



## Regulasi Dalam Pembinaan Terhadap Narapidana di Negara Hukum dan Implementasi Pembinaan Narapidana Seumur Hidup Menuju Kesejahteraan Psikologi Studi Kasus di Lembaga Pemasyarakatan

Wahyu Widjayanto<sup>1)</sup>, Mitro Subroto<sup>2)</sup>

Politeknik Ilmu Pemasyarakatan  
Jl. Raya Gandul No.99, Kota Depok, Jawa Barat

wwstyle22@gmail.com

### ABSTRAK

Pada penelitian yang dilakukan memiliki tujuan untuk mengetahui berbagai macam keadaan psikologi di antara narapidana yang dijatuhi pidana seumur hidup. Keadaan kesejahteraan psikologi rendah dapat mengakibatkan seseorang tidak mampu memaknai hidup yang dapat berpengaruh pada mental hingga fisiknya. Maka perlunya perlakuan bagi narapidana seumur hidup dengan program pembinaan kemandirian, maupun kepribadian yang disediakan oleh petugas Lapas dengan upaya menjadikan keadaan mental narapidana yang lebih baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi narapidana untuk dapat mencapai kesejahteraan psikologi yaitu bagaimana kedekatan dirinya pada Tuhan, apa tujuan dari hidup dan bagaimana motivasi yang di berikan dari lingkungan sosialnya. Sehingga perlunya program dalam proses pembinaan agar membuat para narapidana lebih dewasa dan lebih dekat dengan Tuhannya. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana regulasi dalam pembinaan terhadap narapidana di negara hukum dan implementasi pembinaan narapidana seumur hidup menuju kesejahteraan psikologi studi kasus di Lembaga Pemasyarakatan. Penelitian yang dilakukan bersifat deskriptif dengan pendekatan yang digunakan adalah kualitatif. Dalam pelaksanaan pengumpulan data dilaksanakan dengan upaya pengamatan dan penggalian informasi berupa wawancara serta observasi yang dilakukan dengan petugas Lembaga Pemasyarakatan dan narapidana terkait

**Kata kunci:** Narapidana Seumur Hidup, Kesejahteraan Psikologi, Pembinaan

### ABSTRACT

The purpose of this research is to find out various kinds of psychological conditions among prisoners who are sentenced to life imprisonment. The state of low psychological well-being can result in a person not being able to interpret life which can affect the mental to the physical. So the need for treatment for lifelong inmates with self-reliance, as well as personality development programs provided by prison officers in an effort to make the mental state of prisoners better, directly or indirectly. Therefore, as for the factors that can influence prisoners to be able to achieve psychological well-being, namely how close they are to God, what is the purpose of life and how is the motivation given from their social environment. So the need for a program in the coaching process in order to make the prisoners more mature and closer to their God. The purpose of this study is to find out how the regulation in fostering prisoners in the state of law and the implementation of lifelong prisoner development towards psychological well-being is a case study in the Correctional Institution. This research is descriptive in nature with the approach used is qualitative. In the implementation of data collection, it is carried out by observing and extracting information in the form of interviews and observations made with correctional officers and related inmates

**Keywords:** Lifelong Prisoners, Psychological Welfare, Coaching

### PENDAHULUAN

Masalah tindak pidana atau pelanggaran hukum merupakan masalah yang sering terjadi di masyarakat dan menjadi isu yang sensitif yang mempengaruhi berbagai persoalan, dari peraturan social, norma, moral, etika bermasyarakat satupun agama. Tindakan ini dianggap oleh masyarakat

luas sebagai suatu perilaku yang termasuk dalam penyimpangan norma dan moral yang ada dalam masyarakat serta melanggar dari ketetapan yang ada pada agama (Susilo, 1971).

Dalam terjadinya tindak pidana atau pelanggaran ini dapat terjadi dikarenakan bahwa adanya suatu unsur yang berupa kesalahan yaitu :

1. Tindakan yang dilakukan merupakan perbuatan yang disengaja;
2. Adanya kemampuan pada diri untuk bertanggung jawab;
3. Adanya rasa insyaf atas tindakan pelanggaran hukum;
4. Tidak adanya pemaafan atas tindakan pelanggaran yang dilakukan.

Didasarkan pasal 1 ayat 7 pada undang-undang nomor 12 tahun 1995 tentang pemasyarakatan. Narapidana merupakan terpidana yang menjalani suatu pidana hilangnya kemerdekaan yang di tempatkan pada Lembaga Pemasyarakatan (Lapas). Pada pasal 1 ayat 6 undang-undang nomor 12 tahun 1995 tentang pemasyarakatan, terpidana adalah seseorang yang sedang menjalankan pidananya yang di dasarkan pada putusan pengadilan yang telah memiliki kekuatan hukum tetap. Sehingga dapat dikatakan bahwa seseorang yang masih dalam menjalankan proses masa hukumannya yang ditempatkan di dalam Lapas dengan dihilangkannya sebagian dari hak atas kemerdekaannya disebut narapidana (Moeljento, 2008).

Salah satu tindakan hukum yang diberikan oleh negara indonesia bagi pelanggar hukum yang terdapat pada pasal 10 KUHP merupakan jenis pidana penjara. Pidana penjara yang diputus oleh pengadilan sering sekali digunakan sebagai langkah untuk dapat menaggulangi masalah kejahatan dalam sanksi yang diberikan. Pada pasal 12 KUHP, diaman pidana penjara dibagi menjadi dua macam yaitu:

1. Pidana penjara seumur hidup;
2. Pidana penjara dalam waktu tertentu.

Pidana penjara dalam waktu tertentu ini memberikan batasan waktu dalam masa berada di dalam, adapun yang batasan maksimalnya yaitu 15 tahun berturut-turut dan paling minimal 1 hari. Sedangkan pidana seumur hidup tidak ada secara khusus untuk memberikan batasan tentang jangka waktu masa berada di Lapas.

Adapun tujuan dari adanya pidana seumur hidup yang hanya disarnkan sebagai tujuan untuk perlindungan bagi masyarakat, tetapi di sisi lain pada system pemasyarakatan tujuan dari pidana sendaria adalah sebagai perlindunagn, pembinaan dan memperbaiki atau rehabilitasi diri para narapidana untuk nantinya dapat kembali ke masyarakat. Oleh sebab itu adanya bebrapa perbedaan sudut pandang mengenai pola yang ingin di jalankan anatar pidana semur hidup dengan sistem pemasyarakatan yang ada sekarang.

Pada masa menjalankan pidananya didalam lingkungan dan kehidupan sosial di Lapas para narapidana tentunya akan mengalami berbagai perubahan-perubahan yang sangat berbeda dengan sebelum mereka dipidana. Oleh karena itu di dalam Lapas mereka harus melakukan proses adaptasi denga lingkungan sosisal yang baru. Tidak hanya perubahan social yang berbeda teatapi secar fisik dan psikologis karena kehidupan yang narapidana jalani sekarang merupakan konsekuensi hukuman atas tindakan melanggar hukum.

Dalam menjalani masa pidana di Lapas para narapidana menghadapi berbagai kesulitan dan permasalahan atas perubahan pola hidupnya baik dalam hal hilangnya kebebasan bergerak, hilangnya hak-hak tertentu yang seharusnya didapatkan di luar Lapas, labelling atau stigma pada diri mereka oleh masyarakat atas tindakan kejahatannya, tidak dapatnya berkumpul dengan keluarga atau kerabat terdekat, mengalami setres akibat dari belum dapat menerima keadannya sekarang karena berada di penjara. Di lain sisi permasalahan yang ada juga berpengaruh terhadap perubahan fisik karena kondisi lingkungan yang sulit untuk diterima diri, makanan dan fasilitas kesehatan yang terbilang seadanya atau bahkan kurang atau tidak sesuai dengan apa yang para narapidana harapkan sebelumnya. Sehingga narapidana baru tentunya membutuhkan suatu arahan, bimbingan, serta adanya pendampingan apabila mereka baru saja menjadi tahanan di dalam Lapas (Handyani, 2010).

Secara teoritis keadaan yang tidak diinginkan atau hilangnya hak atas kemerdekaan bergerak sebagai derita yang terjadi pada narapidana. Tetapi adanya derita lain yang mengikuti dari hilangnya kemerdekaan yaitu:

1. Tidak mendapatkan kesempatan untuk berhubungan seksual;
2. Tidak mendapatkan hak pribadi;

3. Tidak mendapatkan kebaikan dan bantuan yang maksimal;
4. Kehilangan kerahasiaan diri karena adanya stigma buruk masyarakat;
5. Hilangnya rasa keadilan dan rasa kecewa karena mengangap mnganak kecilkan orang yang sudah dewasa.

Peristiwa masuknya seseorang dalam penjara merupakan salah satu bentuk kejadian yang menyebabkan terjadinya tingkat stres yang paling tinggi pada diri seorang yang mengalaminya (Wilkinson, 1995), terutama bagi mereka yang mendapat putusan pidana yang berat dari pengadilan seperti pidana penjara dalam kurun waktu yang lama, pidana penjara seumur hidup hingga hukuman mati. Narapidana dengan pidan seumur hidup yang sudah menikah cenderung tidak dapatnya menjadi suami dan ayah serta kebutuhan biologis dan ekonomi keluarga mereka tidak terpenuhi. Selain itu, narapidana yang dipidana seumur hidup pada umur produktif mengaku bahwa mereka tidak dapat melakukan banyak hal baik untuk masa depan mereka dan menghambat melakukan hal-hal produktif yang seharusnya dapat mereka lakukan (Amir Hasan Ramli, 2012). Oleh karena itu keadaan kesulitan yang terus diterima narapidana dapat memberikan tekanan psikis pada dirinya hingga mengalami stres secara terus-menerus.

Situasi stres yang di sebabkan oleh masalah tertentu ini menyebabkan hilangnya toleransi stres pada narapidana dapat menimbulkan depresi gangguan psikologi. Kondisi psikologi yang dialami oleh narapidana bermacam-macam dan berbeda-beda. Keadaan tersebut dipengaruhi oleh berbagai keadaan yaitu usia kasus pelanggaran hukum, hukuman yang diterima, latar belakang narapidana dan lingkungan di dalam Lembaga Pemasyarakatan. Dimana semua itu dapat menyebabkan hilangnya konsentrasi seperti melamun, kesedihan, turunya kepercayaan diri, kecurigaan terhadap lingkungan, rasa dendam, tertekan dan cemas sampai pada akhirnya menjadi pribadi yang tertutup. Oleh karena itu narapidana mendapatkan pelayanan atau perlakuan yang telah disediakan oleh Lapas sebagai wujud untuk mengatasi berbagai permasalahan psikologis para narapidana. Walaupun pada kenyataan banyak lapas di Indonesia pelayanan-pelayanan yang diberikan masih belum mampu memberikan solusi atas permasalahan narapidana secara maksimal (Erik, 2011).

Selain itu adapun yang dapat mempengaruhi perkembangan dari jiwa narapidana yang bersangkutan yaitu bagaimana pergaulan mereka di dalam Lapas. Di sisi lain berkenaan dengan bagaimana stigma di masyarakat berupa label seorang penjahat atau melakukan kejahatan yang didapat narapidana. Sehingga label penjahat sebagai konotasi yang dianggap buruk oleh masyarakat dan label penjahat ini dapat dipastikan akan terus melekat, sehingga akan dapat mempengaruhi kepribadian (Yulia, 2008). Pendapat yulia ini dikuatkan dari pendapat Zambe dkk (Bartol, 1994), bahwa masuknya kedalam penjara dapat merusak dari keadaan mereka terutama keadaan psikologi. Dimana dampak dari pemenjaraan itu menimbulkan gejala-gejala psikologis berupa depresi, stres, kecemasan dan sikap menarik diri dari lingkungan sosialnya. Selain itu menjelaskan bahwa adanya sikap dari menarik diri dari lingkungan kehidupan sosial para narapidana didalam Penjara mempunyai suatu kecenderungan tertentu berupa hanya menghabiskan waktu didalam masing-masing sel hunian atau hanya dengan beberapa teman dekat saja. Permasalahan-permasalahan ini diakibatkan karena adanya ketidakbebasan atas aturan-aturan yang ada di penjara.

Ketika seseorang belum mampu berkomunikasi dengan baik, maka dibutuhkan adaptasi terhadap lingkungannya, agar mereka lebih memahami dan mendalami keadaan dan lingkungan orang lain. Oleh karena itu manusia sendiri adalah makhluk sosial yang selalu berusaha memiliki keinginan untuk berinteraksi dan bergaul. Manusia sebagai makhluk sosial memiliki dua hasrat, yaitu: (1) keinginan untuk menjadi satu dengan manusia yang lain disekelilingnya (masyarakat); (2) keinginan untuk menjadi satu dengan suasana alam sekitarnya (Soekanto, 2005).

Dalam Kamus Sosiologi Antropologi (2001), adaptasi merupakan keadaan pribadi seseorang yang menyesuaikan dengan lingkungan baru atau merubah keadaan lingkungan untuk menyesuaikan keinginan dari pribadinya dari diri sendiri. Maka proses adaptasi dapat mempengaruhi kesehatan kearah positif dikarenakan adanya interaksi manusia itu sendiri dengan lingkungannya. Sama halnya dengan warga binaan pemasyarakatan, mereka perlu berkomunikasi dan beradaptasi dengan warga binaan lainnya, supaya tidak selalu merasa sendiri di dalam lembaga pemasyarakatan. Mereka berkomunikasi dengan sesamanya, baik komunikasi verbal maupun nonverbal.



Kesejahteraan psikologis dapat menjadikan gambaran mengenai level tertinggi dari fungsi individu sebagai manusia dan apa yang diidam-idamkannya sebagai makhluk yang memiliki tujuan dan akan berjuang untuk tujuan hidupnya (Snyder dan Lopez, 2002). Individu yang merasa sejahtera akan mampu memperluas persepsinya di masa mendatang dan mampu membentuk dirinya sendiri (Fredrickson, dalam Eid & Larsen, 2008). Adanya perasaan sejahtera dalam diri akan membuat individu untuk mampu bertahan sertamemaknai kesulitan yang dialami sebagai pengalaman hidupnya.

Para narapina mengambil hikmah dari peristiwa yang dialami yang dianggap sebagai salah satu cara untuk dapat menjalani kehidupan lebih baik dari sebelumnya. Dimana para narapidana berharap agar dirinya semakin tekun beribadah dan mendekati diri pada Tuhan, serta dapat terus berusaha berbuat baik sehingga bermanfaat bagi orang lain.

Kesejahteraan psikologi merupakan suatu dorongan yang terbentuk untuk mengenali potensi pada diri secara keseluruhan. Dorongan tersebut itu merupakan sesuatu yang menyebabkan keadaan psikologi seseorang menjadi rendah sehingga keadaan itu mendorong untuk memperbaiki keadaan hidup agar kesejahteraan psikologi menjadi lebih tinggi (Ryff & Keyes, 1995).

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yaitu jenis penelitian yang tidak didapatkan melalui prosedur hitungan atau statist. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode penelitian lapangan (Field Research), Dimana dilakukan dengan cara intewi dan melihat fenomena atau permasalahan yang terjadi di dalam Lapas secara langsung kepada narapidana yang mendapatkan hukuman seumur hidup dan juga masyarakat yang diperoleh berdasarkan data yang relevan. Keterangan fakta yang diperoleh langsung dari hasil wawancara dengan narapidana seumur hidup di Lapas, mengenai perlakuan dan pemberian hak yang sudah diberikan kepada narapidana tersebut, dan khususnya mengenai proses penyesuaian diri dan penerimaan diri narapidana seumur hidup selama di lapas.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hukuman yang dijalani para subjek merupakan suatu konsekuensi tindakan kriminal yang telah dilakukan. Para subjek menjalani hukuman sebagai bentuk tanggung jawab terhadap perbuatan subjek. Oleh karena itu narapidana yang dihukum penjara seumur hidup dapat terjadi stress dan depresi dengan tingkat yang lebih tinggi dari pada narapidana yang dihukum penjara dengan batas waktu tertentu. Para narapidana tidak menyangka dan ketika dijatuhi hukuman seumur hidup oleh pengadilan. Narapidana mengalami tekanan psikologis saat proses persidangan. Kondisi psikologis subjek menurun ketika menjalani hukuman yang diterima.

Penerimaan diri ini pun diperlukan oleh para narapidana di mana sikap ini merupakan tindakan positif narapidana untuk dapat menerima baik atau buruk, kekuatan dan kelemahan diri sendiri dalam memandang masa lalu sebagai hal yang positif. Para narapidana melalui proses menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial yang baru. Selain itu mereka menghadapi perubahan kehidupan. Proses Penerimaan diri merupakan suatu usaha narapidana seumur hidup dalam menerima kondisinya. Penerimaan diri ditunjukkan dengan pandangan positif pada diri sendiri. Individu menerima dirinya secara keseluruhan dalam rentang kehidupan masa lalu hingga masa sekarang (Ryff, 2013).

Kesejahteraan psikologis narapidana seumur hidup dipengaruhi oleh faktor-faktor internal maupun eksternal. Kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh faktor-faktor baik eksternal maupun internal. Faktor eksternal tersebut adalah (1) Motivasi dari masyarakat di Lembaga Pemasyarakatan, (2) Dukungan keluarga atau orang terdekat, (3) Keadaan lingkungan di Lembaga Pemasyarakatan. Sedangkan faktor internal yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis narapidana adalah (1) Religiusitas, (2) Hukuman pidana yang membebani, (3) Tujuan hidup.

Teori kesejahteraan psikologi oleh Ruff pada tahun 1986 yaitu Psychological well-being ini mengarah pada bagaimana perasaan seseorang untuk menghadapi aktivitas hidupnya sehari-hari. Dalam hal ini narapidana sebagai individu yang harus melakukan berbagai aktivitas setiap harinya kemungkinan mengalami perubahan-perubahan pikiran dan perasaan dari kondisi mental yang terpuruk atau negatif hingga pada kondisi yang ingin dicapai yaitu mental yang lebih baik kearah

positif, misalnya pada bagaimana penerimaan diri dari hidup trauma hingga pada hidup mulus psychological well-being (Bradburn dalam Ryff & Keyes, 1995).

Depresi atau gangguan psikologi sangat berdampak negatif pada narapidana terutama mereka yang mendapatkan hukuman berat seperti hukuman seumur hidup sehingga berpengaruh pada kesejahteraan psikologi mereka. Dimana dampak tersebut dapat mempengaruhi perkembangan diri, ketidak berdayaan diri narapidana selama di Lapas selama menjalankan hukuman sehingga menghambat dalam usaha keadaan menjadi lebih baik. Oleh karena itu kesejahteraan psikologi sangatlah diperlukan oleh setiap narapidana seumur hidup selama di Lapas agar dapat berkembangnya diri kearah yang positif. Selain itu narapina seumur hidup dapat memiliki perasaan yang lega dan lebih bersyukur dalam menjalani kehidupannya selama di Lapas. Ketika seorang individu memperoleh kesejahteraan psikologis pada dirinya maka individu tersebut mencapai pada titik atau level tertinggi dalam kehidupannya (Snyader & Lopez, 2002).

Narapidana adalah seseorang individu yang merupakan anggota masyarakat tetapi dipisahkan dari induknya dalam waktu tertentu, dia diperoses dalam lingkungan atau wadah yang tersedia dengan program tersendiri dengan tujuan, metode dan dalam sistem pemasyarakatan (Pujileksono, 2017). Dalam Peraturan Pemerintah Nomor 31 Tahun 1999 Tentang Pembinaan dan Pembimbingan Warga Binaan Pemasyarakatan yang diatur dalam Pasal 7, yang menentukan bahwa: Tahap pembinaan narapidana dilakukan dengan beberapa tahap, yaitu:

1. Tahap awal, sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) pembinaan narapidana dimulai sejak yang bersangkutan berstatus sebagai narapidana sampai dengan 1/3 dari masa pidana. Dalam Pasal 10, pada tahap awal dilakukan hal-hal:
  - a. Masa pengamatan, pengenalan diri dan penelitian lingkungan paling lama 1 (satu) tahun
  - b. Perencanaan program pembinaan kemandirian dan kepribadian
  - c. Penilaian pelaksanaan program pembinaan awal.
2. Tahap lanjutan, sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (2) huruf
  - a. Tahap lanjutan pertama sejak berakhir pembinaan tahap awal sampai dengan 1/2 dari masa pidana. Dan huruf.
  - b. Tahap lanjutan kedua, sejak berakhir masa pembinaan tahap lanjutan pertama sampai dengan 2/3 masa pidana.
3. Tahap akhir, sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (3) sejak berakhirnya tahap lanjutan sampai dengan berakhirnya masa pidana dari narapidana yang bersangkutan.

Sedangkan proses bagi narapidana yang dipidana mati dan narapidana seumur hidup tidak dilakukan pentahapan seusai dengan peratauran kapan seharusnya dilakukan tetapi dalam prosesnya tetap dilakukannya pembinaan walau dalam rentan waktu yang berbeda, kecuali setelah dirubah pidananya menjadi pidana sementara.

Maka dari itu dalam proses pembinaan diperlukannya adaptasi yang perlu dilakukan dalam lingkungan yang tak bias. Adaptasi merupakan keadaan peribadi seseorang yang menyesuaikan dengan lingkungan baru atau merubah keadaan lingkungan untuk menyesuaikan keinginan dari pribadinya dari diri sendiri. Maka proses adaptasi dapat mempengaruhi kesehatan kearah positif dikarenakan adanya interaksi manusia itu sendiri dengan lingkungannya. Sama halnya dengan narapidana yang masuk kedalam Lapas sebagai warga binaan pemasyarakatan, mereka perlu beradaptasi dengan lingkungan Lapas untuk penyesuaian diri baik secara fisik maupun mental dengan keadaan yang seadanya, serta perlunya komunikasi sebagai salah satu cara penyesueian dengan berkomunikasi dengan warga binaan pemasyarakatan lainya agar mereka tidak meresa sendiri di Lapas. Berdasarkan hal tersebut maka adapun hasil penelitian yang terjadi dalam proses adaptasi oleh para warga binaan pemasyarakatan saat berada di lapas sebagai berikut :

1. Fase kegembiraan dalam adaptasi warga binaan di dalam lapas tidak terjadi mereka langsung dihadapkan pada kenyataan yang tidak menyenangkan. Kenyataan ini menimbulkan kekecewaan, kesedihan dan tekanan batin. Dari hasil observasi, peneliti menemukan bahwa semuanya mengalami kesedihan, Sejak awal masuk lapas mereka menyadari kesalahannya akibat perbuatan melanggar hukum. Para narapidana yang baru saja masuk mengalami ketakutan luar biasa, karena persepsi mereka tentang Lapas yang mengerikan selain itu ada pula yang kebingungan, sehingga



merasa sangat khawatir dan cemas serta tidak percaya diri apakah mampu hidup di dalam Lapas.

2. Fase kekecewaan dimana mereka rasakan saat pertama kali menghuni Lapas. Mereka mengalami ketakutan, kecemasan, kekecewaan dan penyesalan terhadap diri mereka sendiri karena mengakibatkan keadaan yang lebih buruk pada dirinya dan lingkungan sebelumnya.

Mereka memikirkan keadaan keluarganya saat itu dan masa depannya. Pada fase ini, mereka menyadari perbuatannya dulu. Mereka berusaha berlapang dada untuk menerima keadaan yang dialaminya sekarang. Serta berusaha pada akal dan hati untuk sedapat mungkin mengambil hal positif dari keadaan dan kejadian ini yang membuat mereka lebih bias mendekati diri kepada Tuhan Yang Maha Kuasa agar mengubah diri mereka menjadi lebih baik.

3. Fase resolusi, dalam adaptasi warga binaan di dalam lapas dilalui dengan membuat penyesuaian terhadap budaya baru secara bertahap. Mula-mula mereka menyesuaikan diri ketika ditempatkan di penaling. Kemudian mereka menyesuaikan diri lagi ketika masuk ke ruang lapas.

Para narapidana yang baru masuk lapas biasanya dilakukan masa pengenalan, pengamatan dan penelitian lingkungan (Mapenaling) yang merupakan masa pengenalan sebagai penyesuaian diri mereka dengan lingkungan pelayanan di dalam Lapas, mencakup kegiatan penjelasan dan pemahaman tentang hak, kewajiban dan peraturan tata tertib yang berlaku, proses-proses pelaksanaan perawatan, serta perkenalan dengan para petugas pelayanan maupun sesama warga binaan pemasyarakatan yang berguna bagi pelaksanaan kegiatan perawatan selanjutnya.

Dimana mereka menempati kamar penaling agar merasa lebih nyaman. Para narapidana akan mendapatkan pemahaman dari hasil pengajaran petugas Lapas mengenai lingkungan Lapas, seperti tempat untuk mengajukan asimilasi, tempat pembinaan, dan tempat ibadah. Selain itu mendapatkan pemahaman untuk beradaptasi dengan cara mengenal teman baru di kamar penaling

4. Fase berfungsi dengan efektif, dalam adaptasi narapidana ditandai dengan melakukan kegiatan-kegiatan positif di dalam Lapas. Misalnya, melakukan kegiatan keagamaan, kegiatan pembinaan rohani yang diberikan dalam bentuk program sedemikian rupa di dalam Lapas, berkomunikasi dengan sesama warga binaan dan petugas-petugas di dalam Lapas.

Seorang individu dengan keadaan bahwa dirinya merasa puas dengan kehidupannya, emosional dengan keadaan yang positif, mampu melewati pengalaman-pengalaman yang buruk yang dapat menyebabkan kondisi emosional negative, memiliki ikatan hubungan positif yang baik dengan orang lain, dapat mengontrol keadaan lingkungannya, tujuan hidup yang dimiliki jelas, dan mampu untuk mengembangkan diri mereka sendiri merupakan suatu keadaan seseorang individu yang memiliki psychological well-being yang tinggi. (Ryff, 1989).

Pada buku yang ditulis Ingrid E. Wells, yang menyangkut dengan konsep psychological well-being, yang dinyatakan oleh Ryff (1989) memberikan tanggapan berupa model multidimensional yang terdiri dari 6 dimensi yang berbeda yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan hidup. Dalam hal ini pada proses penelitian maka mengarahkan peneliti kearah bagaimana seorang narapidana yang di jatuhi pidana seumur hidup untuk dapat menerima dan bertahan dalam keadaan yang sekarang untuk berada di dalam Lapas dengan waktu yang lama seumur hidupnya. Maka adanya pola atau metode yang diterima narapidana seumur hidup berupa program pembinaan yang diberikan petugas Lapas, Pembinaan yang ada pada Lembaga Pemasyarakatan pada dasarnya adalah mengenai arah pelayanan, pembinaan dan bimbingan yang perlu dilakukan oleh petugas ialah memperbaiki tingkah laku narapidana agar tujuan pembinaan dapat dicapai, oleh karena itu di dalam Keputusan Menteri Kehakiman Republik Indonesia Nomor: M.02-PK.04.10 Tahun 1990 Tentang Pola Pembinaan Narapidana/Tahanan, ruang lingkup pembinaan narapidana meliputi:

1. Pembinaan kepribadian diarahkan pada pembinaan mental dan watak agar narapidana menjadi manusia seutuhnya, bertaqwa dan bertanggungjawab kepada diri sendiri, keluarga dan masyarakat. Pembinaan Kepribadian terdiri dari:
  - a. Pembinaan kesadaran beragama
  - b. Pembinaan kesadaran berbangsa dan bernegara
  - c. Pembinaan kemampuan intelektual (kecerdasan)
  - d. Pembinaan kesadaran hukum
  - e. Pembinaan mengintegrasikan diri dengan masyarakat.
2. Pembinaan kemandirian diarahkan pada pembinaan bakat dan keterampilan agar warga binaan dapat kembali berperan sebagai anggota masyarakat yang bebas dan bertanggungjawab, pembinaan kemandirian ini dapat diberikan melalui program-program antara lain:
  - a. Keterampilan untuk mendukung usaha mandiri; misalnya kerajinan tangan dan sebagainya.
  - b. Keterampilan untuk mendukung usaha-usaha industri kecil, misalnya pengelolaan bahan mentah dari sektor pertanian dan bahan alam menjadi bahan setengah jadi.
  - c. Keterampilan yang dikembangkan sesuai dengan bakatnya masing-masing, misalnya memiliki kemampuan di bidang seni, maka diusahakan untuk dapat mengembangkan bakatnya sekaligus mendapat nafkah.
  - d. Keterampilan untuk mendukung usaha-usaha industri atau kegiatan pertanian (perkebunan) dengan menggunakan teknologi madya atau teknologi tinggi, misalnya industri pembuatan sepatu kualitas ekspor, dan usaha tambak udang.

Oleh karena itu program pembinaan ini sesuai dengan kosep psychological well-being yang dinyatakan oleh Ryff agar natapidana seumur hidup mendapatkan kesejahteraan psikologi yang terus membaik.

#### 1. Penerimaan Diri (Self-acceptance)

Keadaan di awal masa pembinaan dilakukan dilakukan dengan masa pengenalan, pengamatan dan penelitian lingkungan (Mapenaling) dikarenakan rata-rata para narapidana mengalami beberapa keadaan tertpuruk tatapi dalam masa pembinaan tersebut setelah beberapa bulan atau tahun para warga binaan pemasyarakatan mampu beradaptasi baik dengan lingkungan lapas dengan pola pembinaan yang diberikan oleh petugas Lapas. Dimana kondisi negatif yang dapat berupa kondisi tertekan karena merasa dirinya masih bersalah atas kasus yang dilakukan, kondisi turunnya kesehatan kareana penyesuaian dengan keadaan Lapas, kondisi sedih dikarenakan ingat pada keluarga dan kondisi sedih karena tidak merasa bersalah atas kasusnya tetapi lambat laun keadaan tersebut akan memudar bahkan hilang apabila mereka dapat menjalankan pembinaan dengan baik.

Maka dari kondisi itu merupakan proses adaptasi yang harus dilalui dengan program pembinaan ini dilakukan pada rentang waktu tiga bulan sampai enam bulan. Penerimaan diri adalah sikap menerima diri atas keada yang telah terjadi secara positif. Sikap positif ini adalah mengenali dan menerima berbagai aspek dalam dirinya, baik yang positif maupun negatif, serta memiliki perasaan positif terhadap kehidupan masa lalunya (Ryff, 1989).

#### 2. Hubungan Yang Positif Dengan Orang Lain (Positiverelation with others)

Hasil penelitian tentang hubungan sosial menunjukkan bahwa beberapa narapidana memiliki hubungan yang baik terhadap sesama narapidana tetapi juga ada informan menutup diri terhadap lingkungan sosialnya. Maka para petugas melakukan upaya-upaya pendekatan baik secara komunikasi ataupun pemberian aturan-aturan tata tertib yang harus ditaati agar adanya perubahan bagi mereka narapidana. Upaya dengan membina narapidana agar bersikap rendah hati, dan memiliki hubungan sosial yang baik dengan narapidana lain seperti saling menghargai sesama dan saling menolong ataupun dengan petugas Lapas. Serta penegakan aturan Tata tertib, agar keamanandan ketertiban di lingkungan Lapas lebih kondusif.

Bahwa bentuk hubungan positif dengan orang lain sebagai bentuk kemampuan seseorang untuk menjalin hubungan yang harmonis, hangat, saling mempercayai dan

saling peduli. Bentuk kemampuan ini juga dicirikan oleh adanya empati, afeksi dan keakraban serta bagaimana pemahaman untuk saling memberi dan menerima.

3. Otonomi (autonomy)

Dari hasil observasi bahwa sebagian besar warga binaan pemasyarakatan yang sebelum dirinya masuk ke dalam Lapas masih ada bergantung dirinya pada orang tua, kerabat, ataupun pekerjaan untuk memenuhi kebutuhan hidup tetapi setelah masuk tidak dapat ditemukan atau tidak dapat dilakukan lagi, sehingga mereka narapidana mulai belajar untuk bagaimana mereka dapat mengatur kehidupannya sendiri agar dapat mandiri di kedaan yang serba terbatas di Lapas. Di Lapas sendiri adapun pembinaan kemandirian yang berupa kegiatan-kegiatan yang memunculkan kemampuan yang dimiliki mereka sendiri untuk dapat dikembangkan. Selain itu para warga binaan pemasyarakatan juga mendapatkan pengetahuan dan keterampilan kerja yang merupakan salah satu cara untuk menjadikan mereka mandiri. Narapidana seumur hidup harus mampu bersikap mandiri agar dapat mengatasi tekanan dalam lingkungan sosialnya. Kemandirian merupakan individu yang memiliki kemampuan dalam mengorganisasi diri mengevaluasi diri sendiri, dengan mengambil suatu keputusan atas kesadaran diri sendiri dan tanpa adanya campur tangan orang lain untuk mempengaruhi keputusannya (Ryff, 2013).

Otonomi yang dimaksud merupakan kemampuan seseorang mengatur kehidupannya sendiri dan mengejar sebagai apa yang dipercaya. Maka hal ini juga mengacu pada kemampuan untuk menyendiri apabila dibutuhkan dan untuk bagaimana hidup mandiri (Ryff & Singer, 2003).

4. Penguasaan lingkungan (environmental mastery)

Kondisi stres sebagai tekanan yang dialami oleh para narapidana tidak hanya pada masa awal menghuni Lapas. Tetapi hal tersebut dalam waktu dan keadaan tertentu juga dapat dirasakan oleh narapidana seumur hidup ketika mereka merasa bosan atau jenuh dengan keadaan dan kegiatan di Lapas, seperti memikirkan bagaimana keadaan dirinya sekarang atau keluarganya dan menyesali kesalahan di masa lalu membuat mereka mengalami stress. Sehingga Lapas menyarankan melakukan suatu program pembinaan untuk mengatasi stres dengan lebih banyak melakukan kegiatan diantaranya kegiatan keagamaan, olahraga, senam, membaca buku yang disediakan atau mengikuti kegiatan kerja. Penguasaan lingkungan merupakan suatu sikap sebagai kemampuan suatu individu dalam menguasai dan mengatur lingkungan sesuai dengan keadaan dirinya. Oleh karena itu individu dapat membentuk suatu keadaan dan mendapatkan kebutuhan pribadi dalam mengatur dan mengendalikan kegiatan-kegiatan pada lingkungannya (Ryff, 2013)

Menurut Ryff, seseorang yang memiliki penguasaan dalam lingkungan merupakan orang yang memiliki kemampuan atau potensi dalam mengatur lingkungan sekitarnya. Dimana orang tersebut dapat mengendalikan suatu kegiatan yang kompleks. Orang tersebut juga dapat memaksimalkan kesempatan yang ada secara efektif, dan dapat memilih atau menciptakan lingkungan sesuai keinginannya.

5. Tujuan Hidup (Purpose in life)

Tujuan hidup merupakan refleksi dari kebermaknaan hidup individu. Narapidana seumur hidup memiliki pandangan dan tujuan pada masa depan. Mereka masih memiliki tujuan hidup yaitu berkumpul dan membahagiakan keluarganya. Mereka merupakan orang yang optimis dan memiliki keyakinan untuk mencapai tujuan hidupnya. Mereka memiliki pandangan yang positif untuk mencapai tujuan hidupnya.

Dari hasil observasi mayoritas narapidana memiliki keyakinan bahwa mereka mampu menjadi seseorang yang lebih baik dengan usaha memperbaiki diri, merespon dan menyelesaikan suatu masalah yang dihadapinya. Masalah yang terjadi pada mereka sehingga menjadi keadaan yang sekarang merupakan titik balik dari keadaan terpuruk masa lalu. Dengan keadaan Lapas dan program pembinaan yang diberikan mendorong diri mereka mendapatkan kesempatan untuk mewajibkan bersikap dan berperilaku baik sebagai saran mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa, sehingga mereka meyakini pada suatu saat nanti akan berhasil dan sukses dalam memperbaiki diri dan mendapatkan kehidupan masa depan yang lebih baik.

6. Pertumbuhan pribadi (personal growth)



Keadaan ini menyangkut pada kemampuan seseorang untuk menyadari akan potensi dan bakat yang ada pada dirinya dan dapat mengembangkan sumber daya baru. Hal ini melibatkan diri mereka sendiri untuk berhadapan dengan berbagai keadaan yang sulit yang membutuhkan usaha lebih untuk menemukan kekuatan yang ada pada dirinya (Ryff & Singer. 2003).

Hal ini sejalan tindakan yang di berikan oleh pihak lapas berupa diikuti sertakanya para narapidana dalam pembinaan kemandirian untuk meningkatkan kemampuan dan menyalurkan bakat maupun potensi yang mereka miliki dengan memberikan pelatihan maupun pendidikan sehingga mereka mengalami perubahan yang tadinya tidak bias menjadi bias melakukan suatu yang dapat bermanfaat dan menghasilkan pundi-pundi uang. Oleh karena itu narapidana seumur hidup tidak lepas dari proses pengembangan diri. Dalam menjalankan masa pidana seumur hidup para narapidana pastinya memiliki kehidupan baru dengan memperoleh pengalaman-pengalaman yang baru pula. Dimana pengalaman tersebut merupakan suatu hal yang dapat mempengaruhi kehidupan narapidana yang berbeda dengan kehidupan sebelum berada di Lembaga Pemasyarakatan dari perkembangan dan pertumbuhan diri para narapidana.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Pidana penjara merupakan jalan terakhir bagi para masyarakat yang melakukan tindakan pelanggaran yang menyebabkan dia harus mendekam di dalam penjara selama vonis yang ia dapatkan. Semakin lama di dalam penjara menjadi semakin banyak hal yang tidak bisa di dapatkan sebelumnya ketika dia bebas di luar dan menjalankan kehidupan sebagai anggota masyarakat seperti pada umumnya.

Narapidana seumur hidup yang memiliki kesejahteraan psikologis adalah yang memiliki Penerimaan diri yang baik, Hubungan yang positif dengan orang lain, Penguasaan lingkungan dan Tujuan hidup. Narapidana yang memiliki kesejahteraan psikologis dibuktikan dari mampu beradaptasi dengan lingkungannya, memiliki hubungan sosial yang kemudian mampu terciptanya dukungan sosial, memiliki cara untuk mengatur dirinya terhadap lingkungannya dan memiliki tujuan hidup yang baik. Maka dinamika kesejahteraan psikologis pada narapidana seumur hidup terjadi pada keadaan psikologis yang memiliki faktor kesejahteraan psikologis tinggi.

Dengan pola perlakuan narapidana seumur hidup dengan program pembinaan yang disediakan petugas Lapas secara langsung maupun tidak langsung maka narapidana seumur hidup akan mengarahkan keadaan mental yang baik dengan ditandai terpenuhinya faktor kesejahteraan psikologi yang tinggi walaupun mereka berada didalam Lapas dengan keadaan yang apa adanya.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Alwisol.(2007).Psikologi kepribadian.Malang:UMM Press.  
Azani.(2012).Gambaran Psychological Well- Being Mantan Narapidana.Empathy ,1(01),1-18.  
Barda Nawawi Arief.(2014).Bunga Rampai Kebijakan Hukum Pidana-Perkembangan Penyusunan Konsep KUHP baru.Kencana.Jakarta.  
Baron,R.A.,& Byrne,D.(2004).Psikologi Sosial,Edisi 10.Jakarta:Erlangga.  
Bradburn,N.M.(1969).The Structure of Psychological Well-Being.Cichago:Aldine Publishing Company.  
Dwidja Priyatno.(2009)Sistem Pelaksanaan Pidana Penjara Di Indonesia.Rafika Aditama.Jakarta.  
Fadli Pramananda.(2011).Pemenuhan hak Mengembangkan Diri bagi Narapidana Pada Lembaga Perasyarakatan Klas I Kota Makassar.Makassar: Perpustakaan FH-UH.  
Haitami,M.R.(2000).Hubungan Antara Pemahaman Kebermaknaan Hidup Dengan Stres Kerja Karyawan.Yogyakarta:Fakultas psikologi UGM.  
Handayani,T.P.(2010).Kesejahteraan psikologis narapidana remaja di lembaga pemasyarakatan anak kutoarjo.Studi Kualitatif Fenomenologis.Universitas Diponegoro.  
Harsono.(1995).Sistem Baru Pembinaan Narapidana.Djambatan.Jakarta.  
Kamea,H.C.(2013).Pidana penjara seumur hidup dalam sistem hukum pidana di Indonesia.Lex Crimen,II(2),43–55.  
Notoatmodjo.(2003).Pendidikan dan Perilaku Kesehatan.Rineka Cipta.Jakarta.



- Romli Atsasmita.(1982).Strategi Pembinaan Pelanggaran Hukum dalam Penegakan Hukum diIndonesia,Alumni,Bandung.
- Ryff,C.D.(1989). Psychological WellBeing in Adult Life.Journal of Psychological Science,Vol. 4,No.4(Aug.,1995),pp.99-104.
- Ryff.(2013).Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia.Psychother Psychosom,pp.11-23.
- Saragih,D.J.(2014).Kebijakan pidana penjara seumur hidup: analisis yuridis sosiologis dalam kerangka tujuan pembedaan di indonesia. Unnes Law Journal 3,34-41.
- Tarsono,Pengaruh besarnya Kelompok Terhadap Perilaku Prososial dan Agresifitas Narapidana, Tesis(Yogyakarta: Universitas Gadjja Mada, 2002),h.94-95.
- Tongat.(2004).Pidana Sumur hidup Dalam Sistem Hukum Pidana Di Indonesia.UMM Press.Malang.
- Zikri,A.(2012).Gambaran kesehatan mental narapidana di Lembaga Permasyarakatan Klas IIA Banda Aceh.Electronic Theses and Dissertations.Unsyiah.