

MASA HUKUMAN & STRES PADA NARAPIDANA

Triana Indah Siswati¹⁾ & Abdurrohimi²⁾

¹⁾²⁾Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA) Semarang

Abstrak

Seorang narapidana selama berada di Lembaga Pemasyarakatan, ruang gerak narapidana dibatasi dan mereka terisolasi dari masyarakat. Keadaan seperti ini dapat menjadi stressor yang menyebabkan stres pada narapidana. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara lama menjalani masa hukuman dengan kondisi stres narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Magelang. Populasi dalam penelitian ini adalah narapidana yang berada di Lembaga Pemasyarakatan Magelang, dengan kriteria: laki-laki, usia minimal 17 tahun, bisa membaca dan menulis, serta divonis dengan hukuman sekurang-kurangnya 3 (tiga) bulan. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara lama menjalani masa hukuman dengan kondisi stres narapidana dilakukan pengujian menggunakan teknik korelasi Product Moment. Hasil analisis menunjukkan koefisien sebesar $r_{xy} = 0,758$ dengan signifikansi $0,000$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara lama menjalani masa hukuman dengan kondisi stres narapidana. Besarnya sumbangan efektif lama menjalani masa hukuman terhadap kondisi stres narapidana adalah $0,575$, artinya pengaruh lama menjalani masa hukuman terhadap kondisi stres narapidana pada penelitian ini sebesar $57,5\%$, sedangkan sisanya $42,5\%$ adalah berasal dari faktor lain, seperti faktor jenis kelamin, usia, jenis kasus, latar belakang lingkungan sosial, tingkat pendidikan, dan lain sebagainya.

Kata Kunci: stres, masa hukuman, narapidana

Pendahuluan

Sebagai negara yang berdasarkan atas hukum, maka seluruh tatanan kehidupan bermasyarakat dan bernegara harus berdasarkan atas hukum yang sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku dan memberi hukuman bagi yang bersalah. Selain memberi hukuman bagi mereka yang bersalah, negara juga memberi

kewajiban untuk membina mereka yang telah melanggar hukum atau melakukan tindak kejahatan.

Mengingat Negara berkewajiban membina mereka yang bersalah, maka berdasarkan UU RI No 12 Tahun 1995 didirikanlah Lembaga Pemasyarakatan yang merupakan tempat untuk melakukan pembinaan guna membantu narapidana untuk menyadari kesalahannya, memperbaiki diri dan tidak mengulangi tindak pidana sehingga dapat diterima kembali oleh lingkungan masyarakat dan hidup secara wajar sebagai warga negara yang baik dan bertanggung jawab.

Warga negara yang bersalah dan menjalani masa pidananya di Lembaga Pemasyarakatan dinamakan narapidana (Sudirohusodo, 2002,h.13). Narapidana merupakan anggota dari masyarakat umum yang memiliki hak dan kewajiban sebagaimana warga negara lainnya, dikarenakan perlakuannya dalam kehidupan sehari-hari telah melakukan kesalahan yaitu melanggar hukum yang berlaku, maka untuk sementara waktu dimasukkan ke dalam Lembaga Pemasyarakatan dan akan kehilangan kemerdekaannya dalam waktu tertentu (Sudirohusodo, 2002, h.14)

Menurut Poernomo (1985, h.70) narapidana adalah individu yang telah terbukti melakukan tindak pidana dan kemudian oleh pengadilan dijatuhi hukuman atau pidana. Pengadilan mengirimkan narapidana tersebut ke Rumah Tahanan atau Lembaga Pemasyarakatan untuk menjalani hukuman sampai habis masa pidananya

Menurut UU R.I Nomor 12 Tahun 1995 Pasal 1 ayat 6 Terpidana adalah seseorang yang dipidana berdasarkan putusan pengadilan yang telah memperoleh kekuatan hukum tetap. Sedangkan Narapidana adalah Terpidana yang menjalani pidana dan hilang kemerdekaannya dalam waktu tertentu dan di tempatkan di Lembaga Pemasyarakatan.

Pembinaan narapidana mempunyai arti bahwa seseorang yang berstatus narapidana akan diubah menjadi seseorang yang baik. Atas dasar pengertian yang demikian tersebut, maka sasaran yang perlu dibina adalah pribadi dan budi pekerti narapidana, yang didorong untuk membangkitkan diri sendiri dan orang lain, serta mengembangkan rasa tanggung jawab untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan yang tenteram dan sejahtera dalam masyarakat dan selanjutnya berpotensi menjadi manusia yang berbudi luhur dan bermoral tinggi (Poernomo, 1985, h.186).

Poernomo (1985, h.187) juga menambahkan bahwa pembinaan narapidana di Lembaga Pemasyarakatan tidak lepas dari tujuan pemidanaan yang nantinya bisa mengubah perilaku seseorang yang jahat menjadi manusia yang baik. Pidana pada

hakikatnya adalah suatu hukuman atau sanksi yang diberikan kepada pelaku oleh hakim yang memutuskan perkara karena terbukti melakukan tindak pidana.

Masa hukuman narapidana yang satu dengan narapidana yang lain berbeda. Lama masa hukuman yang harus dijalani oleh para narapidana didasarkan atas berat ringannya tindak kejahatan yang dilakukan oleh narapidana tersebut. Hal tersebut diatur didalam Kitab Undang-Undang Hukum Pidana yang memuat tentang seluruh tindak kejahatan yang dilakukan masyarakat beserta sanksi-sanksinya.

Menjalani kehidupan sebagai narapidana di Lembaga Pemasyarakatan bukan merupakan sesuatu yang menyenangkan. Individu dituntut melakukan penyesuaian terhadap kehidupan di dalam Lembaga Pemasyarakatan. Penyesuaian yang dilakukan terhadap kehidupan narapidana membutuhkan variabel waktu. Situasi lingkungan yang terpaksa harus didapat, dibedakan atas lingkungan fisik maupun sosial. Lingkungan fisik adalah semua benda mati yang ada di sekeliling narapidana, misalnya ruangan sel, bangunan penjara dan pagar penjara. Sedangkan lingkungan sosial terdiri dari teman satu sel, sipir, tukang kebun, tim medis penjara, juru masak, dan rohaniawan.

Selama berada di Lembaga Pemasyarakatan, ruang gerak narapidana dibatasi dan mereka terisolasi dari masyarakat. Keadaan seperti ini dapat menjadi *stressor* yang menyebabkan stres pada narapidana. Stres yang dirasakan oleh individu yang menimbulkan upaya untuk melakukan reaksi terhadap stres yang dialaminya. Reaksi tersebut merupakan suatu aktivitas untuk melakukan penyesuaian diri terhadap situasi perangsang tertentu, yang apabila tidak dapat dilakukan dengan baik akan menyebabkan gangguan fisik maupun kejiwaan (Doelhadi, 1997, h.380)

Anoraga (2001, h.107) berpendapat bahwa kondisi stres adalah suatu bentuk tanggapan seseorang, baik fisik maupun mental terhadap suatu perubahan di lingkungan yang dirasakan mengganggu dan mengakibatkan dirinya terancam.

Berdasarkan hasil wawancara penulis dengan Kepala Lembaga Pemasyarakatan Magelang, respon yang muncul dari kondisi stres narapidana di antaranya yaitu narapidana merasa cemas, gelisah, tidak puas, mudah marah, mudah tersinggung, menjadi pemurung atau menutup diri dan lain sebagainya. Sedangkan respon fisiologis yang dialami para narapidana antara lain narapidana merasa sering pusing atau sakit kepala, batuk, terkena penyakit kulit karena kondisi lingkungan penjara yang serba terbatas, dan berbagai penyakit lain. Dengan kondisi lingkungan Lembaga Pemasyarakatan yang serba terbatas, baik sarana dan prasarananya, ditambah dengan pergaulan dengan sesama narapidana dari berbagai macam tindak kejahatan, dan juga

narapidana merasa kehilangan “kemerdekaannya” dalam waktu yang relatif lama maka wajar apabila narapidana mengalami stres.

Menurut Smet (1994, h.115) apabila seseorang individu berada di dalam lingkungan fisik yang terlalu menekan maka kemungkinan individu tersebut sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan dan hal tersebut dapat menimbulkan stres. Walgito (1999, h.22) mengemukakan bahwa lingkungan sosial merupakan lingkungan masyarakat yang didalamnya terdapat interaksi antara individu dengan yang lain. Pengaruh lingkungan bagi setiap individu sangat besar. Apabila keadaan lingkungan sesuai atau cocok dengan individu maka individu tersebut merasa nyaman dan dapat bertahan di lingkungan tersebut. Akan tetapi individu akan merasa tertekan secara psikologis apabila individu berada di lingkungan yang tidak sesuai dengan dirinya atau tidak cocok dengan lingkungannya.

Senada dengan hal tersebut, Hidayat (1998, h.230) mengemukakan bahwa pada manusia, perubahan lingkungan dapat menimbulkan ketegangan atau stres. Untuk dapat bertahan manusia harus melakukan penyesuaian diri. Apabila individu tidak dapat beradaptasi dengan lingkungannya maka individu tersebut dapat mengalami stres.

Para narapidana yang menjalani masa hukuman di Lembaga Pemasyarakatan sering mengalami hambatan dalam beradaptasi terhadap lingkungan penjara maupun dalam upaya memenuhi kebutuhan-kebutuhannya, baik kebutuhan biologis maupun kebutuhan psikologis. Di antara para narapidana ada yang merasa kurang nyaman karena ruangan sel yang cenderung sempit dan pengap, kebutuhan seks yang tidak tersalurkan, terpisah dari keluarga dan lain sebagainya. Hal tersebut dapat menjadi pemicu munculnya stres pada narapidana (Sudirohusodo, 2002, h.30)

Taufik (2004, h.74) berpendapat bahwa setiap individu memiliki tingkat atau toleransi stres yang berbeda-beda. Toleransi stres sangat berperan di dalam menentukan tingkah laku penyesuaian individu dalam menghadapi stres. Maramis (dalam Taufik, 2004, h.74) menyebutkan toleransi stres sebagai daya tahan stres atau nilai ambang frustrasi. Sejalan dengan pendapat tersebut Carson (dalam Taufik, 2004, h.73) juga menyebutkan bahwa tingkat stres seorang individu mengacu pada kemampuan individu untuk bertahan dalam menghadapi berbagai tekanan tanpa mengakibatkan gangguan yang berarti.

Taufik (2004, h.75) mendefinisikan toleransi stres sebagai suatu tingkat dan durasi stres yang dapat di kelola individu tanpa menjadi kacau dan irrasional, atau dengan

kata lain merupakan ambang batas sebelum terjadinya perilaku yang tidak efisien dan pikiran yang tidak rasional. Sarafino (dalam Smet, 1994, h.108) menyebutkan bahwa kejadian atau lingkungan yang menimbulkan perasaan-perasaan tegang di istilahkan dengan *stressor*. *Stressor* yang datang akan membuat individu aktif dan selanjutnya menimbulkan reaksi yang beraneka ragam. Jika individu mampu menggerakkan kekuatan, mengatasi dan melawan *stressor*, maka individu tersebut memiliki tingkat stres yang rendah. Sebaliknya apabila individu tidak dapat mengatasi dan melawan segala bentuk *stressor* yang dihadapi maka kemungkinan individu akan mengalami tingkat stres yang tinggi.

Bermula dari fenomena di atas maka peneliti tertarik untuk mengetahui adakah hubungan antara lama menjalani masa hukuman dengan kondisi stres narapidana. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara lama menjalani masa hukuman dengan kondisi stres narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Magelang.

Metode Penelitian

Variabel-variabel penelitian ini adalah kondisi stres narapidana sebagai variabel tergantung (*dependent variable*) dan lama masa hukuman sebagai variabel bebas (*independent variable*).

Populasi dalam penelitian ini adalah narapidana yang berada di Lembaga Pemasyarakatan Magelang, dengan kriteria: laki-laki, usia minimal 17 tahun, bisa membaca dan menulis, serta divonis dengan hukuman sekurang-kurangnya 3 (tiga) bulan.

Berdasarkan data dari Biro Kesekretariatan pada bulan Januari tahun 2007, jumlah keseluruhan narapidana yang berada di Lembaga Pemasyarakatan 373 orang, dengan kriteria 246 narapidana dengan status sebagai narapidana dan 127 masih berstatus sebagai tahanan.

Sebagai bahan pertimbangan di dalam penelitian, data-data mengenai lama masa hukuman yang harus dijalani oleh narapidana pada Lembaga Pemasyarakatan kelas II A Magelang sebagaimana tercatat pada bulan Januari 2007 dapat dilihat pada tabel 1 berikut

Tabel 1
Jumlah narapidana dan lama masa hukuman yang harus dijalani oleh narapidana di
Lembaga Pemasyarakatan Magelang
Pada Bulan Januari 2007

No	Kategori	Lama Masa Hukuman	Jumlah
1	B I	satu tahun hingga seumur hidup	167 orang
2	B II A	tiga bulan hingga satu tahun	77 orang
3	B II B	tiga bulan ke bawah	-
4	B III S	pidana pengganti denda	2 orang
		Jumlah	246 orang

Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling* yaitu pemilihan sekelompok subyek didasarkan atas ciri-ciri atau sifat-sifat tertentu yang dipandang mempunyai sangkut paut yang erat dengan ciri-ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini terbagi atas dua metode, yaitu metode skala dan metode dokumentasi.

Skala kondisi stres narapidana digunakan untuk kondisi stres berdasarkan tiga gejala stres yang diungkapkan oleh Muchlas (dalam Solechan, 1999, h.16) yaitu gejala fisiologis, gejala psikologis dan gejala perilaku. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang sifatnya tertutup, yaitu jawaban dan isian yang telah dibatasi atau disediakan sehingga subjek tidak dapat memberikan respon menurut kebebasan yang seluas-luasnya (Suryabrata, 1993, h.158).

Data dokumentasi dipakai untuk mengetahui data-data tentang subjek, yaitu biodata, berupa catatan mengenai diri subjek di Lembaga Pemasyarakatan. Dari data dokumentasi peneliti mencatat biodata, jenis pelanggaran, lama hukuman, dan masa hukuman yang telah dijalani.

Pengambilan data dilakukan dengan cara memberikan secara langsung alat pengumpul data berupa skala kepada narapidana yang telah ditentukan oleh petugas Lembaga Pemasyarakatan Magelang yang sesuai dengan kriteria atau ciri – ciri dari karakteristik penelitian.

Sebelum skala diberikan kepada subyek, peneliti melakukan pendekatan (*rapport*) terhadap subyek. Untuk menciptakan rasa nyaman maka pelaksanaan penelitian dilakukan di ruangan khusus, yaitu di sebuah ruang yang biasa digunakan untuk praktek kerja para narapidana. Penyajian skala kondisi stres dilakukan secara *classical* sebanyak 10 subyek di dalam satu waktu. Kemudian peneliti memberikan penjelasan kepada subyek mengenai petunjuk pengisian skala. Dari 60 skala yang dibagikan, yang kembali secara sempurna dan lengkap ada 50 skala.

Pendekatan reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Single-Trial Administration*, yaitu satu bentuk skala yang dikenakan hanya sekali saja pada sekelompok responden. Selanjutnya estimasi reliabilitas dilakukan dengan menggunakan teknik Alpha dari Cronbach.

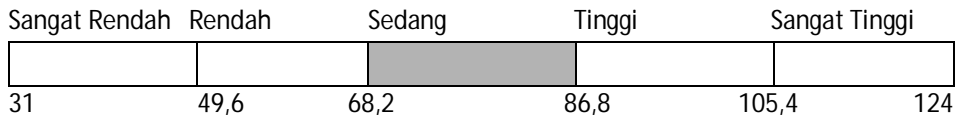
Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode statistik dengan menggunakan teknik korelasi *Product Moment*.

Hasil Penelitian

Pengujian untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara lama menjalani masa hukuman dengan kondisi stres narapidana menggunakan teknik korelasi *Product Moment* melalui bantuan program *Statistical Packages for Social Service (SPSS) Windows release 11,5*. Hasil analisis menunjukkan bahwa koefisien korelasi antara lama menjalani masa hukuman dengan kondisi stres narapidana sebesar $r_{xy} = 0,758$ dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara lama menjalani masa hukuman dengan kondisi stres narapidana. Lama menjalani masa hukuman berpengaruh terhadap kondisi stres narapidana. Untuk mengetahui besar sumbangan efektif lama menjalani masa hukuman terhadap kondisi stres narapidana maka nilai $r_{xy} = 0,758$ dikuadratkan hasilnya adalah 0,575, artinya pengaruh lama menjalani masa hukuman terhadap kondisi stres narapidana pada penelitian ini sebesar 57,5%, sedangkan sisanya 42,5 % adalah berasal dari faktor lain, seperti faktor jenis kelamin, usia, jenis kasus, latar belakang lingkungan sosial, tingkat pendidikan, dan lain sebagainya. Hipotesis dalam penelitian ini terbukti atau diterima.

Sebagai tambahan, berdasarkan norma kategorisasi dengan distribusi normal kelompok subyek dalam penelitian ini, dapat dilihat rentang skor subyek pada skala kondisi stres narapidana dalam kategori sedang.

Gambar 1
Rentang Skor Skala Kondisi Stres pada Narapidana



Kategorisasi skor subyek pada skala kondisi stres pada narapidana berdasarkan norma kategorisasi distribusi normal kelompok subyek dalam penelitian ini, dilihat berdasarkan tabulasi skor kasar aitem yang valid (lampiran). Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa subyek yang berada dalam kategorisasi sangat rendah berjumlah 0 orang dengan rentang skor antara 31 sampai 48,6. Subyek yang berada dalam kategorisasi rendah berjumlah 20 orang dengan rentang skor antara 49,6 sampai 67,2. Subyek yang berada dalam kategorisasi sedang berjumlah 22 orang dengan rentang skor antara 68,2 sampai 85,8. Subyek yang berada dalam kategorisasi tinggi berjumlah 4 orang dengan rentang skor antara 86,8 sampai 104,4. Subyek yang berada dalam kategorisasi sangat tinggi berjumlah 4 orang dengan rentang skor antara 105,4 sampai 124.

Tabel 2
Kategorisasi Skor Subyek
(Skala Kondisi Stres pada Narapidana)

Rentang Skor	Jumlah subyek (Orang)	Kategorisasi
31 – 48,6	-	Sangat Rendah
49,6 – 67,2	20	Rendah
68,2 – 85,8	22	Sedang
86,8 – 104,4	4	Tinggi
105,4 - 124	4	Sangat Tinggi

Pembahasan

Lama menjalani masa hukuman mempengaruhi kondisi stres narapidana. Korchin (1976, 23) mengatakan bahwa cara merespon stressor dan tipe stres apa yang dialami tergantung pada proses kognitif individu. Jika pikiran dan persepsi positif maka tindakannya pun cenderung positif, karena proses kognitif merupakan filter terhadap stressor sebelum individu melakukan reaksi. Berdasarkan hasil penelitian, respon narapidana terhadap lingkungan baru mengakibatkan adanya perubahan dan peningkatan reaksi psikologis dan fisiologis, akan tetapi belum mengarah ke tindakan yang membahayakan baik diri sendiri maupun orang lain. Kondisinya relatif aman dan terkendali. Beberapa kasus yang dialami para narapidana semakin menyadarkan mereka akan kesalahan atau kejahatan yang telah dilakukan, peristiwa tersebut bagi mereka dianggap sebagai suatu kesempatan untuk belajar agama dan lebih mendekatkan diri kepada Tuhan. Berdasarkan kategorisasi kondisi stres subyek berada pada tingkat sedang. Stres yang terjadi mungkin disebabkan kurangnya sarana dan prasarana yang memadai yang mengakibatkan kegiatan pembinaan cenderung bersifat generalisasi, yaitu tidak adanya kurikulum khusus untuk pendidikan dan pengajaran bagi narapidana yang disesuaikan dengan tingkat usia, pendidikan, kemampuan dan jenis pelanggaran. Selain itu pembinaan di Lembaga Pemasyarakatan dirasa kurang lengkap, karena kualifikasi pakar yang tersedia bagi petugas bidang keagamaan dan kesehatan, sehingga kerangka pembinaan narapidana di Lembaga Pemasyarakatan kurang memasukkan unsur psikologis, padahal banyak faktor psikologis yang memainkan peran dalam menentukan respon seseorang terhadap stimulus.

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Holmes dan Rahe (Atkinson, 1990, h.334) menyebutkan bahwa hukuman penjara dapat menimbulkan stres sebesar 63 %, ini memperlihatkan bahwa lama menjalani masa hukuman mempunyai peran dalam memicu munculnya kondisi stres. Seseorang dapat mengalami tekanan dari hal-hal yang terjadi dalam kehidupan pribadinya yang terisolasi atau dalam hubungannya dengan tekanan di sekitar lingkungannya. Individu dituntut melakukan penyesuaian terhadap kehidupan di dalam Lembaga Pemasyarakatan. Penyesuaian yang dilakukan terhadap kehidupan narapidana membutuhkan variabel waktu. Situasi lingkungan yang terpaksa harus didapat, dibedakan atas lingkungan fisik maupun sosial. Lingkungan Lembaga Pemasyarakatan yang kurang memberikan stimulus positif, seperti tembok yang kusam, ukuran bangunan yang terlalu besar dan terbagi dalam beberapa bagian. Hal ini menyebabkan interaksi yang mendalam di antara narapidana kurang tercipta.

Berdasarkan analisis dokumen secara kualitatif dan hasil wawancara penulis dengan beberapa petugas Kesekretariatan Lembaga Pemasyarakatan sebagai bahan

tambahan terdapat beberapa jenis atau kasus kejahatan yang dapat menimbulkan stres tinggi yaitu kasus kecelakaan lalu lintas, narkoba, pencurian, korupsi dan pembunuhan.

Kasus kecelakaan lalu lintas yang terjadi pada narapidana yang mengalami kondisi stres yang tinggi adalah mereka yang mengalami kecelakaan lalu lintas berat yang mengakibatkan hilangnya nyawa orang lain. Secara tidak sadar perasaan bersalah dan berdosa sering muncul akibat kelalaian dan ketidak sengajaan. Kondisi ini sangat mengganggu, sehingga memicu timbulnya stres berat.

Para narapidana yang tersangkut kasus narkoba juga mengalami kondisi stres yang tinggi. Selama berada di dalam sel tahanan mereka tidak mendapatkan terapi khusus untuk menghilangkan pengaruh obat dalam tubuhnya (detoksifikasi) karena biayanya sangat tinggi. Penanganan lebih ditekankan pada terapi religiusitas dengan mendekati diri kepada Tuhan. Padahal pada kasus keracunan substansi psikoaktif (narkoba) proses detoksifikasi sangat penting artinya untuk proses kesembuhan secara menyeluruh.

Narapidana yang terjerat kasus pembunuhan, pelakunya kebanyakan mengalami stres berat karena trauma atau hukuman yang harus dijalannya terlalu lama sehingga sisa hidupnya harus dihabiskan dalam terali besi. Untuk kasus korupsi juga tidak terlalu berbeda. Kondisi stresnya tetap tinggi dikarenakan perubahan pola maupun gaya hidup yang berubah secara drastis.

Narapidana yang ditahan di Lembaga pemasyarakatan Magelang mendapat vonis hukuman rata-rata satu tahun keatas. Saat berada di dalam sel tahanan mereka merasakan perbedaan suasana yang mencolok antara kehidupan di dalam dan di luar Lembaga Pemasyarakatan. Perubahan lingkungan yang dialami individu dirasakan sebagai hal yang begitu menekan. Selain itu faktor lingkungan fisik Lembaga pemasyarakatan kurang memberikan stimulus positif. Kondisi semacam ini merupakan situasi yang tidak menyenangkan dan cenderung membosankan.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil di dalam penelitian ini, maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara lama menjalani masa hukuman dengan kondisi stres narapidana. Artinya Semakin lama masa hukuman yang harus dijalani oleh para narapidana maka semakin tinggi kondisi stres yang dialami

oleh narapidana tersebut. Sebaliknya, semakin pendek masa hukuman yang dijalani oleh narapidana, maka semakin ringan kondisi stresnya.

Lembaga Pemasarakatan disarankan untuk menyediakan seorang tenaga profesional untuk membantu memecahkan permasalahan narapidana berkaitan dengan keadaan psikologisnya, misalnya seorang psikolog yang berwenang seperti psikolog kriminal atau psikolog sosial. Narapidana banyak mengalami kesulitan adaptasi terhadap lingkungan sosial yang memicu munculnya perilaku negatif, seperti pertengkaran antar narapidana. Pihak Lembaga Pemasarakatan juga disarankan agar bekerjasama dengan institusi psikologi untuk mengadakan pelatihan pengelolaan stres bagi para narapidana, agar mereka tidak mengalami distress bahkan jika mungkin menumbuhkan kesadaran pribadi untuk enggan dan merasa malu atau berdosa jika berbuat kejahatan.

Peneliti selanjutnya disarankan memperhatikan variabel-variabel lain yang diduga dapat mempengaruhi kondisi stres, khususnya atau kondisi psikologis lain. Misalnya jenis kelamin, usia, jenis kasus, latar belakang lingkungan sosial, keluarga, tingkat pendidikan, dan lain sebagainya.

Daftar Pustaka

- Anoraga,P. 2001. *Psikologi Kerja*. Jakarta : Rineka Cipta
- Atkinson, L.R. *Pengantar Psikologi*. Edisi XI, Jilid 2. Alih Bahasa : Kusuma,W.Batam : Interaksara
- Doelhadi, S.1997. Strategi Dalam Pengendalian Dan Pengelolaan Stres. *Jurnal Animal*. Vol.XII No.48,h.378-386
- Hidayat, T.1998. Stres Dalam Lingkup Pekerjaan. *Psikologi Jiwa*. H.229-241
- Korchin, S.J.1976. *Modern Clinical Psychology : Principles of Intervention in The Clinic and Community*. New York : Basic Book Inc.
- Poernomo, B. 1985. *Pelaksanaan Pidana Penjara Dengan Sistem Pemasarakatan*. Yogyakarta : Gajah Mada Press
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta : Gramedia
- Solechan, U.M.U. 1999. Hubungan Stres Kerja dengan Keharmonisan Berumah Tangga Pada Wanita Karir. *Skripsi*. (tidak diterbitkan). Semarang : Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata

Sudirohusoso, M. 2002. Pelaksanaan Pembinaan Narapidana di Lembaga Pemasarakatan Magelang. *Skripsi* (tidak diterbitkan) Fakultas Hukum Universitas Muhamadiyah Yogyakarta

Suryabrata, S. 1993. *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Rajawali Press

Taufik, 2004. Desensitisasi Terhadap Kekerasan Dan Toleransi Stres. *Jurnal Phronesis*. Vol.6.No.12.Universitas Muhamadiyah Surakarta

Walgito, B. 1999. *Psikologi Sosial (Suatu Pengantar)*. Edisi II Cet.3. Yogyakarta Andi Offset