

Hubungan Antara Strategi Koping dengan Tingkat Stres pada Narapidana di Lapas Narkotika Kelas III Samarinda

Eka Ernawati^{1*}, Rusni Masnina²

^{1,2} Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

*Kontak Email: ekaernawati0303@gmail.com

Diterima : 23/07/19

Direvisi : 28/08/19

Diterbitkan : 31/08/20

Abstrak

Tujuan studi: Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara strategis koping dengan tingkat stres pada narapidana laki-laki.

Metodologi: Penelitian ini menggunakan desain penelitian analisis korelasi dengan pendekatan *cross sectional* dengan total jumlah responden 55 responden. Data diambil menggunakan kuesioner DASS, sedangkan data strategi koping menggunakan kuisisioner yang diadopsi dari (Haikal 2017). Data dianalisis menggunakan uji alternatif yaitu uji *Chi Square*.

Hasil: Data dianalisis menggunakan uji alternatif yaitu uji Chi Square dengan p value 0.00 dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara strategi koping dengan tingkat stres narapidana laki-laki di Lapas Narkotika Kelas III Samarinda.

Manfaat: Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan pada narapidana yang sedang menjalani tindak pidana untuk mengatasi stress dengan tindakan yang positif.

Abstract

Purpose of study: The purpose of this study was to determine the relationship between coping strategies with stress levels in male inmates

Methodology: This study used correlation analysis research design with cross sectional approach with the total number of respondents were 55 respondents. Data were taken by using the DASS questionnaire, while coping strategy data used a questionnaire adopted from (Haykal 2017). Data were analyzed by using an alternative test namely Chi Square

Results: Data were analyzed by using an alternative test namely Chi Square test with p value 0.00 and it can be concluded that there was a relationship between coping strategy with stress levels of male inmate in the narcotics penitentiary class III Samarinda.

Applications: the results of this study are expected to provide knowledge to inmates who are undergoing a period of detention to deal with stress.

Kata kunci: Strategi koping, Stres, Narapidana

1. PENDAHULUAN

Stres adalah keadaan atau peristiwa yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang sehingga seseorang terpaksa melakukan penyesuaian diri di lingkungannya. Akan tetapi tidak semua orang mampu melakukan adaptasi dan mengatasi stresor yang dialami, sehingga timbulah reaksi stres terhadap diri seseorang (Hawari 2011). Stres pada narapidana dapat disebabkan oleh berbagai faktor, diantaranya adalah strategi koping yang digunakan oleh individu. Strategi koping sebagai suatu upaya yang dilakukan oleh seseorang ketika mengalami tuntutan-tuntutan internal maupun eksternal yang dilakukan untuk mengatur suatu keadaan dimana penuh dengan stres dan tujuan mengurangi distress (Sarafia 2012). Bagi individu yang berstatus sebagai narapidana dapat melakukan penyesuaian diri di lingkungan sekitar lapas. Narapidana yang memiliki koping stress positif akan mudah untuk menyesuaikan diri di lingkungan baru. Akan tetapi bagi narapidana yang memiliki koping stress negatif akan sulit untuk menyesuaikan diri di lingkungan baru dia tinggal.

Sebagian besar laki – laki tidak mampu mengatasi perkembangan psikis dan sosial yang menyebabkan laki – laki berada di bawah tekanan stres dan terjadi permasalahan lainnya sehingga berakibat pada perilaku – perilaku negatif. Beberapa permasalahan yang timbul akan menyebabkan perilaku beresiko yang paling sering di lakukan oleh laki – laki adalah penggunaan rokok, alkohol dan sampai menggunakan narkoba. Berdasarkan data Badan Narkotika Nasional (BNN) ditahun 2015, kenaikan persentase pengguna narkoba di Indonesia mencapai 40%. Periode Juni hingga November 2015 sebesar 1,7 juta jiwa. Di bulan Juni 2015 angka pengguna sebesar 4.2 juta dan di bulan November 2015 sebesar 5,9 juta. Diprovinsi Kalimantan Timur berdasarkan data Polres Kota Samarinda jumlah kasus terbanyak terjadi pada tahun 2016, yaitu sebanyak 509 kasus (Ghozali 2017).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Lu'luu Aida Haniiah (2018) menyatakan bahwa tingkat stress yang dialami oleh penghuni lapas dalam kategori stress sedang yaitu sebanyak 125 responden (90,58%) kategori stress berat 12 responden (8,69%), dan kategori rendah hanya 1 responden (0,73%). Demikian dengan penelitian yang dilakukan oleh angraini (2019) dari 76 narapidana didapatkan hasil yaitu 33 (43,3%) narapidana stress berat 25 (32,9%) narapidana stress sedang 10 (13,2%) narapidana stress ringan 7 (9,2%) narapidana stress normal, dan 1 (1,3%) stress sangat berat.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 21 Mei 2018 menggunakan kuesioner DASS (Depression Anxiety Stress Scale) yang diberikan kepada 12 narapidana didapatkan hasil 3 orang narapidana masuk kategori stres ringan, 6 orang masuk kategori sedang, dan 3 orang masuk dalam kategori berat. Terdapat hasil tingginya tingkat stress pada narapidana di Lapas Narkotika Kelas III Samarinda. Menurut data dilapangan situasi yang dihadapi oleh narapidana saat ini mengalami perubahan dari sistem pemsayarakatan yang menjadi sistem lembaga pembinaan, akan tetapi pada dasarnya kondisi yang tidak berbeda antara dua sistem tersebut akan berpotensi menjadi stresor bagi narapidana. Strategi koping stress sangat penting dilakukan karena dapat berperan dalam membantu narapidana memfasilitasi kemampuan system adaptasi dalam berespon terhadap masalah menggunakan strategi koping yang paling efektif. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik meneliti Hubungan Strategi Koping Dengan Stres Pada Narapidana Di Lapas Narkotika Kelas III Samarinda.

2. METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan desain penelitian analisis korelasi dengan pendekatan *cross-sectional* dan menggunakan metode kuantitatif. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah narapidana yang berada di Lapas Narkotika Kelas III Samarinda sebanyak 549 Narapidana. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel 55 responden. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner DASS (*Depression Anxiety and Stress Scale*) dengan skor penilaian tingkat stress yaitu stress normal yaitu (0-14), stress ringan (15-18), stress sedang (19-25), stress berat (26-33), stress sangat berat (>34). sedangkan instrument yang digunakan adalah kuesioner strategi koping menggunakan kuisioner yang diadopsi dari Haikal, 2017.

Kriteria inklusi dalam penelitian adalah narapidana yang berusia 26 - 35 tahun dan narapidana yang bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi adalah narapidana yang sisa masa tahanan tinggal 1 bulan. Penelitian dilakukan setekah peneliti mendapat surat ijin penelitian dan responden menandatangani inform consent. Penegelolaan data terdiri dari *editing, coding, entry data, tabulating, dan cleaning*. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini untuk melihat adanya hubungan antara strategi koping dengan tingkat stress pada narapidana. Data dianalisis menggunakan uji alternatif yaitu uji *Chi Square* dengan nilai $p \text{ value } 0.00. < 0.05$

3. HASIL DAN DISKUSI

3.1 Gambaran Umum Penelitian

Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden berdasarkan Usia

No	Identitas responden	Jumlah	Presentase (%)
1	Usia		
	26	4	7.3
	27	5	9.1
	28	7	12.7
	29	3	5.5
	30	7	12.7
	31	11	20.0
	31	8	14.5
	33	4	7.3
	34	3	5.5
	35	3	5.5
	Jumlah	55	100.0

Tabel 2. Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden berdasarkan Lama Masa Tahanan

No	Identitas responden	Jumlah	Presentase (%)
2	Lama MasaTahanan		
	4	1	1.8
	5	10	18.2
	6	14	25.5
	7	9	16.4
	8	11	20.0
	9	5	9.1

10	1	1.8
11	1	1.8
12	3	5.5
Jumlah	55	100.0

Tabel 3. Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden berdasarkan Status Perkawinan

No	Identitasresponden	Jumlah	Presentase (%)
3	Status Perkawinan		
	Menikah	55	100.0
	Jumlah	55	100.0

Pada Tabel 1 didapatkan gambaran tentang distribusi responden berdasarkan usia dari 55 responden didapatkan hasil 31 tahun masa tahanan yaitu sebanyak 11 responden (20.0%), dan yang paling sedikit adalah 29, 34 dan 35 tahun yaitu sebanyak 3 responden (5.5%). Karakteristik distribusi responden berdasarkan dari lamanya masa tahanan dari 55 responden adalah 6 tahun lama masa tahanan yaitu sebanyak 14 responden (25.5%), dan yang paling sedikit adalah 4, 10 dan 12 tahun yaitu sebanyak 1 responden (1.8%).Karakteristik berdasarkan status menikah seluruhnya telah menikah sebanyak 55 responden (100%).

3.2 Analisis Univariat

Tabel 4. distribusi frekuensi strategi koping

		jumlah	%	Total
Valid	Adatif	32	58.2	58.2
	Maladatif	23	41.8	41.8
	Total	55	100.0	100.0

Pada Tabel 4 didapatkan gambaran tentang distribusi frekuensi berdasarkan kategori strategi koping dari 55 responden yaitu adaptif sebanyak 32 responden (58.2%) dan yang mendapatkan hasil maladatif sebanyak 23 responden (41.8%). Dari hasil ini dapat di simpulkan bahwa responden terbanyak adalah yang memiliki strategi koping adaptif sebanyak 32 responden (58.2%) dan di dapatkan nilai median sebanyak 81.00.

Tabel 5. distribusi frekuensi tingkat stres

		Jumlah	%	Total
Valid	Tidak Stres	39	70.9	63.6
	Stres	16	29.1	36.4
	Total	55	100.0	100.0

Pada Tabel 5 diatas di dapatkan gambaran tentang distribusi frekuensi berdasarkan tingkat stres terlihat responden yang tidak stres sebanyak 39 (70.9%) responden dan responden yang mengalami stres yaitu 16 (29.1%) responden. Dari di atas tentang hubungan strategi koping terhadap tingkat stres menunjukkan bahwa 29 responden (52.7%) melakukan strategi koping adaptif tidak mengalami stres dan sebanyak 3 (5.5%) narapidana memiliki strategi koping adaptif mengalami stres. Kemudian dari 10 responden (18.2%) melakukan strategi koping maladaptif tidak stres, dan sebanyak 13 (23.6%) narapidana memiliki strategi koping maladaptif mengalami stres. Dari hasil analisis data diperoleh nilai *Odds Ratio (OR)* = 12.567 (95% CI 2.567-53.390).

Uji statistik menunjukkan bahwa *P value* $0.00 < \alpha 0.05$ sehingga dapat dinyatakan hipotesis nol di terima, terdapat hubungan antara strategi koping terhadap tingkat stres pada narapidana di lapas narkotika kelas III Samarinda. Dengan uji *Chi Square P value* 0.00 yang berarti bahwa narapidana yang melakukan strategi koping adaptif memiliki tingkat stres yang rendah sedangkan bagi narapidana yang tidak melakukan strategi koping maladaptif memiliki tingkat stres yang tinggi.

Tabel 6. Hubungan antara strategi koping dengan tingkat stres pada narapidana di lapas narkotika kelas III Samarinda.

Strategi Koping	Stres				Jumlah		P value	OR (95% CI)
	Tidak Stres		Stres		N	%		
	N	%	N	%				
Adaptif	29	52.7	3	5.5	32	100		
Maladaptif	10	18.2	13	23.6	23	100	12.567	
							0,000	
Jumlah	39	70.9	16	29.1	55	100	(2.958-53.390)	

Pembahasan

Setelah pengumpulan data dengan menggunakan instrument strategi koping dan skala *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) kemudian diinterpretasikan dan dianalisis sesuai variabel yang diteliti, maka di bawah ini dapat diuraikan beberapa pembahasan mengenai variabel tersebut.

1. Strategi Koping

Berdasarkan hasil penelitian pada variabel independen strategi koping terlihat bahwa responden dengan strategi koping yang adaptif sebanyak 30 responden (54.5%) dan yang mendapatkan hasil maladaptif sebanyak 25 responden (45.5%). Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa responden terbanyak adalah yang memiliki strategi koping adaptif sebanyak 30 responden (54.5%) dan di dapatkan nilai median sebanyak 81.00. Bagi narapidana yang melakukan strategi koping adaptif dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan di sekitar lapas. Berbeda dengan narapidana yang tidak memiliki cara maupun strategi koping dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan sekitar lapas. Apabila narapidana tidak dapat melakukan suatu proses adaptasi atau tidak memiliki strategi koping tertentu, maka lingkungan di sekitar lapas dapat membuat narapidana mudah mengalami stress. Dari beberapa narapidana yang memiliki koping adaptif melakukan koping dengan cara mendekati diri pada tuhan dan melakukan aktivitas di sekitar lapas, saling bersosialisasi dan berperilaku baik antar sesama penghuni lapas.

Menurut Lazarus, (1984) dalam Sarafia (2012) koping adalah manajemen tingkah laku pada pemecahan masalah dengan cara yang sederhana dan paling realistis, yang bertujuan untuk membebaskan diri dari masalah terjadi agar dapat mengatasi, mengurangi, dan tahan terhadap tuntutan-tuntunan hidup yang dialami. Faktor-faktor kontekstual dan personal mempengaruhi bagaimana cara dari individu menilai kejadian-kejadian yang dialami dalam kehidupan, strategi koping yang dipilihnya serta seberapa efektif koping tersebut berhasil untuk mengatasi stres. Sumber stressor dan koping saling mempengaruhi satu sama lain Mohino, (2004) dalam Sholichatun (2011).

2. Tingkat Stres

Berdasarkan hasil penelitian pada variabel dependen di dapatkan gambaran tentang distribusi frekuensi berdasarkan tingkat stres terlihat responden yang paling banyak adalah dengan kategori tidak stres sebanyak 39 responden (70.9%) dan kategori stres yaitu 16 responden (29.1%). Dengan rentang nilai 0 – 14 = normal, 15 – 18 = stress ringan, 26 – 33 = stress berat dan >34 = stress sangat berat. Narapidana di dalam lapas menimbulkan rasa terkurung dan tidak nyaman yang dirasakan oleh narapidana dan membuat narapidana merasakan adanya tekanan. Keadaan yang tidak nyaman ini akan menimbulkan stres bagi sebagian besar narapidana. Sehingga merasakan bahwa kebebasan yang narapidana dapatkan di luar lingkungan penjara sangat berbeda dengan keadaan di dalam lapas. Sehingga perlu adanya upaya-upaya cara mengatasi stres yang efektif dan mudah dilakukan oleh narapidana.

Stres adalah kondisi menegangkan yang dialami seseorang, ketika seseorang dihadapkan pada suatu masalah maupun tantangan, dan seseorang tidak dapat menemukan jalan keluar dari masalah yang dialaminya (Nagara, 2017). Stres merupakan sebuah respon fisik dan psikis yang timbul karena adanya tuntutan dalam hidup yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu keseimbangan (Priyoto, 2014)

3. Hubungan antara strategi koping dengan tingkat stres

Hasil uji analisa bivariat didapatkan hasil bahwa normalitas variabel independent strategi koping pada narapidana berdistribusi normal dengan menggunakan uji Chi Square diperoleh bahwa hasil *p value* = 0,00 < 0,005 yang berarti H0 diterima dan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara strategi koping dengan tingkat stres pada narapidana di lapas narkotika kelas III Samarinda. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Prayascitta (2010) hubungan antara koping

stress dan dukungan sosial dengan motivasi belajar remaja yang orangtuanya bercerai dengan hasil Tingkat signifikansi p -value 0,001 ($p < 0,005$) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara koping stres dan dukungan sosial dengan motivasi belajar remaja yang orangtuanya bercerai.

Dalam penelitian ini di dapatkan bahwa narapidana di lapas narkoba kelas III Samarinda menggunakan strategi koping adaptif. Koping adaptif tersebut ditunjukkan dengan mendekati kepada tuhan yang maha Esa, melakukan kegiatan di lapas dan bersosialisasi dengan penghuni lapas. Sementara itu koping maladaptif yang di tunjukkan narapidana yaitu dengan berperilaku negatif dengan menarik diri dari lingkungan atau sering menyendiri.

4. KESIMPULAN

Terdapat hubungan antara strategi koping dengan tingkat stres pada narapidana di lapas narkoba kelas III samarinda dengan nilai p value = 0.00 < 0.05 yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara strategi koping dengan tingkat stres. Narapidana yang menggunakan strategi koping adaptif memiliki tingkat stres yang rendah sedangkan narapidana yang memiliki strategi koping maladaptif memiliki tingkat stres yang tinggi.

SARAN

Bagi lapas narkoba kelas III Samarinda dapat membantu strategi koping adaptif di dalam lapas agar dapat meningkatkan strategi koping dengan baik antar sesama narapidana, petugas lapas dan lingkungan sekitar untuk mengurangi tingkat stres pada narapidana, seperti mendekati diri kepada tuhan Yang Maha Esa, melakukan aktivitas di dalam lapas yang mengasah kreativitas dan saling berkomunikasi dan berperilaku baik antar sesama penghuni lapas

REFERENSI

- Anggraini D, Hadiati, T, & Sarjana, W. (2019). Perbedaan Tingkat Stress Dan Tingkat Resiliensi Narapidana Yang Baru Masuk Dengan Narapidana Yang Akan Segera Bebas (Studi Pada Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Wanita Semarang) Jurnal Kedokteran Diponegoro, Vol. 8 No. 1 : 148-160.
- Ghozali, (2017). The Effect of an Electronic Module About Drug Abuse Prevention on Teachers' Belief in Indonesia (Version 1 : Referees 1: 1 Approved with Reservations). F1000Research, 115.
- Haikal, L.F.(2017). Hubungan Antara Mekanisme Koping Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha.
- Hawari, H. D. (2011). Manajemen Stress Cemas dan Depresi. Jakarta: Balai
- Lu'Luu & Aida Haniiah. (2018). Gender Memoderasi Hubungan Antara Peristiwa Kehidupan Yang Menegangkan Dan Psikologi; Temuan Dari Studi Nasional.
- Nagara, A. G. (2017, Desember 27). Strategi Coping Stress Pada Narapidana Remaja Di Lapas. Program Psikologi Prayascitta. p.)2010). Hubungan Antara Koping Stress Dan Dukungan Sosial Dengan Motivasi Belajar Remaja Yang Orangtuanya Bercerai
- Priyoto. (2014). Konsep Manajemen Stres. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Safaria, T., & Saputra, N. E. (2012). Manajemen Emosi. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Sholichatun, Y(2011). Stres dan Staretegi Coping pada Anak Didik. Jurnal Psikologi Islam (JPI).