

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Negara Indonesia adalah negara yang berdasarkan hukum, tidak berdasarkan kekuasaan. Secara tegas dinyatakan dalam Pasal 1 ayat (3) Undang–Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945. Sebagai negara hukum, Indonesia menerima hukum untuk menciptakan ketertiban, keamanan, keadilan serta kesejahteraan bagi warga negaranya. Konsekuensi dari itu semua adalah dimana bahwa hukum mengikat setiap tindakan yang dilakukan oleh warga negara Indonesia.

Tindakan yang menjadikan seseorang diikat oleh hukum adalah tindakan yang melanggar dan merugikan orang lain. Adapun tindakan yang melanggar tersebut adalah pencurian, korupsi, penyalahgunaan narkoba, kekerasan, pembunuhan, terorisme.

Setiap kejahatan yang dilakukan oleh pelanggar hukum akan dipidana berdasarkan putusan hakim di pengadilan. Pidana merupakan suatu penderitaan yang sengaja dilakukan oleh negara pada seseorang atau beberapa orang sebagai akibat hukum/sanksi baginya oleh negara pada seseorang yang telah melanggar peraturan hukum pidana.

Ada dua faktor yang dapat menimbulkan kejahatan yakni faktor internal yang meliputi sifat khusus dan sifat umum dalam diri individu, dan juga karena faktor eksternal. Sifat khusus dalam diri individu antara lain sakit jiwa, daya

emosional, rendahnya mental dan anatomi. Sifat umum dalam diri individu antara lain umur, kekuatan fisik, kedudukan individu di dalam masyarakat, pendidikan individu, keadaan ekonomi (perubahan harga, pengangguran, urbanisasi), faktor agama, faktor bacaan dan film (Rohman A, 2016). Setiap pelanggar hukum yang melakukan kejahatan akan dipidana berdasarkan putusan hakim di pengadilan. Hukum pidana secara sengaja dilakukan oleh negara sebagai suatu penderitaan pada seseorang atau beberapa orang sebagai akibat hukum/sanksi baginya karena telah melanggar peraturan hukum pidana.

Indonesia sendiri, diatur dalam Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan dimana pelaku tindak pidana yang telah dijatuhkan pidana penjara dan diputuskan oleh hukum dan dinyatakan dihukum maka akan kehilangan kemerdekaannya dan ditempatkan pada sebuah lembaga pembinaan narapidana yang dikenal dengan Lembaga Pemasyarakatan.

Jumlah kejadian kejahatan atau tindak kriminalitas di Indonesia pada tahun 2017-2019 cenderung menurun. Jumlah kejadian kejahatan pada tahun 2017 menurut catatan Polri sebanyak 336.652 kejadian, menurun menjadi sebanyak 294.281 kejadian pada tahun 2018 dan pada tahun 2019 menurun menjadi 269.324. Adapun klasifikasi kejahatan menurut data badan statistika kriminal antara lain, kejahatan terhadap nyawa, kejahatan terhadap fisik/badan, kejahatan terhadap kemerdekaan orang, kejahatan terhadap hak milik/barang dengan penggunaan kekerasan, kejahatan terkait narkoba (Statistik Kriminal, 2020).

Menurut data Ditjen PAS (Pemasyarakatan) narapidana di Indonesia terdiri dari tahanan dewasa laki-laki, tahanan anak laki-laki, tahanan dewasa perempuan, tahanan anak perempuan, yang tercatat sejumlah 235.950 orang pada tahun 2020. Di Jawa Tengah tercatat 12.696 orang yang menghuni lapas maupun rutan (Statistik Kriminal, 2019).

Lembaga Pemasyarakatan atau LAPAS adalah tempat untuk melakukan pembinaan terhadap narapidana dan anak didik pemasyarakatan di Indonesia. Orang yang menghuni lapas bisa narapidana, bisa juga orang yang masih berstatus tahanan, yang dimaksud adalah orang tersebut masih berada dalam proses peradilan dan belum ditentukan bersalah atau tidak oleh hakim (Wikipedia).

Orang yang berada di Lapas adalah orang terpidana yang terampas kemerdekaannya, yang dibatasi pergerakannya. Tujuan pemenjaraan ini adalah pembinaan agar mereka nantinya siap mental dan fisik untuk kembali ke masyarakat. Dalam lapas mempunyai kewajiban memberi hukuman kepada para narapidana, memberi pendidikannya, berusaha mengembalikan mereka di tengah-tengah masyarakat (resosialisasi), berusaha mendidik mereka (re-edukasi), setidaknya mengadakan koreksi pada narapidana yang tidak membutuhkan resosialisasi dan re-edukasi (Sukemi,1982).

Narapidana dalam jangka waktu tertentu harus berada di dalam tempat yang dibatasi ruang lingkupnya, aktifitas yang terbatas, komunikasi terbatas dan segala sesuatu yang terbatas. Keadaan seperti ini menjadi sebuah *stresor* yang menimbulkan stres bagi sebagian besar mantan narapidana. Ketika bebas bisa

memunculkan masalah bagi mantan narapidana, karena kondisi yang berbeda dengan kondisi manusia pada umumnya.

Aspek-aspek stres menjadi dua yaitu, aspek biologis dan aspek psikologis. Aspek biologis atau berupa gejala fisik antara lain sakit kepala, gangguan makan, gangguan tidur, gangguan kulit, produksi keringat yang berlebih, otot-otot tegang, gangguan pernafasan. Sedangkan aspek psikologis antara lain gejala kognisi (pikiran), gejala emosi, gejala tingkah laku (Sarafino & Smith, 2012).

Sejalan dengan fenomena di lapangan menunjukkan bahwa mantan narapidana mengalami keadaan tertekan atau tegang setelah awal keluar dari lapas. Hal ini dibuktikan dengan hasil pra penelitian yang menunjukkan individu atau mantan narapidana mengalami gejala gangguan tidur, gangguan makan, gejala kognisi atau banyak mengalami pikiran negatif, emosi yang tidak stabil.

Stres menurut Cloninger adalah keadaan yang membuat tegang yang terjadi ketika seseorang mendapat masalah atau tantangan dan belum menentukan jalan keluarnya atau banyak pikiran yang mengganggu seseorang terhadap sesuatu yang dilakukannya, sedangkan yang dinamakan stresor adalah situasi yang penuh tekanan, dan dalam kehidupan mantan narapidana (Safaria, 2009).

Agar tetap efektif dan adaptif dalam tekanan, mantan narapidana harus memiliki kemampuan mengontrol emosi, kemampuan tersebut disebut dengan regulasi emosi. Kemampuan regulasi emosi akan sangat membantu dalam menghadapi keadaan penuh tekanan. Emosi negatif yang maladaptif akan menjadi lebih positif dan adaptif (Anggraini, 2015).

Gross dan Thompson (2007) mengemukakan bahwa regulasi emosi yang dilakukan individu merupakan usaha individu dalam memberikan pengaruh terhadap emosi yang muncul dengan cara mengatur bagaimana individu merasakan dan mengekspresikan emosinya agar tetap dapat bersikap tenang dan berfikir jernih (Arifuddin, 2015).

Hasil penelitian dari Beer dkk. (2006) bahwa emosi mempengaruhi individu dalam pengambilan suatu keputusan. Gross (2007) menjelaskan bahwa emosi memiliki peran penting dalam membentuk respon perilaku, pengambilan keputusan, dan interaksi interpersonal. Gross dan Thompson mendefinisikan kemampuan regulasi emosi sebagai kemampuan untuk memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosional individu untuk mencapai tujuan individu tersebut (Gross, 2007). Berdasarkan hasil penelitian dari Lowenstein (Gross, 2007) regulasi emosi yang baik dapat memberikan pengalaman positif pada individu.

Menurut Jackson regulasi emosi adalah kemampuan untuk mengontrol atau mengatur diri untuk tetap efektif dalam keadaan tertekanan, tetap positif dalam memandang masa depan dan bersikap realistis dalam suatu rencana. Menurut Gottman dan Katz, regulasi emosi menunjuk pada kemampuan untuk menghalangi perilaku tidak tepat akibat kuatnya intensitas emosi positif atau negatif yang dirasakan, dapat menenangkan diri dari pengaruh psikologis yang timbul akibat intensitas yang kuat dari emosi, dapat memusatkan perhatian kembali dan mengorganisir diri sendiri untuk mengatur perilaku yang tepat untuk mencapai suatu tujuan.

Dari hasil penelitian berjudul strategi regulasi emosi dan perilaku koping religius narapidana wanita dalam masa pembinaan oleh (Anggraini, 2015) menunjukkan narapidana yang meregulasi emosi dengan baik otomatis mereka melakukan koping religius positif. Narapidana yang religiusitasnya rendah akan menjadikan kualitas hidup mereka menjadi buruk, baik psikis maupun sosial.

Selanjutnya, penelitian yang berjudul pengaruh pelatihan keterampilan regulasi emosi pada peningkatan optimisme masa depan narapidana remaja oleh (Agripinata & Dewi, 2014) menunjukkan keterampilan regulasi emosi tidak berpengaruh pada peningkatan optimisme masa depan mantan narapidana remaja.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Regulasi Emosi Pada Mantan Narapidana”.

1.2 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami regulasi emosi mantan narapidana.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Teoritis :

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangsih Ilmu Psikologi Sosial dan Klinis.

1.3.2 Manfaat Praktis :

- a. Bagi Peneliti, penelitian ini dapat menambah wawasan mengenai regulasi emosi yang baik
- b. Bagi Informan, penelitian ini bermanfaat memberi masukan dalam mengolah emosi yang baik saat menghadapi suatu permasalahan.
- c. Bagi Masyarakat, penelitian ini dapat dijadikan pengetahuan dalam merespon dan memberi dukungan kepada mantan narapidana.
- d. Bagi Peneliti yang akan datang, penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan atau dikembangkan lebih lanjut.

1.4 Keaslian Penelitian

Penelitian yang dilakukan peneliti adalah asli. Sebelumnya banyak peneliti yang telah melakukan penelitian berkaitan dengan topik tersebut. Berikut adalah referensi sumber data dari berbagai pihak :

Tabel 1.1
Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Penulis	Tahun	Informan	Hasil
1.	Strategi Regulasi Emosi Dan Perilaku	Erlina Anggraini	2015	Narapidana Wanita dalam	Narapidana yang meregulasi emosi dengan baik

Koping				masa	otomatis mereka
Religius				pembinaan	juga melakukan
Narapidana					koping religius
Wanita Dalam					positif.
Masa					Narapidana yang
Pembinaan					religiusitasnya
					rendah akan
					menjadikan
					kualitas hidup
					mereka menjadi
					buruk, baik psikis
					maupun sosial.
2.	Pengaruh	Devana	2014	Narapidana	Pelatihan
	Pelatihan	Agripinata		Remaja	Keterampilan
	Keterampilan	dan Kartika			Regulasi emosi
	Regulasi Emosi	Sari Dewi			tidak berpengaruh
	Pada				pada peningkatan
	Peningkatan				optimisme masa
	Optimisme				depan narapidana
	Masa Depan				remaja.
	(Narapidana				
	Remaja)				

Dari tabel keaslian penelitian diatas, perbedaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah judul yang digunakan peneliti adalah Regulasi Emosi Pada Mantan Narapidana, dengan informan yang digunakan peneliti adalah mantan narapidana, metode yang peneliti gunakan adalah metode kualitatif.