecemasan narapidana menjelang bebas salah satunya ditentukan oleh variabel konsep diri sebesar 46,2%. Aspek-aspek variabel konsep diri yang turut membentuk kecemasan, diantaranya pengetahuan, penilaian dan harapan (Calhoun & Acocella, 1990). Perilaku-perilaku tersebut ternyata efektif dalam membentuk kecemasan, sementara 53,8% ditentukan oleh variabel lain seperti faktor lingkungan, biologis, serta faktor kognitif dan emosional.

Pada penelitian ini masih ada beberapa kelemahan, seperti penelitian hanya dilakukan pada satu tempat saja dengan subjek yang terbatas, sehingga belum mewakili sepenuhnya bahwa konsep diri dapat memengaruhi kecemasan narapidana menjelang bebas.

SIMPULAN

Penelitian ini membuktikan ada hubungan negatif yang signifikan antara konsep diri dan kecemasan narapidana menjelang bebas di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Wonogiri. Hal ini dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi $r(xy) = -0,758$; $p = 0,000$ (p

< 0,01). Semakin tinggi konsep diri, semakin rendah kecemasan narapidana menjelang bebas. Sebaliknya, semakin rendah konsep diri, semakin tinggi kecemasan narapidana menjelang bebas. Dari hasil penelitian membuktikan kategori untuk variabel kecemasan berkategori rendah, sedangkan untuk kategorisasi variabel konsep diri tinggi. Sumbangan efektif konsep diri terhadap kecemasan sebesar 46,2% dan sisanya sebesar 53,8% dipengaruhi oleh variabel lain.

Sebagaimana hasil penelitian dan kesimpulan di atas, dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut: 1) narapidana sebaiknya dapat mempertahankan konsep diri yang positif dengan mengenali diri, menilai diri dan mempunyai harapan positif pada masa depannya, hal ini dikarenakan dapat menurunkan tingkat kecemasan narapidana menjelang bebas, 2) bagi pihak rutan diharapkan bisa lebih menyiapkan mental dan juga memberikan program-program terkait penanganan masalah psikologis narapidana sehingga mereka nantinya bisa mengenali diri sendiri, mengenali potensi diri, memiliki tanggung jawab terhadap diri sendiri serta lingkungan sekitar dan juga agar mereka tidak melakukan tindak pidana kembali, 3) bagi masyarakat hendaknya tidak melakukan stigma atau labeling kepada mantan narapidana karena kesalahan sebelum dilakukan pembinaan di lapas, tetapi masyarakat dan keluarga harus bisa memberikan dukungan kepada mantan narapidana untuk tidak mengulangi kesalahan yang pernah dilakukan dan memotivasi mantan narapidana untuk menjalani hidup baru dengan perilaku yang lebih baik, dan 4) bagi peneliti selanjutnya, dapat menjadi salah satu referensi bagi peneliti berikutnya untuk dapat memperluas ruang lingkup penelitian dan lebih menyempurnakan penelitian selanjutnya tentang faktor-faktor lain yang terkait konsep diri serta kecemasan narapidana.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Jauhar, B. M., & Imron, A. (2014). Konstruksi Masyarakat Terhadap Mantan Narapidana. *Jurnal Paradigma*, 2(1), 1–6.
- Alizamar, Afdal, & Fikri, M. (2018). The Exploration of Young Prisoners Social Anxiety. *International Conferences on Education, Social Sciences and Technology*, 121–125. Padang: Universitas Negeri Padang. <https://doi.org/10.29210/2018118>
- Anas, M. (2013). *Psycologi: Menuju Aplikasi Pendidikan*. Jakarta: Pustaka Education.
- Anissa, C. G. (2019). *Rasa Bersalah Pada Mantan Narapidana*. Semarang: Universitas Semarang.
- Arnaiz-Castro, P., & Díaz, J. P. L. (2016). A Study on the Correlation Between Anxiety and Academic Self-Concept in Interpreter Trainees. *Circulo de Linguistica Aplicada a la Comunicacion*, 67, 57–88. <https://doi.org/10.5209/CLAC.53477>
- Asridayanti, & Kristianingsih, S. A. (2020). Konsep Diri Dengan Kecemasan Pada Narapidana Pengguna Narkotika Dalam Menghadapi Masa Depan. *Jurnal Psikologi Talenta*, 5(1), 1–11. <https://doi.org/10.26858/talenta.v5i1.9533>
- Az-Zahrani, M. bin S. (2005). *Konseling Terapi*. Jakarta: Gema Insani.
- Calhoun, J. F., & Acocella, J. R. (1990). *Psychology of Adjustment and Human Relationships*. New York: McGraw-Hill.
- Fakhrah, F., & Purnamaningsih, E. H. (2020). Program Aktif (Aku Positif) untuk Meningkatkan Harga Diri Menjelang Masa Bebas pada Anak Didik di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA). *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 6(1), 107–116. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.55364>
- Hanun, I. B. (2013). *Studi tentang Penyesuaian Diri Mantan Narapidana di Kecamatan Banjarnegara Kabupaten Banjarnegara*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

- Heidari, M., Ghodusi, M., & Rafiei, H. (2017). Sexual Self-concept and Its Relationship to Depression, Stress and Anxiety in Postmenopausal Women. *Journal of Menopausal Medicine*, 23(1), 42–48. <https://doi.org/10.6118/jmm.2017.23.1.42>
- Kheirkhah, M., Mokarie, H., Samani, L. N., & Hosseini, A. (2013). Relationship Between Anxiety and Self-Concept in Female Adolescents. *Iran Journal of Nursing (IJN)*, 26(83), 19–29.
- Kunarni, S. (2014). *Pengaruh Meditasi Dzikir untuk Menurunkan Kecemasan pada Narapidana Wanita Menjelang Masa Bebas* (Semarang: Universitas Islam Negeri Walisongo). Semarang: Universitas Islam Negeri Walisongo. Diambil dari <https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/3969/>
- Kusumawardani, D. A., & Astuti, T. P. (2014). Perbedaan Kecemasan Menjelang Bebas pada Narapidana Ditinjau dari Jenis Kelamin, Tindak Pidana, Lama Pidana, dan Sisa Masa Pidana. *Empati*, 3(3), 52–60.
- Lubis, S. M., & Maslihah, S. (2012). Analisis Sumber-Sumber Kebermaknaan Hidup Narapidana yang Menjalani Hukuman Seumur Hidup. *Jurnal Psikologi Undip*, 11(1), 28–39. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/jpu.11.1.12>
- Malik, M., Fatima, G., & Ch, A. H. (2016). Test Anxiety and Self-Concept of University Students Enrolled in B Ed Honors Degree Program Funded by USAID. *Bulletin of Education & Research*, 38(2), 83–94.
- Mandira, T. M., Marjohan, M., & Fernandes, F. (2019). Gambaran kecemasan narapidana wanita di Sumatera Barat. *Holistik Jurnal Kesehatan*. <https://doi.org/10.33024/hjk.v13i3.1665>
- Muyassaroh, & Handoyo, P. (2014). Dampak Labelling Pada Mantan Napi: Pengangguran Atau Pencuri. *Paradigma*, 2(3), 1–6.
- Nolen-Hoeksema, S. (2007). *Abnormal Psychology* (4 ed.). Boston: Mc Graw Hill.
- Nugroho, H. Y. A. (2015). *Hubungan Konsep Diri dan Kecemasan Menjelang Bebas di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Wirogunan Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Nurfadilah, Munadiah, W., & Irfan. (2020). Hubungan Konsep Diri dengan Kecemasan Narapidana pada Rutan Kelas II B Majene Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 38–51.
- Pratiwi, I., Albab, U., Awawin, M., Yusuf, N. M., & Ramadhani, S. S. (2014). *Suara Perjuangan Narapidana Inovatif (Supernova): Model Pembinaan Narapidana Dibawah Umur dan Asisten Sipir di Lembaga Pemasyarakatan Kelas Ila Kota Bogor dengan Metode “Fun, Fight, Share.”* Bogor.
- Ramadhini, P. S., & Santoso, M. B. (2019). Assertveness Training untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Narapidana Remaja. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 6(2), 123–180. <https://doi.org/10.24198/jppm.v6i2.21905>
- Ramaiah, S. (2003). *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Salim, S. U., Komariah, M., & Fitria, N. (2016). Gambaran Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan WBP Menjelang Bebas Di LP Wanita Kelas II A Bandung. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 4(1), 32–42.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutra, B. M. (2020). Peran Kunjungan Keluarga Terhadap Kondisi Psikologis Narapidana di Lapas Kelas IIB Pangkalan BUN. *Syntax Literate ; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(8), 481–496. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v5i8.942>

- Wiradinata, R. (2015). Pelaksanaan Pembebasan Bersyarat Terhadap Narapidana Pada Lembaga Pemasyarakatan Klas Ila Pontianak. *Gloria Yuris: Jurnal Hukum*, 4(1), 1–3.
- Yuningsih, A., Hidayat, M. A., & Hertini, R. (2019). Pengalaman Psikologis Warga Binaan Selama Menjalani Masa Hukuman di Lembaga Permayarakatan Kelas III Kota Banjar. *Jurnal Medika Cendikia*, 6(1), 64–75. <https://doi.org/10.33482/medika.v6i01.103>