POLA PEMBINAAN KEMANDIRIAN SEBAGAI UPAYA MENGURANGI STRES PADA WARGA BINAAN DI LAPAS KELAS IIA BANYUWANGI

SKRIPSI

diajukan kepada Institut Agama Islam Negeri Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Fakultas Dakwah
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Oleh:

SANDY DIANA MARDLATILLAH
NIM: D20163053

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI JEMBER
FAKULTAS DAKWAH
APRIL 2021

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

POLA PEMBINAAN KEMANDIRIAN SEBAGAI UPAYA MENGURANGI STRES PADA WARGA BINAAN DI LAPAS KELAS IIA BANYUWANGI

SKRIPSI

Diajukan kepada Institut Agama Islam Negeri Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos)
Fakultas Dakwah
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Oleh:

SANDY DIANA MARDLATILLAH
NIM: D20163053

Disetujui

Pembimbing

Muhammad Ali Makki, M.Si.
NIP. 19750315 200912 1 004

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

POLA PEMBINAAN KEMANDIRIAN SEBAGAI UPAYA MENGURANGI STRES PADA WARGA BINAAN DI LAPAS KELAS IIA BANYUWANGI

SKRIPSI

telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos)
Fakultas Dakwah
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Hari : Kamis
Tanggal : 22 April 2021

Tim Penguji

Ketua

M. Muhib Alwi, S.Psi.,MA
NIP. 197807192009121005

Sekretaris

Achmad Faesol, M.Si
NIP. 198402102019031004

Anggota :

1. Prof. Dr. Ahidul Asror, M.Ag ( )

2. Muhammad Ali Makki, M.Si ( )

Menyetujui
Dekan Fakultas Dakwah

Prof. Dr. Ahidul Asror, M. Ag
NIP. 197406062000310003

digilib.iain-jember

MOTTO

قُلۡ يَٰعِبَادِيَ ٱلَّذِينَ أَسۡرَفُواْ عَلَىٰٓ أَنفُسِهِمۡ لَا تَقۡنَطُواْ مِن رَّحۡمَةِ ٱللَّهِۚ إِنَّ ٱللَّهَ يَغۡفِرُ ٱلذُّنُوبَ جَمِيعًاۚ إِنَّهُۥ هُوَ ٱلۡغَفُورُ ٱلرَّحِيمُ ٥٣

Artinya: “Katakanlah: "Hai hamba-hamba-Ku yang malampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya Dia-lah yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.”[1]

[1] Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur’an dan Terjemahan, *QS. Az-Zumar* Ayat 53. Bandung : Jabal Roudhatul Jannah 2010.

IAIN JEMBER
digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

PERSEMBAHAN

Penelitian ini saya persembahkan kepada:

1. Untuk cinta pertama dan orang tua kandung saya, Bapak Abdul Malik dan Ibu Siti Fatimah beserta adik saya Surya Dwi Atmajaya terimakasih atas support, cinta kasih, serta segalanya.
2. Untuk orang tua ke dua saya selama di Jember yaitu pakdhe Kasman dan budhe Lilik Ummu Hanik beserta putra-putrinya. Terimakasih atas segala-galanya dengan apa yang sudah diberikan pada saya selama menempuh pendidikan di Jember.
3. Para jajaran sepupu beserta keluarga terimakasih banyak atas supportnya dan doanya. Nihayatul Ainiyah, Mahabbatul Afiqoh, Ainus Shofawati, Himmatur Rif'ah, Kak Agung, Nasihul Umam, Mbak Niha, Kaka Deni, dan Fasya Dzul Fikri Akbar.
4. Terimakasih pada sahabat-sahabat saya yang telah setia mendengarkan keluh kesah beserta bahagia saya yaitu Anissyatus Sholikhah, Dwiky Novia Putri, Indah Ika Istiqomah, Sri Dwi Lestari, Fajriyatul Bayati, Nazliatul Akbaro, Nur Fitriyah, Khoirotun Nisa, Frindah Dewi Pertiwi, Moh Syahrun Nizam, Ainil Atiqoh, Indah Mayangsari, dan Moh Ryan Prasetiawan.
5. Pada Tim Uwu, yang selalu memberikan sumbangsih serta menjadi pendengar setia dalam setiap cerita saya. Bu Ketua Aghnia Cahyani, Big Boss Dean Adi Saputra, dan Bu Stylish Wafa'atul Inayah.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

6. Untuk rekan seperjuangan BKI2 2016 serta rekan lainnya, terimakasih atas semuanya.

Terimakasih yang mendalam atas dukungan, pengertian, doa, cinta, serta kasih sayang yang telah diberikan hingga penelitian ini terselesaikan

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

KATA PENGANTAR

Tiada kata yang dapat penulis untaikan selain ucapan syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT yang telah memberikan nikmat yang begitu luar biasa. Atas Rahmat serta Hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **Pola Pembinaan Kemandirian Sebagai Upaya Mengurangi Stres Pada Warga Binaan di Lapas Kelas IIA Banyuwangi.** Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada nabi muhammad SAW beserta para keluarga dan sahabatnya.

Tak terlupakan dukungan dan bimbingan dari banyak pihak. Untuk itu penulis menyampaikan banyak terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Babun Suharto SE.,MM selaku Rektor IAIN Jember.
2. Bapak Prof. Dr. Ahidul Asror, M.Ag selaku Dekan Fakultas Dakwah IAIN Jember.
3. Bapak M. Muhib Alwi, S.Psi, M.A selaku ketua program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah IAIN Jember.
4. Bapak M. Ali Makki, M,Si selaku dosen pembimbing skripsi.
5. Petugas Lapas Banyuwangi yang banyak membantu saya selama proses pengambilan data.
6. Bapak/ibu dosen dan segenap staf serta civitas akademik IAIN Jember.
7. Semua pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa di dalam skripsi ini terdapat kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu, kami berharap adanya kritik dan saran yang membangun. Semoga skripsi ini dapat dipahami bagi siapapun yang membacanya dan dapat memberikan kemanfaatannya.

Jember, 24 Maret 2021

Sandy Diana Mardlatillah
NIM. D20163053

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

ABSTRAK

Sandy Diana Mardlatillah, 2021: Pola Pembinaan Kemandirian Sebagai Upaya Mengurangi Stres pada Warga Binaan di Lapas Kelas IIA Banyuwangi.

Lingkungan Lapas berbeda dengan lingkungan pada umumnya karena ruang gerak yang dibatasi dan aturan-aturan yang harus ditaati. Ruang gerak yang dibatasi tidak menutup kemungkinan bahwa warga binaan merasakan stres. Stres merupakan fenomena psikofisik yang manusiawi dimana hal itu sebagai respon (reaksi) fisik dan psikis yang menimbulkan perasaan tidak enak, tidak nyaman, atau tertekan dengan tuntutan yang sedang di hadapi.

Fokus masalah yang diteliti dalam skripsi ini adalah 1) bagaimana pola pembinaan kemandirian pada warga binaan di Lapas kelas IIA Banyuwnagi? 2) bagaimana manfaat pembinaan kemandirian sebagai upaya mengurangi stres pada warga binaan di Lapas kelas IIA Banyuwangi?.

Tujuan penelitian ini adalah: 1) untuk mendeskripsikan bagaimana pola pembinaan kemandirian pada warga binaan. 2) untuk mengetahui dan mendeskripsikan manfaat pembinaan kemandirian sebagai upaya mengurangi stres pada warga binaan di Lapas Banyuwangi.

Adapun penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan model deskriptif. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara, dokumentasi, dan observasi. Untuk analisis menggunakan reduksi data, penyajian data, dan verifikasi data. Sedangkan untuk keabsahan data menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik.

Penelitian ini menemukan bahwa 1) Pola pembinaan kemandirian pada warga di Lapas Banyuwangi dilakukan dengan cara sederhana. Penerapan pola pembinaan kemandirian oleh petugas yaitu dengan diadakan pelatihan, belajar dari teman dan petugas hanya sebagai pengawas saja atau fasilitator. dalam pelaksanaannya narapidana lebih mampu sesuai dengan bidang masing-masing yang diikuti. Warga binaan diperbolehkan untuk bergonta-ganti program dalam pembinaan kemandirian untuk meminimalisir rasa bosan. 2) Manfaat pembinaan kemandirian yaitu sebagai bekal untuk membuka usaha secara mandiri bagi warga binaan setelah bebas nanti, menjadi wadah untuk mengasah kembali kemampuan warga binaan selama menjalani masa tahanan, memperluas jaringan pertemanan karena tidak dipungkiri bahwa hakikatnya adalah makhluk sosial yang membutuhkan untuk berinteraksi, dan melalui kegiatan pembinaan kemandirian ini warga binaan mampu mengelolah stres yang dirasakan dengan mengikuti program yang disediakan dan sesuai kemampuan serta yang diminati sehingga bisa meminimalisir tingkat stres dalam diri warga binaan.

Kata Kunci : Pola Pembinaan Kemandirian, Mengurangi Stres.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i

HALAMAN PERSETUJUAN ii

HALAMAN PENGESAHAN iii

MOTTO iv

PERSEMBAHAN v

KATA PENGANTAR vi

ABSTRAK viii

DAFTAR ISI ix

DAFTAR TABEL xii

DAFTAR GAMBAR xiii

BAB I PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian 1

B. Fokus Penelitian 7

C. Tujuan Penelitian 8

D. Manfaat Penelitian 8

E. Definisi Istilah 9

F. Sistematika Pembahasan 11

BAB II KAJIAN KEPUSTAKAAN

A. Penelitian Terdahulu 12

B. Kajian Teori 14

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian 47

B. Lokasi Penelitian 47

C. Subjek Penelitian 48

D. Teknik Pengumpulan Data 49

E. Analisis Data 51

F. Keabsahan Data 53

G. Tahap-tahap Penelitian 54

BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

A. Gambaran Objek Penelitian 55

1. Sejarah Lapas Kelas IIA Banyuwangi 55

2. Visi dan Misi Lapas Kelas IIA Banyuwangi 56

3. Struktur Organisasi dan Tata Laksana 57

a. Pejabat Struktural 58

b. Uraian Tugas Jabatan 58

4. jenis pembinaan di Lapas kelas IIA Banyuwangi 61

B. Penyajian Data dan Analisis 63

1. Pola Pembinaan Kemandirian Pada Warga Binaan di Lapas Kelas IIA Banyuwangi 63

2. Manfaat Pembinaan Kemandirian Sebagai Upaya Mengurangi Stres Pada Warga Binaan di Lapas Kelas IIA Banyuwangi 71

C. Pembahasan Temuan 75

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan 84

B. Saran 85

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

A. Pernyataan Surat Keaslian Tulisan

B. Matriks Penelitian

C. Pedoman Wawancara

D. Surat Izin Penelitian

E. Jurnal Penelitian

F. Surat Izin Selesai Penelitian

G. Dokumentasi Kegiatan

H. Biodata Penulis

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

DAFTAR TABEL

No.	Uraian	Hal.
4.1	Jumlah Warga Binaan Di Lapas Kelas IIA Banyuwangi	62
4.2	Jadwal Kegiatan Pembinaan Kemandirian	62

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

DAFTAR GAMBAR

No. Uraian **Hal.**

4.1 Struktur organisasi seksi kegiatan kerja 57

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Negara Indonesia adalah Negara yang menganut dan diatur oleh Undang-undang Dasar 45 serta norma-norma dalam hukum negara. Setiap warga negara yang melanggar aturan negara maupun melanggar norma-norma asusila patut diserahkan pada jalur hukum dan mendapatkan sanksi. Dalam kehidupan sehari-hari banyak kasus yang terjadi di negara ini seperti pembunuhan, pemerkosaan, pencurian, dan lain sebagainya. Para pelaku kejahatan wajib menempuh jalur hukum dan mendapat sanksi atau hukuman atas apa yang sudah dilakukan dengan dimasukkan ke Lembaga Pemasyarakatan (LAPAS) serta berstatus sebagai tahanan atau warga binaan.[2]

Warga binaan adalah anggota dari masyarakat umum yang memiliki hak yang sama seperti warga negara lainnya, namun karena perilaku dalam kehidupan sehari-hari telah melakukan kesalahan yakni melanggar hukum yang berlaku maka untuk sementara waktu dimasukkan dalam Lembaga Pemasyarakatan dan kehilangan kemerdekaan bergerak dalam waktu tertentu serta memiliki kewajiban untuk mentaati semua peraturan tata tertib yang ada di Lembaga Pemasyarakatan. Lembaga Pemasyarakatan menjadi tempat warga binaan menjalani pembinaan untuk kebaikan dirinya.[3] Lembaga Pemasyarakatan merupakan instansi yang memiliki fungsi dan tugas yang

[2] Milda Wahyu Nuria, Panca Kursistin Handayani Dan Erna Ipak Rahmawati, Perbedaan Tingkat Stres Narapidana Dilembaga Pemasyarakatan Kelas II A Jember Di Tinjau Dari Lama Vonis, *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember*, Volume, nomor 3.

[3] Marisna Yulianti, Dan Mustika Adelyne Soni Putri, Kualitas Hidup Pada Narapidna Dilembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Wanita Tangerang,*Jurnal Ilmu Ekonomi Dan Sosial,* Volume 4, Nomor 1, (Maret 2015) :67.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

sama pentingnya dengan lembaga-lembaga lain dalam sistem peradilan pidana seperti kejaksaan, kepolisian dan pengadilan. Tugas dan fungsi Lembaga Pemasyarakatan yaitu melaksanakan pembinaan pada warga binaan dan anak didik pemasyarakatan.

Dalam melaksanakan tugas dan fungsinya, Lembaga Pemasyarakatan melaksanakan sistem pemasyarakatan yang dijadikan sebagai metode pembinaan bagi warga binaan dan anak didik. Pembinaan warga binaan memiliki peran penting bagi seseorang yang berstatus narapidana maka akan dibina menjadi seseorang yang lebih baik. Secara umum, di lembaga pemasyarakatan juga terdapat berbagai macam pembinaan di dalamnya yaitu pembinaan kepribadian dan pembinaan kemandirian dimana pembinaan kemandirian ini mencakup program kerajinan, program pertanian, dan program perikanan.[4]

Hukuman yang diberikan pada warga binaan bertujuan untuk membina atau memperbaiki perilaku yang menyimpang agar menjadi individu lebih baik lagi. Selain membina, petugas lembaga pemasyarakatan juga berhak memberikan hak-hak warga binaan yang telah disepakati seperti yang tertulis dalam undang-undang Nomor 12 tahun 1995 tentang pemasyarakatan pasal 1 angka 3 yaitu lembaga pemasyarakatan yang selanjutnya disebut lapas adalah tempat untuk melaksanakan pembinaan narapidana dan anak didik pemasyarakatan serta undang-undang Nomor 12 tahun 1995 pasal 14 dengan

[4] Maryanto, Diah Rahmawati, Dan Indrati Rini. Pelaksanaan Pembinaan Yang Bersifat Kemandirian Terhadap Narapidana Dilembaga Pemasyarakatan Kelas II B Slawi, *Jurnal Pembaharuan Hukum,* Vol I ,No. 1 ,(Januari-April 2014) :66.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

tegas menyatakan bahwa warga binaan berhak mendapatkan hak seperti melakukan ibadah sesuai dengan keyakinan yang dianut, mendapatkan perawatan rohani, maupun jasmani, mendapatkan perawatan kesehatan, mendapatkan makanan yang layak, dan berhak menyampaikan keluhan yang sedang dirasakan.[5]

Keluhan-keluhan yang dirasakan warga binaan yaitu kehilangan kesempatan bergerak secara bebas, kehilangan hak pribadinya, kehilangan kesempatan hubungan seksual dan sebagainya. Dalam lapas tidak menutup kemungkinan bahwa warga binaan juga merasakan stres dengan keadaan yang sedang dirasakan, jauh dari keluarga dan pemikiran yang cenderung negatif serta tidak melakukan kegiatan apapun akan menambah beban pikiran seseorang. Berdiam diri di kamar dan melamun, cemas, malas melakukan aktivitas apapun, sikap pesimis, bungkam seribu bahasa merupakan gejala psikis dari stres.[6]

Hukuman penjara merupakan salah satu kategori stresor psikososial. Stresor psikososial adalah setiap keadaan atau peristiwa yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang sehingga seseorang itu terpaksa melakukan adaptasi atau penyesuaian diri untuk menanggulanginya. Belum bisa dipastikan bahwa semua orang mampu dalam melakukan adaptasi dan mengatasi stressor tersebut maka timbullah keluhan yaitu stres. Narapidana yang berada dilingkungan lapas mudah mengalami gangguan kesehatan mental. Berdasarkan hasil analisis terkait kesehatan mental yang dilakukan

[5]Sekretariat Negara RI, Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 Tentang Pemasyarakatan.
[6] Farid Mashudi, *Psikologi Konseling*. (Jogjakarta: IRCIoD. 2013) 192.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

oleh *university of south wales* menunjukkan bahwa 36% mengalami gangguan kesehatan mental dan wanita lebih tinggi tingkat kejadiannya dibandingkan dengan laki-laki yakni 61% : 39%.[7]

Stres merupakan fenomena psikofisik yang manusiawi dimana hal itu sebagai respon (reaksi) fisik dan psikis yang menimbulkan perasaan tidak enak, tidak nyaman, atau tertekan dengan tuntutan yang sedang di hadapi. Stres yang berkelanjutan akan menimbulkan gangguan kejiwaan lain seperti depresi sampai resiko bunuh diri. Stres bisa memberikan pengaruh positif dan negatif terhadap individu. Pengaruh positif dari stres yaitu mendorong individu untuk melakukan sesuatu, membangkitkan kesadaran, dan menghasilkan pengalaman baru. Sedangkan negatif dari stres adalah menimbulkan perasaan-perasaan tidak percaya diri, penolakan, marah, atau depresi yang menimbulkan penyakit seperti sakit kepala, sakit perut, insomnia, tekanan darah tinggi atau stroke.[8] Islam mengenalkan stres dalam kehidupan ini sebagai cobaan. Sebagaimana firman Allah dalam surat Al Baqarah (2) ayat 155, yaitu:

وَلَنَبْلُوَنَّكُم بِشَيْءٍ مِّنَ ٱلْخَوْفِ وَٱلْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ ٱلْأَمْوَٰلِ وَٱلْأَنفُسِ وَٱلثَّمَرَٰتِ ۗ وَبَشِّرِ ٱلصَّٰبِرِينَ ﴿١٥٥﴾

Artinya: "Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan dan berikanlah berita gimbira kepada orang-orang yang sabar".[9]

[7] Kukuh Aria Wijaya. "Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Kabupaten Jember*"* (Skripsi, Universitas Jember, 2015) 1.
[8] Farid Mashudi.,184.
[9] Al Quran, 2:155.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Secara umum, stres timbul akibat adanya tuntutan yang melebihi kemampuan individu untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, apabila seseorang tidak mampu memenuhi tuntutan kebutuhan hidupnya maka akan merasakan suatu kondisi ketegangan dalam dirinya. Ketegangan yang berlangsung lama dan tidak ada penyelesaian maka akan berkembang menjadi stres. Adapun terkait dengan stres menurut Robert Kreitner & Angelo Kinicki, terdapat beberapa strategi coping dicirikan dengan kognisi dan perilaku tertentu digunakan untuk menyesuaikan suatu situasi. tiga pendekatan dalam menghadapi stressor dan stres yaitu (1) strategi kendali, (2) strategi menghindar, serta (3) strategi manajemen simtom.[10]

Berdasarkan hasil wawancara pendahulu di Lapas kelas IIA Banyuwangi diperoleh data dari salah satu warga binaan yang mengatakan bahwasanya adanya ketidaknyamanan untuk memenuhi hukuman yang sudah ditetapkan, merasa stres karena perasaan tertekan ketika baru menjadi warga binaan yang disebabkan oleh adanya perubahan situasi.[11] Selain itu, banyak keluhan yang dirasakan oleh warga binaan salah satunya yaitu merindukan sanak keluarga yang di rumah, susah tidur dan tidak nafsu makan saat mengawali melaksanakan hukuman, waktu awal masuk lapas, serta bosan tinggal di lapas karena ruang gerak yang dibatasi atau kehilangan kemerdekaan bergerak.

[10] Ekawarna, *Manajemen Konflik Dan Stres,* (Jakarta: Cahaya Prima Sentosa, 2018) 237.
[11] Wy, Diwawancarai Penulis, Banyuwangi Februari 2020.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Terkait dengan hasil wawancara di atas, menurut Chandra Patel menjelaskan bahwasannya akibat dari timbulnya stres yaitu adanya kecemasan, kurang dapat konsentrasi, sikap pesimis, hilang rasa humor, malas bekerja atau belajar, sering melamun, sering marah-marah, sakit kepala, sakit lambung, jantung berdebar-debar atau sakit jantung, sulit tidur, mudah lelah, kurang selera makan, sering buang air kecil, dan meningkatnya keringat dingin.[12] Hal ini sumber stres termasuk dalam kategori stressor psikologis.

Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Banyuwangi sebagai salah satu bagian dari sistem peradilan yaitu tempat bagi warga binaan untuk menjalani tindak pidananya dan memperoleh berbagai macam pembinaan seperti pembinaan kemandirian serta pembinaan kepribadian. Melalui pembinaan kepribadian maupun pembinaan kemandirian diharapkan petugas dapat mempercepat proses sosialisasi warga binaan. Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Banyuwangi melalui sistem pemasyarakatan memberikan perlakuan yang manusiawi kepada warga binaan dengan berbagai pembinaan yang diberikan. Pembinaan kemandirian adalah salah satu program yang dijalankan oleh pihak lembaga pemasyarakatan kelas IIA Banyuwangi. Beberapa jenis program yang ada dalam pembinaan kemandirian di Lapas Kelas IIA Banyuwangi antara lain bidang kerajinan, pertanian, dan membatik.

Pembinaan kemandirian yang ada di Lembaga Pemasyarakatan merupakan salah satu program yang bergerak dibidang pengembangan *life*

[12] Ekawarna., 204.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

skill bagi warga binaan, dimana para warga binaan akan diberikan pengembangan kecakapan hidup yang mereka geluti misalnya membatik, kerajinan (kerajinan tangan dan kerajinan kayu) dan pertanian. dengan demikian, Lembaga Pemasyarakatan untuk warga binaan dalam masa pembinaaan di Lapas memiliki keterampilan yang bermanfaat bagi warga binaan serta mampu menjalani masa tindak pidana di lapas. berkaitan dengan kegiatan pembinaan kemandirian bagi warga binaan.

Pada saat penulis melakukan penelitian di tengah suasana pandemi *covid-19*, terdapat beberapa problem yang membuat penelitian ini kurang dari kata sempurna. Problem yang didapati seperti terbatasnya pengambilan data dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi baik dari petugas maupun warga binaan. pelaksanaan wawancara secara *daring.* Berdasarkan beberapa pemaparan yang telah dijelaskan, penulis tertarik untuk mengkaji permasalahan tersebut dengan judul "Pola Pembinaan Kemandirian Sebagai Upaya Mengurangi Stres Pada Warga Binaan Di Lapas Kelas IIA Banyuwangi".

B. Fokus Penelitian

1. Bagaimana metode pembinaan kemandirian pada warga binaan di Lapas Kelas IIA Banyuwangi?
2. Bagaimana manfaat pembinaan kemandirian sebagai upaya mengurangi stress pada warga binaan di Lapas IIA Banyuwangi?

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan fokus penelitian di atas, maka penelitian ini memiliki tujuan yang akan dicapai sebagai berikut:

1. Untuk mendeskripsikan bagaimana pola pembinaan kemandirian pada warga binaan di Lapas Kelas IIA Banyuwangi.
2. Untuk mengetahui manfaat pembinaan kemandirian sebagai upaya mengurangi stress pada warga binaan di Lapas Kelas IIA Banyuwangi.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penulisan ini diharapkan bisa bermanfaat baik dalam pengembangan pengetahuan maupun segala bidang. Adapun uraiannya sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

   Penelitian ini diharapkan bisa memberikan sumbangsih atau kontribusi pemikiran dan menambah khazanah ilmu pengetahuan sebagai rujukan awal atau perbandingan untuk penelitian yang akan datang.

2. Manfaat Praktis

   a. Bagi Mahasiswa BK

      Untuk menambah wawasan dalam wacana ilmu pengetahuan khususnya dibidang bimbingan dan konseling islam.

   b. Bagi Lapas Kelas IIA Banyuwangi

      Sebagai bahan rujukan untuk pengembangan program pembinaan kemandirian di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Banyuwangi.

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

E. Definisi Istilah

Penelitian ini berjudul "Pola Pembinaan kemandirian Sebagai Upaya Mengurangi Stres Pada Narapidana di Lapas kelas IIA Banyuwangi". Sebagai upaya meminimalisir kesalahpahaman terhadap makna istilah sebagaimana yang dimaksud oleh peneliti. Berikut akan diuraikan secara singkat dan jelas oleh peneliti.

a. Pola

Pola yaitu bentuk atau model yang memiliki keteraturan, tersistematis, terstruktur baik yang digunakan dalam desain maupun gagasan abstrak. Dalam penelitian ini kata pola digunakan untuk mengistilahkan metode atau pola pembinaan yang ada di Lapas.

b. Pembinaan

Pembinaan yaitu proses, perbuatan atau cara membina untuk pembaharuan dan penyempurnaan suatu usaha maupun tindakan yang dilakukan secara berdaya guna untuk mencapai hasil yang lebih baik.

c. Kemandirian

Kemandirian atau *autonomy* adalah suatu sikap yang berupa keputusan untuk mengambil resiko, mengatur diri sendiri, menentukan pilihan serta menyelesaikan masalah secara sendiri tanpa memperoleh maupun meminta bantuan orang lain.

d. Mengurangi stres

Makna mengurangi yaitu memotong sebagian atau menurunkan kadarnya. Penerapan kata mengurangi dalam penelitian ini untuk

IAIN JEMBER
digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

mengistilahkan meredakan atau mengobati. Stres sebagai hasil (akibat) dari ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan. Penerapan kata stres dipenelitian ini untuk mengistilahkan keadaan warga binaan yang tidak mampu menyeimbangkan tuntutan, kemampuan dan kenyataan.

e. Warga binaan

Warga Binaan yaitu anggota dari masyarakat umum yang memiliki hak yang sama seperti warga negara lainnya, namun karena perilaku dalam kehidupan sehari-hari telah melakukan kesalahan yakni melanggar hukum yang berlaku maka untuk sementara waktu dimasukkan kedalam lembaga pemasyarakatan dan kehilangan kemerdekaan bergerak dalam waktu tertentu. Penerapan kata narapidana digunakan untuk mengistilahkan seseorang yang sedang menjalankan tindak pidana.

f. Lapas kelas IIA Banyuwangi

Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) kelas IIA Banyuwangi yang menjadi tempat penelitian peneliti adalah suatu lembaga pemasyarakatan untuk melakukan pembinaan terhadap narapidana di Banyuwangi. Lembaga pemasyarakatan (Lapas) kelas IIA Banyuwangi merupakan instansi pelaksanaan teknik dibawah naungan direktorat jenderal pemamasyarakatan kementerian hukum dan hak asasi manusia. Lapas kelas IIA Banyuwangi merupakan salah satu wadah untuk memperbaiki diri bagi narapidana yang telah dikenai tindak pidana oleh kejaksaan.

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

F. Sistematika Pembahasan

Dalam skripsi ini terdapat sistematika pembahasan yang berisi tentang deskripsi alur pembahasan skripsi yang akan dimulai dari bab pendahuluan hingga penutup. Format penulisan sistematika pembahasan adalah dalam bentuk naratif bukan daftar isi.[13] Berikut adalah sistematika pembahasan dalam penelitian ini:

BAB I Pendahuluan. Pada bagian ini terdiri dari sub-sub latar belakang masalah, fokus penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

BAB II Kajian Kepustakaan. Berisi tentang kajian kepustakaan yang mencakup penelitian terdahulu dan kajian teori.

BAB III Metode Penelitian. Bab ini membahas tentang metode penelitian yang meliputi pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, dan keabsahan data.

BAB IV Hasil Penelitian. Pada bagian ini menjelaskan tentang hasil penelitian seputar latar belakang, objek penelitian, penyajian data, analisis data dan pembahasan.

BAB V Kesimpulan. Bagian yang merupakan bab penutup yang berisi kesimpulan dan saran. Kesimpulan terkait jawaban dari rumusan masalah yang telah ditemukan pada bab pertama. Sedangkan saran diberikan sebagai masukan untuk lokasi penelitian maupun bagi peneliti selanjutnya. Bab ini berfungsi untuk menyampaikan hasil yang ditentukan.

[13] Tim Penyusun. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. (Jember: IAIN Jember Press, 2017) 48.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

BAB II
KAJIAN KEPUSTAKAAN

A. Penelitian Terdahulu

1. Oktavia Tria Abadi, 2017. Judul Penelitian *"Pola Pembinaan Narapidana Untuk Melatih Kemandirian Berwirausaha Dilembaga Pemasyarakatan Kelas II B Klaten".* Hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam pembinaan narapidana di lembaga pemasyarakatan kelas IIB Klaten melalui pola pembinaan dalam membantu narapidana dapat terlaksana sesuai dengan pola pembinaan yang direncanakan memlalui penetapan tujuan, menetapkan metode, materi, dan menetapkan peserta dalam pembinaan kemandirian. Oleh Mahasiswa Jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam Fakultas Ushuludin Dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Surakarta. Perbedaan pada Skripsi Oktavia lebih fokus terhadap pola pembinaan untuk melatih kemandirian berwirausaha. Sedangkan penelitian ini berfokus pada manfaat pembinaan kemandirian sebagai upaya mengurangi stres. Persamaannya yaitu sama-sama pembinaan kemandirian yang dikaji dan subjek yang diteliti sama-sama menyandang sebagai warga binaan.
2. Argo Tri Anggono Putro, 2016. Judul Penelitian "*Partisipasi Warga Binaan Terhadap Program Bimbingan Kerja (BIMKER) di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Yogyakarta*". Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipasi warga binaan diwujudkan dalam bentuk sumbangan ide tentang keterampilan baru yang diberikan warga binaan kepada pettugas,

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

sumbangan tenaga yang diberikan warga binaan untuuk menunjang produksi, edukasi yang diberikan warga binaan lama kepada warga binaan baru, keguyupan warga binaan dalam tolong-menolong ketika ada anggota lain yang sakit atau kesusahan dan keaktifan warga binaan dalam memperhatikan dan memberi tanggapan terhadap pelatihan ketrampilan kerja yang diberikan. Oleh Mahasiswa Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial Fakultas Dakwah Dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Perbedaan pada skripsi Argo lebih fokus terhadap partisipasi warga binaan dalam program BIMKER. Sedangkan penelitian ini berfokus pada manfaat pembinaan kemandirian sebagai upaya mengurangi stres. Persamaannya yaitu sama-sama mengkaji program pembinaan kemandirian.

3. Eren Buahatika, 2019. Judul Penelitian "*Upaya Petugas Lembaga Pemasyarakatan dalam Mengatasi Stres Pada Narapidana di Lapas Perempuan Kelas II B Bengkulu*". Hasil penelitian menunjukkan bahwa, upaya petugas lembaga pemasyarakatan dalam mengatasi stres pada narapidana wanita yaitu dengan memberikan pekerjaan tambahan, memberikan kegiatan yang bermanfaat dan sesuai dengan minat bakat narapidana, fasilitas wartel, kunjungan, dan kegiatan-kegiatan keagamaan. Oleh Mahasiswa Jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Bengkulu. Perbedaan pada skripsi Eren lebih fokus terhadap cara mengatasi stres dengan berbagai macam kegiataan. Sedangkan penelitian berfokus pada

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

manfaat pembinaan kemandirian sebagai upaya mengurangi stres. Persamaannya yaitu sama-sama membahas mengenai stres.

B. Kajian Teori

1. Pola Pembinaan Kemandirian

a. Pengertian Pola pembinaan kemandirian

Dalam kamus besar bahasa Indonesia, pola adalah corak, model, sistem, cara kerja, dan bentuk yang tetap. Sedangkan Pembinaan adalah sebuah proses, tindakan, hasil atau kemajuan, peningkatan, pertumbuhan, evolusi atas berbagai kemungkinan, berkembang, dan peningkatan atas sesuatu. Dalam kamus besar bahasa Indonesia, pembinaan berarti membina, memperbarui atau proses, perbuatan, cara membina, usaha, tindakan, dan kegiatan yang dilakukan secara berdaya guna serta berhasil guna untuk memperoleh yang lebih baik.[14]

Menurut Badudu dan Zain menyatakan bahwa membina adalah mendirikan, membangun atau mengembangkan yang dilakukan oleh orang yang memberi (pembina) dengan cara dan hasil tertentu (proses membina). Menurut peraturan pemerintah Nomor 20 tahun 2001 tentang pembinaan dan pengawasan atas penyelenggaraan pemerintahan daerah, pembinaan meliputi pemberian pedoman, bimbingan, pelatihan, arahan serta supervisi. Hidayat dan Harsono, berpendapat bahwa pembinaan adalah suatu usaha yang dilakukan secara sadar, berencana, teratur, dan terarah untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan

[14] Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI).

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

ketrampilan, pengembangan, serta pengawasan untuk mencapai tujuan yang diharapkan.[15]

Secara umum pengertian pembinaan yaitu sebagai usaha untuk memberi pengarahan dan bimbingan untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Dari beberapa definisi diatas, maka dapat disimpulkan bahwa pembinaan yaitu suatu proses kegiatan yang terarah untuk meningkatkan pengetahuan, ketrampilan, pengembangan, serta adanya pengawasan untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

Pada awalnya pembinaan narapidana di Indonesia yaitu menggunakan sistem kepenjaraan kemudian dengan adanya undang-undang nomor 12 tahun 1995 menjadi pemasyarakatan. Pemasyarakatan adalah kegiatan untuk melakukan pembinaan pada warga binaan sesuai dengan sistem, kelembagaan, dan cara pembinaan. Berdasarkan keputusan menteri kehakiman republik Indonesia Nomor: M.02-PK.04.10 Tahun 1990 tentang pola pembinaan narapidana bisa dibagi dalam 2 bidang, yaitu:[16]

a) Pembinaan kepribadian yang meliputi, antara lain:

(1) Pembinaan kesadaran beragama. Usaha ini dilakukan untuk narapidana dapat diteguhkan imannya terutama memberikan pengertian agar warga binaan pemasyarakatan bisa menyadari

[15] Septa Juliana, "Pelaksanaan Pembinaan Kemandirian Narapidana Dilembaga Pemasyarakatan Kelas II A Bengkalis Kabupaten Bengkalis", *Jurnal Ilmu Pemerintahan* Volume 1, Nomer 1 (April, 2015) : 32.
[16] Septa Juliana.,31.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

akibat-akibat dari perbuatan-perbuatan yang benar dan perbuatan-perbuatan yang salah.

(2) Pembinaan berbangsa dan bernegara. Usaha ini dilaksanakan melalui pendidikan pancasila termasuk menyadarkan para warga binaan agar dapat menjadi warga negara yang baik bisa berbakti kepada bangsa dan negaranya. Perlunya kesadaran untuk berbakti bagi bangsa dari negaranya.

(3) Pembinaan kemampuan intelektual (kecerdasan). Usaha ini diperlukan agar pengetahuan serta kemampuan berpikir warga binaan pemasyarakatan semakin meningkat, pembinaan kesadaran hukum pembinaan kesadaran hukum warga binaan pemasyarakatan dilaksanakan dengan memberikan penyuluhan hukum yang bertujuan untuk mencapai kadar kesadaran hukum yang tinggi, sehingga sebagai anggota masyarakat, narapidana menyadari akan hak dan kewajibannya dalam rangka turut menegakkan hukum dan keadilan, perlindungan terhadap harkat martabat manusia, ketertiban, ketentraman, kepastian hukum dan terbentuknya perilaku setiap warga negara indonesia yang taat kepada hukum.

(4) Pembinaan mengintegrasikan diri dengan masyarakat pembinaan dibidang ini dapat dikatakan juga sebagai pembinaan kehidupan sosial kemasyarakatan yang bertujuan agar bisa diterima kembali oleh masyarakat lingkungannya.

IAIN JEMBER
digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

b) Pembinaan kemandirian diberikan melalui program-program, yaitu:
   (1) Ketrampilan untuk mendukung usaha mandiri
   (2) Ketrampilan untuk mendukung usaha kecil
   (3) Ketrampilan yang dikembangkan sesuai dengan bakat para warga binaan masing-masing.[17]

b. Tujuan, dan Prinsip Pelaksanaan Pembinaan Warga Binaan

Tujuan pembinaan bagi warga binaan selalu berkembang dan berkaitan erat dengan tujuan pemidanaan. Pada mulanya, pidana penjara dijadikan pembalasan dendam dari masyarakat yang dirugikan oleh pelaku tindak pidana. Perkembangan selanjutnya, seiring perubahan sistem penjara menjadi sistem pemasyarakatan, tujuan pidana tidak lagi menjadi pembalasan dendam tetapi dibina untuk kemudian dimasyarakatkan. Tujuan pelaksanaan pembinaan warga binaan adalah memberikan pengalaman dan ketrampilan, mengembalikan kemampuan dan motivasi para warga binaan.[18]

Secara umum, pembinaan bertujuan untuk mengembalikan warga binaan menjadi manusia yang seutuhnya sebagaimana yang dijelaskan dalam arah pembangunan nasional melalui jalur-jalur pendekatan yaitu dengan memantapkan keimanan warga binaan, membina agar mampu berhubungan secara wajar dengan sesama warga binaan selama dalam

[17] Oktavia Tria Abadi,"Pola Pembinaan Narapidana Untuk Melatih Kemandirian Berwirausaha Dilembaga Pemasyarakatan Kelas II B Klaten" (Skripsi, IAIN Surakarta, 2017) 13-14.
[18] Umi Enggarsasi, "Pola Pembinaan Narapidana Dalam Memberikan Kontribusi Keberhasilan Pembinaan Narapidana Di Indonesia*",Jurnal Fakultas Hukum Iniversitas Wijaya Kusuma*,Vol. XVIII, No. 3 (September Tahun 2013) :157.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Lembaga Pemasyarakatan dan mampu menjalankan kehidupan yang lebih bermasyarakat setelah menjalankan tindak pidana.

Secara khusus, pembinaan bagi warga binaan dimaksudkan agar selama masa pembinaan dan sesudah menjalankan masa tindak pidananya menjadi bekal untuk menjalankan masa depannya, mampu mengembalikan harga diri dan kepercayaan dirinya serta bersikap optimis akan masa depannya nanti, berhasil memperoleh pengetahuan minimal ketrampilan untuk bekal hidup mandiri, dan berhasil memiliki jiwa yang semangat terhadap bangsa dan negara.[19]

Negara Indonesia, memiliki tujuan pemidanaan yang tertuang dalam rancangan kitab undang-undang hukum pidana tahun 2002 bab III tentang pemidanaan, pidana dan tindakan pasal 50 ayat (1) yaitu:

1) Mencegah dilakukannya tindak pidana dengan menegakkan norma hukum demi pengayoman masyarakat.
2) Memasyarakatkan terpidana dengan mengadakan pembinaan sehingga menjadi orang baik dan berharga.
3) Menyelesaikan konflik yang ditimbulkan oleh tindak pidana, memulihkan keseimbangan, mendatangkan rasa damai dalam masyarakat.
4) Membebaskan rasa bersalah dari diri terpidana.

[19] Umi Enggarsasi.,161.

IAIN JEMBER
digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Berdasarkan beberapa uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa tujuan pemidanaan adalah pemasyarakatan. Tujuan tersebut dapat dibagi menjadi tiga hal yaitu:

a) Setelah keluar dari lembaga pemasyarakatan tidak lagi melakukan tindak pidana.
b) Menjadi manusia yang berguna, berperan aktif dan kreatif dalam membangun bangsa dan negaranya.
c) Mampu mendekatkan diri kepada tuhan yang maha esa dan mendapat kebahagiaan didunia maupun diakhirat.[20]

Pembinaan pemasyarakatan dalam sistem pelaksanaannya berdasarkan asas yang tertulis pada undang-undang pemasyarakatan nomor 12 tahun 1995 pasal 5 yaitu pengayoman, persamaan perlakuan dan pelayanan, pendidikan, pembimbingan, penghormatan harkat dan martabat manusia, kehilangan kemerdekaan merupakan satu-satunya penderitaan, dan terjaminya hak untuk tetap berubungan dengan keluarga dan orang-orang tertentu.[21]

Sistem pembinaan narapidana yang dikenal dengan nama pemasyarakatan, mulai dikenal pada tahun 1964 ketika dalam konferensi dinas kepenjaraan di lembang, pada tanggal 27 april 1964 Dr. Sahardjo menciptakan gagasan perubahan tujuan pembinaan narapidana dari sistem kepenjaraan ke sistem pemasyarakatan.[22]

[20] Putri Anisa Yuliana, "Program Pembinaan Kemandirian Di Lembaga Pemasyarakatan Terbuka Klas IIB Jakarta", (Skripsi, Uin Syarif Hidayatullah, 2014) 33.
[21] Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 Pasal 5.
[22] Putri Anisa Yuliani.,23.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Gagasan Sahardjo dirumuskan dalam konferensi dinas kepenjaraan tersebut dalam sepuluh prinsip pembinaan dan bimbingan bagi narapidana. Prinsip-prinsip untuk bimbingan dan pembinaan, sebagai berikut:

1) Orang tersesat harus diayomi dengan memberikan kepadanya bekal hidup sebagai warga negara yang baik dan berguna dalam masyarakat.
2) Penjatuhan pidana bukan tindakan pembalasan dendam dari negara.
3) Rasa taubat tidak bisa dicapai dengan menyiksa melainkan dengan bimbingan.
4) Negara tidak berhak membuat seorang narapidana lebih buruk atau lebih jahat dari pada sebelumnya.
5) Selama kehilangan kemerdekaan bergerak, narapidana harus dikenalkan kepada masyarakat dan tidak boleh diasingkan dari masyarakat.
6) Pekerjaan yang diberikan kepada narapidana tidak boleh bersifat mengisi waktu atau hanya diperuntukkan bagi kepentingan lembaga atau negara saja. Pekerjaan yang diberikan harus ditujukan untuk pembangunan negara.
7) Bimbingan dan didikan harus berdasarkan atas pancasila.
8) Setiap orang adalah manusia dan harus diperlakukan sebagai manusia meskipun seseorang itu dalam keadaan tersesat.

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

9) Narapidana itu hanya dijatuhi pidana dan hilangnya kemerdekaan bergerak.
10) Sarana fisik lembaga dewasa ini merupakan salah satu hambatan pelaksanaan sistem pemasyarakatan.[23]

Membina narapidana terdapat prinsip-prinsip yang digunakan. Prinsip-prinsip paling mendasar, dalam prinsip-prinsip yang mendasar tersebut memiliki empat komponen penting antara lain:

a) diri sendiri yaitu proses pembinaan harus berangkat dari diri warga binaan sendiri, warga binaan yang akan melakukan proses pembinaan bagi dirinya, dengan memiliki kemauan berani menanggung resiko dan memiliki motivasi untuk terus menurus memperbaiki diri.
b) keluarga, dalam proses pembinaan keluarga juga ikut berperan karena keluarga merupakan orang yang paling dekat dengan warga binaan.
c) masyarakat. selain diri sendiri dan keluarga yang berperan, masyarakat juga ikut berperan dalam pembinaan masyarakat. tindakan agar tidak mengasingkan warga binaan dilingkungan masyarakat merupakan bentuk yang harus diterapkan.
d) Petugas pemerintah dan kelompok masyarakat.[24]

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa dalam proses pembinaan yaitu adanya kemauan warga binaan untuk mengikuti

[23] Umi Enggarsasi.,162.
[24] Octavia Tria Abati.,16.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

kegiatan pembinaan, peran aktif dari keluarga untuk memberikan dukungan serta menguatkan warga binaan, dan pembinaan masyarakat sangat penting untuk tidak mengasingkan atau mengucilkan warga binaan setelah menyelesaikan pidananya nanti.

c. Tahap Pembinaan Narapidana

Pembinaan merupakan suatu kegiatann yang memiliki proses. Dalam prosesnya sendiri pembinaan memiliki tiga tahapan dalam menjalankannya, yaitu:

1) Tahap awal yaitu dimulai sejak berstatus sebagai narapidana sampai dengan 1/3 (satu per tiga) dari masa pidana. Pembinaan narapidana pada tahap awal ini meliputi :
   a) Masa pengamatan, pengenalan, dan penelitian lingkungan paling lama satu bulan.
   b) Perencanaan dan pelaksanaan program pembinaan kepribadian dan kemandirian.
   c) Penilaian pelaksanaan program pembinaan tahap awal.
2) Tahap lanjutan yaitu tahap lanjutan pertama, sejak berakhirnya pembinaan tahap awal sampai dengan ½ (satu per dua) dari masa pidana dan tahap lanjutan kedua sejak berakhirnya pembinaan tahap lanjutan pertamma sampai dengan 2/3 (dua per tiga) masa. Pidana lanjutan ini antara lain:
   a) Perencanaan program pembinaan lanjutan.
   b) Pelaksanaan program pembinaan lanjutan.

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

c) Penilaian pelaksanaan program pembinaan lanjutan.

d) Perencanaan dan pelaksanaan program asimilasi.

3) Tahap akhir yaitu dilaksanakan sejak berakhirnya tahap lanjutan sampai dengan berakhirnya masa pidana dari narapidana yang bersangkutan. Pembinaan tahap akhir ini antara lain:

a) Perencanaan program integrasi

b) Pelaksanaan program integrasi

c) Pengakhiran pelaksanaan pembinaan tahap akhir.

d. Kemandirian

1) Pengertian kemandirian

Dalam bahasa inggris istilah kemandirian disebut dengan *autonomy* yaitu suatu sikap yang berupa keputusan untuk mengambil resiko, mengatur diri sendiri, menemukan pilihan serta menyelesaikan masalah secara sendiri tanpa memperoleh atau mendapat bantuan dari orang lain. Kata *autonomy* dalam kamus psikologi diartikan sebagai keadaan pengaturan diri atau kebebasan individu untuk memilih, menguasai dan menentukan dirinya sendiri.

Menurut Kartadinata bahwa kemandirian merupakan sebagai kekuatan motivasional dalam diri individu untuk mengambil keputusan dan menerima tanggung jawab atas konsekuensi keputusan ini. Kesempatan guna mengawali, menjaga, dan mengatur tingkah laku menunjukkan adanya suatu kebebasan pada

IAIN JEMBER
digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

individu yang mandiri untuk menentukan sendiri perilaku yang hendak ditampilkan, menentukan langkah hidupnya, tujuan hidupnya serta nilai-nilai yang dianut.

Adapun menurut Steinberg, kemandirian adalah suatu kemampuan untuk mengatur diri sendiri dan ada pula istilah lain yang dicetus oleh streinberg adalah independence yaitu kemerdekaan atau kebebasan yakni kapasitas indivdu dalam memberlakukan dirinya sendiri serta suatu kondisi dimana seseorang tidak tergantung kepada orang lain dalam menentukan keputusan.[25]

2) Tipe-tipe Kemandirian

Kemandirian merupakan aspek yang sangat penting bagi perkembangan diri seseorang untuk membantu mencapai tujuan hidup, untuk menyelesaikan tugas-tugasnya dan memperoleh kebebasan. Kemandirian memiliki beberapa tipe, yaitu:

a) Kemandirian emosional

Kemandirian emosional didefinisikan sebagai kemampuan untuk tidak bergantung terhadap dukungan emosional orang lain, terutama orang tua.[26]

[25] Ahmad Susanto. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah.* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2018) 95.
[26] Ahmad Susanto.,97.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

b) Kemandirian ekonomi

Ditunjukkan dengan adanya kemampuan untuk mengatur ekonomi dann tidak tergantung dari orang lain dalam hal kebutuhan ekonomi.

c) Kemandirian perilaku

Kemandirian perilaku ditunjukkan dengan adanya kemampuan membuat keputusan secara bebas dan mampu menerima akibat dari keputusan tersebut.[27]

d) Kemandirian nilai

Kemandirian nilai ditunjukkan dengan adanya kemampuan untuk memaknai seperangkat prinsip tentang benar dan salah, serta penting maupun tidak penting.[28]

3) Karakteristik pribadi yang mandiri.

Melihat gambaran mengenai orang yang mandiri maka perlu dijelaskan karakteristik atau ciri dari orang mandiri menurut Sopiana, sebagai berikut: (a) memiliki kebebasan untuk bertingkah laku, mampu membuat keputusan dan tidak cemas. (b) mempunyai kemampuan untuk menemukan akar masalah, mencari alternatif pemecahan masalah, mengatasi masalah dan mampu mengatasi berbagai tantangan serta kesulitan lainnya. (c) mampu mengontrol diri sendiri atau perasaannya dan mampu mengontrol marah yang berlebihan pada orang lain. (d) mengendalikan diri sendiri dan

[27] Ahmad Susanto.,100.
[28] Ahmad Susanto.,103.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

mampu membuat keputusan yang terbaik untuk dirinya serta berani mengambil resiko atas perbedaan kebutuhan. (d) menunjukkan tanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain. (e) memiliki kepercayaan diri yang kuat dengan menunjukkan keyakinan atas segala tingkah laku yang dilakukan dan menunjukkan sikap yang tidak takut menghadapi suatu kegagalan.[29]

4) Ciri-Ciri Kemandirian

Kemandirian memiliki ciri-ciri yang beragam, banyak beberapa ahli yang berpendapat tentang ciri-ciri kemandirian. Menurut covey, ciri-ciri kemandirian itu diantara lain (a) secara fisik mampu bekerja sendiri, (b) secara mental bisa berfikir sendiri, (c) secara kreatif mampu mengekspresikan pendapatnya dengan cara yang mudah dipahami, (d) seccara emosional mampu bertanggungjawab dengan apa yang dilakukan.[30]

Menurut Masrun, terdapat lima komponen dalam kemandirian yaitu bebas dalam arti mampu bertindak karena kehendak sendiri bukan karena orang lain dan tidak ketergantungan pada orang lain, progresif artinya berusaha untuk mengejar prestasi tekun dan terenana dalam mewujudkan harapannya, inisiatif artinya mampu berfikir dan bertindak seccara original serta kreatif penuh inisiatif, terkendali dari dalam artinya mampu mengatasi masalah yang dihadapi dan mengendalikan tindakannya

[29] Ahmad Susanto.,105.
[30]Rika Sa'diyah,"Pentingnya Melatih Kemandirian Anak*", Jurnal FAI,* Vol. XVI, No. 1 (April 2017): 36.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

serta mampu memperngaruhi lingkungan atas upayanya sendiri, kemantapan diri (harga diri dan percaya diri) artinya memiliki rasa percaya terhadap kemampuan diri sendiri, menerima dirinya dan memperoleh kepuasan dari upayanya.[31]

2. Mengurangi Stres

a. Pengertian Stres

Menurut Hans Selye bahwa stres yaitu reaksi tubuh yang tidak spesifik, terhadap tuntutan apa pun terhadapnya. Tanpa stres tidak akan ada kehidupan namun kegagalan dalam menyikapi stres adalah pertanda kematian. Pendapat lain dari Lazarus & Folkman (1984) yaitu stres merupakan hasil dari ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan atau bisa diartikan juga sebagai hubungan antara seseorang dengan lingkungannya yang dinilai sebagai beban serta membahayakan kesehatannya. Selain itu, ada tiga tahap dalam penilain kognitif yang terjadi selama situasi stres sehingga berdampak pada kesejahteraan yaitu penilaian primer, penilaian sekunder, dan penilaian ulang.[32] Definisi stres juga dimaknai sebagai perasaan tidak enak, tidak nyaman, tertekan baik fisik maupun psikis sebagai respon atau reaksi individu terhadap stressor (stimulus yang berupa peristiwa, objek atau orang).[33]

[31] Rika Sa'diyah.,37.
[32] Ekawarna.,141.
[33] Syamsu Yusuf, Juntika Nurihsan. *Landasan Bimbingan Dan Konseling.* (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2014) 252.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

b. Sumber Stress

Sumber stres diklasifikasikan ke dalam beberapa kelompok, sebagai berikut:

1) Stressor fisik biologis

Terdapat beberapa faktor penyebab stres dari segi fisik antara lain penyakit yang sulit disembuhkan, cacat fisik atau salah satu anggota tubuh kurang berfungsi, wajah yang tidak cantik atau ganteng, dan postur tubuh yang dianggap tidak ideal (misalnya terlalu kecil, kurus, gemuk, pendek, atau kulitnya hitam).

2) Stressor Psikologi

Stressor psikoologi ditandai dengan *negative thinking* atau berburuk sangka, frustasi (kekecewaan karena gagal dalam memperoleh sesuatu yang diinginkan), iri hati atau dendam, sikap permusuhan, perasaan cemburu, konflik pribadi, dan keinginan yang diluar kemampuan.[34]

3) Stressor Sosial

Stressor sosial meliputi tiga hal. *Pertama,* iklim kehidupan keluarga misalnya hubungan antara anggota keluarga yang tidak harmonis (broken home), perceraian, suami atau istri selingkuh, suami atau istri meninggal, anak yang nakal (sepperti melawan kepada orang tua, sering membolos dari sekolah, mengonsumsi minuman keras, dan menyalahgunakan obat-obatan terlarang),

[34] Farid Mashudi., 193.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

sikap dan perlakuan orang tua yang cenderung otoriter atau keras, salah seornag anggota keluarga mengidap gangguan jiwa, dan tingkat ekonomi keluarga yang rendah. *Kedua*, faktor pekerjaan misalnya tidak mudah mendapat pekerjaan, pengangguran, terkena PHK (pemutusan hubungan pekerjaan), perselisihan dengan atasan, jenis pekerjaan yang tidak sesuai dengan minatan serta kemampuan, penghasillan yang tidak sesuai dengan tuntutan kebutuhan sehari-hari. *Ketiga*, iklim lingkungan misalnya tingginya angka kriminal (perampok, pencurian, serta pembunuhan), tawuran antara kelompok (pelajar, mahasiswa, atau warga masyarakat), harga kebutuhan pokok yang mahal, minimnya persediaan air bersih, kemarau panjang, udara yang sangat panas atau dingin, suara bising, polusi udara, linglungan yang kumuh, kemacetan lalu lintas, bertempat tinggal didaerah banjir atau rentang longsor, serta kehidupan politik dan ekonomi yang tidak stabil.[35]

c. Gejala-gejala stres

Jika otak terasa lelah, sulit berkonsentrasi, dan membuat keputusan sederhana terasa sulit atau mungkin tampak seperti masalah besar, inilah salah satu dari gejala terkena stres. Pikiran menjadi kacau dan terjadi terus menerus maka pikiran menjadi tegang, kehilangan kesabaran atau kehilangan semua perspektif sehingga merasa seperti putus asa.

[35] Farid Mashudi.,194.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Pengaruh stres bisa merubah pola makan yang tidak beraturan atau tidak nafsu untuk makan lebih banyak. Kehilangan atau bertambahnya berat badan bisa menjadi salah satu indikator stres yang berkepanjangan. Demikian dengan pola tidur yang berubah. Beberapa orang mengalami mimpi buruk atau tidak bisa tidur ada juga seseorang yang sudah tidur selama 10 jam akan tetapi tetap saja tidak merasa segar. Jika hal ini tetap terjadi maka bisa menyebabkan ketengangan kronis yang bisa menimbulkan perilaku seperti menggigit kuku, menarik rambut, dan menggoyangkan lutut.

Stres yang berkepanjangan akan menguras energi bagi orang yang mengalaminya. Ketengangan mental akan membuat seseorang kelelahan secara fisik. Tentu saja orang berbeda dalam kemampuannya atau kapasitasnya menangani ketengangan dan karenanya jumlah pekerjaan yang bisa ditangani sebelum merasa lelah sangat bervariasi. Akan tetapi, penting untuk mengenali batasan individu sendiri serta mampu belajar beristirahat. Menurut Chandra Patel, merangkum beberapa contoh tentang gejala stres mental, emosional, fisik, dan perilaku.[36] Sebagai berikut:

1) Gejala mental

Beberapa indikator dari stres secara mental yaitu Ketidakmampuan berkonsentrasi, Kehilangan rasa percaya diri, Kelelahan yang tidak berarti, Penyimpangan memori, Berpikir lengah, Bingung, Pelupa,

[36] Ekawarna.,204.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Kehilangan gairah, Canggung, Hilangnya rasa humor, Pandangan yang kosong, Tingginya tingkat kecemasan dan ketakutan, Mudah marah kepada orang lain.

2) Gejala emosional

Beberapa indikator dari stres secara emosional yaitu Kemarahan yang meledak, Kecemasan, Rasa takut atau serangan panik yang tidak rasional, Perasaan putus asa, Merasa bersalah, Merasa depresi, Mimpi buruk, Merasa tidak aman, dan Takut akan kritik.[37]

3) Gejala fisik

Beberapa indikator dari stres secara fisik yaitu Telapak tangan yang berkeringat, Jari-jari dingin, Mulut kering, Terasa pusing, Dada nyeri, Suara bernada tinggi, Mual, Frekuensi buang air kecil, Diare, Kegelisahan, Meningkatnya asam lambung, Gemuk atau kurus, Kelelahan, kelesuan, kehabisan energi, Perut melilit dan masalah alergi.[38]

4) Gejala perilaku

Beberapa indikator dari stres secara perilaku yaitu Banyak atau sedikit makan, Banyak atau sedikit tidur, Menarik / menjambak rambut, Penarikan diri secara sosial, Mengemudi dengan sembarangan, Malas bekerja, Ceroboh, Marah yang meledak-ledak, dan Hubungan personal tidak berfungsi.

[37] Ekawarna.,205.
[38] Ekawarna.,206.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

d. Dampak Stres

Menurut Candra Patel, bahwa stres memiliki dampak terhadap sakit dan penyakit,[39] sebagai berikut:

1) Sakit kepala yang terasa tegang

Penyebab dari sakit kepala yang tegang yaitu terjadinya kontraksi otot daerah kepala dan leher. Sakit kepala ini merupakan jenis sakit kepala yang paling umum, dan dapat menyebabkan rasa sakit ringan, sedang, atau intens dikepala, leher, dan dibelakang mata. Beberapa orang yang mengalami sakit kepala tegang terasa seperti kencang disekitar dahi.[40]

2) Migrain

Migrain yaitu gangguan kepala primer yang gejalanya ditandai dengan sakit kepala yang berulang, pada tingkat sedang sampai parah. Secara umumnya, sakit migrain meliputi separuh kepala, berdenyut, dan berlangsung dari 2-72 jam. Gejala yang terjadi yaitu mual, muntah, dan kepekaan terhadap cahaya, suara atau bau.

Terjadinya migrain karena adanya campuran faktor lingkungan (stres), perubahan kadar hormon, serta genetik yang memengaruhi saraf dan pembuluh darh otak. Migrain adalah sakit kepala naumn berbeda dengan sakit kepala karena tegang dan jauh lebih kompleks. Hal ini cenderung terjadi pada orang yang perfeksionis setelah melakukan aktivitas yang intens. Secara

[39] Ekawarrna,207.
[40] Ekawarna.,208.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

fisiologis, beberapa pembuluh darah dikepala atau tangan mengalami kontraksi lalu tiba-tiba mengendur.[41]

3) Sakit punggung

Dalam keadaan stres dan kecemasan, ketidaknyamanan fisik dapat bertambah baik secara sadar maupun tidak sadar serta bisa menyebabkan ketidakmampuan yang tidak proporsional. Dengan demikian, kekhawatiran yang kronis, kehilangan, pekerjaan yang tidak memuaskan atau kehilangan pekerjaan, masalah hubungan, tekanan keuangan dapat mengubah ketidaknyamanan punggung bawah menjadi rasa sakit yang tidak bisa diatasi, dan rasa sakit terus-menerus yang berkepanjangan bisa menyebabkan gangguan dalam pola perilaku seseorang.

4) Palpitasi dan ketidaknyamanan

Palpitasi atau jantung berdebar adalah berdebarnya detak jantung kita. Tingkat detak jantung istirahat atau normal, berkisar antara 60 dan 80 denyut per menit. Selama latihan olaraga (apalagi olaraga fisik berat) atau tekanan emosional, tingkat kenaikan bisa mencapai 150 atau bahkan 200 denyut per menit. Terkadang ada detak jantung yang prematur yang terjadi lebih awal dari sebenarnya. Kontraksi dini dan biasanya lemah ini diikuti oleh jeda yang lebih lama, dan kontraksi lebih kuat.[42]

[41] Ekawarna.,209.
[42] Ekawarna.,210.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

5) Batuk dan pilek

Batuk dan pilek merupakan penyakit yang mudah sekali menyerang tubuh manusia. Influenza atau flu adalah nama lain dari penyakit pilek. Penyakit batuk dan pilek disebabkan oleh virus RNA dari *family orthomyxoviridae* (virus influenza). Gejala yang terjadi saat mengalami penyakit ini adalah demam, badan menggigil, nyeri tenggorokan, nyeri otot, sakit kepala, batuk-batuk, mudah lelah, lemas, dan perasaan tidak nyaman. Pada umumnya, pilek ditandai dengan bersih-bersih pada penderita.[43]

6) Asma

Gejala-gejala yang terjadi pada sakit asma yaitu batuk, mengi, sesak dada. Asma juga biasa disebut dengan asma bronkial atau penyakit saluran napas reaktif. Pada orang yang rentan mengalami serangan atau gejala-gejala tersebut maka harus berhati-hati terhadap alergen (sumber pemicu alergi), seperti debu, bulu, bakteri jamur, sarbuk sari, dan dalam beberapa kasus bahan makanan tertentu atau obat-obatan terlarang. Tungau debu yang bersembunyi ditempat tidur atau kasur sering kali merupakan agen yang memicu asma.[44]

7) Nyeri dada

Istilah dalam medis nyeri dada yaitu angina pektoris atau ketidaknyamanan akibat penyakit jantung koroner. Hal itu terjadi

[43] Ekawarna.,211.
[44] Ekawarna.,212.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

ketika otot jantung tidak mendapatkan darah sebanyak yang dibutuhkannya, karena satu atau lebih arteri jantung menyempit atau tersumbat yang disebut iskemia. Biasannya anginan menyebabkan tekanan, kepanikan, kejengkelan, atau rasa sakit dibagian dada yang tidak nyaman. Selain itu ada ketidaknyaman pada bagian leher, rahang,bahu, punggung, atau lengan.[45]

8) Tekanan darah tinggi

Kondisi umum yang terjadi yaitu tekanan darah tinggi ringan maupun sedang yang dialami satu dari lima orang dewasa. Hal ini bisa menyiksa jantung dan berkontribusi pada pengerasan arteri atau aterosklerosis yang berakibat pada serangan jantung, stroke, dan penyakit pembuluh darah. Hanya 5 sampai 10% pasien dengan tekanan darah tinggi diketahui penyebabnya seperti penyakit ginjal, tumor yang menyekresi hormon, malformasi kongenital pembuluh darah tertentu, atau reaksi terhadap pil kontrasepsi.

9) Serangan jantung

Perasaan tertekan, sesak, sakit di dada atau lengan yang menyebar ke leher, rahang, atau punggung bisa menjadi tanda bahwa seseorang mengalami serangan jantung. Ada beberapa tanda dan gejala serangan jantung yang biasa terjadi yaitu batuk, mual, muntah, dada sakit, pusing, sesak nafas yang disebut dispnea, wajah tampak berwarna abu-abu, perasaan takut bahwa hidup akan

[45] Ekawarna.,213.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

berakhir, merasa tidak enak, gelisah, berkeringat, dan sesak napas. Rasa sakit yang dirasakan seseorang biasanya konstan, meski kadang kala datang dan pergi.[46]

10) Kelelahan kronis

Gejala kelelahan kronis biasanya datang tiba-tiba. Namun, bagi sebagian orang kelelahan itu berkembang secara bertahap selama berminggu-minggu atau berbulan-bulan. Ada berbagai gejala chronic fatigue syndrome (CFS), tetapi ada serangkaian gejala utama yang memengaruhi hampir semua orang dengan CFS. Gejala intinya yaitu kelelahan fisik ekstrem, kelelahan mental, atau keduanya. Hal itu bisa konstan atau bisa datang dan pergi. Gejala tersebut tidak hilang walaupun setelah beristirahat. Rasa sakit CFS bisa berada disatu area, lalu berpindah ke yang lain. Seperti nyeri otot, sendi, atau sakit kepala.[47]

11) Kecemasan

Adanya gejolak batin yang tidak menyenangkan merupakan tanda dari kecemasan dan juga disertai dengan perilaku gugup. Terdapat berbagai tipe gangguan kecemasan. Gangguan kecemasan umum (*generalised anxiety disorder*/ GAD) ditandai dengan gejala kecemasan yang hadir dalam sebagian besar waktu, dan tidak terbatas pada situasi tertentu. Kecemasan umum sering menyertai fobia, dan sangat umum terjadi pada orang-orang yang mengalami

[46] Ekawarna.,214.
[47] Ekawarna.,215.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

depresi. Akan tetapi hal itu juga bisa disebabkan oleh penyakit fisik, seperti kelenjar teroid serangan jantung. Jenis kecemasan yang lain adalah gangguan panik *(panic disorder).*[48]

12) Depresi

Gejala orang yang mengalami depresi yaitu kesedihan, kekosongan, dan keputusasaan hampir konstan setidaknya dua minggu. Major depressive disorder (MDD) merupakan penyakit yang melemahkan yang secara serius dapat memengaruhi kesehatan dan kesejahteraan seseorang. orang yang mengalami MDD tidak bisa menikmati aktivitas dengan menyenangkan serta mengalami kesulitan makan, tidur, kerja, maupun ketika menjalin hubungan.[49]

13) Gangguan iritasi usus besar

Irritable bowel syndrome (IBS) adalah kelaian umum yang memengaruhi usus (usus besar). Sindrom iritasi usus biasanya menyebabkan kram, sakit perut, kembung, gas, diare, dan konstipasi. IBS merupakan kondisi kronis yang harus dikelola dalam jangkah panjang. Meskipun tanda dan gejala tidak nyaman, IBS tidak menyebabkan perubahan pada jaringan usus atau meningkatkan risiko kanker kolorektal (kanker usus besar). Hanya sejumlah kecil orang dengan sindrom iritasi usus besar yang memiliki tanda dan gejala parah. Beberapa orang bisa

[48] Ekawarna.,217.
[49] Ekawarna.,219.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

mengendalikan gejala mereka dengan mengelola diet, gaya hidup, dan stres.[50]

14) Gangguan pramenstruasi

Sindrom pramenstruasi (PMS) mengacu pada gejala fisik dan emosional yang terjadi dalam satu sampai dua minggu sebelum periode datang bulan wanita. Gejalanya bervariasi setiap wanitanya dan dapat sembuh disekitar awal haid. Gejala umum yang terjadi yaitu munculnya jerawat, perut kembung, merasa lelah, mudah tersinggung, dan perubahan mood. Sering kali gejala hadir sekitar enam hari. Pola gejala yang bisa berubah seiring berjalannya waktu. Gejala tidak terjadi selama kehamilan atau setelah menopause. Pola gejala emosional dan fisik yang konsisten terjadi setelah ovulasi dan sebelum menstruasi, sampai tingkat yang mengganggu kehidupan normal. Gejala emosional awal menstruasi tidak boleh dibiarkan.[51]

15) Burnout

Burnout (kelelahan) yaitu keadaan stres kronis yang menyebabkan kelelahan fisik, mental, dan emosional sehingga mengakibatkan penurunan kinerja. Saat keadaan lelah seseorang tidak bisa berfungsi secara efektif pada tingkat pribadi atau profesional. Akan tetapi, kelelahan tidak terjadi secara tiba-tiba. Gejala-gejala dari *burnout* yaitu kelelahan kronis, insomnia, keterbelakangan atau

[50] Ekawarna.,221.
[51] Ekawarna.,222.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

gangguan konsentrasi, gejala fisik, penyakit yang semakin meningkat, kehilangan selera makan, kegelisahan, depresi, dan marah atau mudah tersinggung.[52]

e. Mengurangi stres

Dalam kamus besar bahasa indonesia mengurangi adalah memotang sebagian, menurunkan, dan menjadi berkurang. Mengurangi stres yaitu menurunkan kadar stres. Mengurangi stres ini ada berbagai macam cara namun sebelum itu dilakukan hal yang paling utama yaitu mengetahui sumber stres atau mengetahui penyebabnya akan mempermudah dalam menentukan cara mengurangi stres yang muncul pada diri individu.

1) Strategi *Coping* Stres

Coping merupakan cara atau strategi dalam tindakan menangani situasi stres. Menurut Cox, *coping* adalah suatu bentuk perilaku pemecahan masalah dan jika pemecahan masalah tidak berhasil maka akan menghasilkan stres. *Coping* melibatkan strategi kognitif dan perilaku serta dipresentasikan dengan penyesuaian kepada situasi atau penyesuaian dari situasi. cara atau strategi yang digunakan menurut Cox yaitu menyelidiki sumber stres terlebih dahulu dengan cara tersebut dianggap begitu efektif dalam mengurangi semua ketegangan.[53]

[52] Ekawarna.,223.
[53] Ekawarna.,228.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Ada beberapa karakteristik dalam *coping* stres yaitu coping mengacu pada proses (bukan tujuan) atau manajemen yang diarahkan melalui tindakan, proses tersebut meliputi tindakan perilaku atau tindakan kognitif, tindakan *coping* difokuskan pada adanya tuntutan yang dialami oleh seseorang ketika beban melebihi kapasitasnya, dan sasaran umum dari tindakan *coping* adalah menghilangkan ketidakseimbangan yang dialami antara tuntutan dan kapasitas.[54] Adapun pendapat lain mengatakan bahwa *coping stres* merupakan suatu proses pemulihan kembali dari pengaruh pengalaman stres atau reaksi fisik dan psikis yang berupa perasaan tidak enak, tidak nyaman atau tertekan yang sedang dihadapi oleh individu. Meliputi strategi kognitif dan perilaku yang digunakan untuk mengelola situasi stres dan emosi negatif yang tidak menguntungkan.[55]

2) Macam-macam *Coping*

Banyak hal yang mampu dilakukan atau diterapkan untuk mengurangi stres atau ketegangan psikologik dalam menghadapi problema kehidupan yaitu melalui coping stres. *Coping stres* sebagai sejumlah usaha untuk menanggulangi, mengatasi atau berurusan dengan cara yang sebaik-baiknya menurut kemampuan individu dalam mengatasi stres yang berasal dari berbagai macam

[54] Ekawarna.,230.
[55] Juli Andriyani, Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problem Psikologis, *Jurnal At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam,*Volume 2, Nomor 2, (Juli-Desember 2019): 39.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

problema psikologis.[56] Adapun macam-macam *Coping* yang konstruktif bisa dilakukan melalui beberapa pendekatan atau metode, antara lain:

a) *Rational-Emotive Therapy*

   Terapi *rational-emotive therapy* merupakan pendekatan terapi yang memfokuskan pada upaya untuk mengubah pola berpikir individu yang irrasional sehingga dapat mengurangi gangguan emosi atau perilaku yang maladaptif.

b) Meditasi

   Meditasi yaitu latian mental untuk memfokuskan kesadaran atau perhatian dengan cara non-analisis.

c) Relaksasi

   Relaksasi dapat mengatasi kekalutan emosional dan mereduksi masalah fisiologis (gangguan atau penyakit fisik).

d) Olahraga atau Memelihara Kebugaran Jasmani.

e) Aktivitas Kontruktif

f) Beribah atau mengamalkan ajaran agama sebagai wujud keimanan kepada tuhan. Kualitas keimanan seseorang individu bisa diukur dari kualitas ibadahnya kepada tuhan.[57]

Menurut teori richard lazarus terdapat dua bentuk *coping*, yaitu dengan memfokuskan diri untuk menyelesaikan masalah *(problem-focused coping)*, dan berorientasi pada emosi *(emotion*

[56] Juli Andriyani.,40.
[57] Farid Mashudi.,231-232

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

focused coping). Kemudian dengan memikirkan kembali masalah melalui penilaian kembali, belajar dari pengalaman yang telah terjadi, serta menemukan arti dari pengalaman.[58] Adapun rincian dari kedua bentuk coping tersebut sebagai berikut:

a) *Problem-Focused Coping*, yaitu istilah yang digunakan lazarus untuk strategi kognitif untuk penanganan atres atau coping yang diterapkan oleh individu untuk menghadapi masalahnya serta berusaha menyelesaikannya. Carver, Scheier dan Weintraub menjelaskan secara rinci mengenai aspek-aspek strategi *coping* dalam *problem-focused coping* antara lain:

   (1) Keaktifan diri, salah satu tindakan untuk mencoba menghilangkan atau mengelabuhi penyebab stres atau memperbaiki akibatnya dengan cara langsung.

   (2) Perencanaan, memikirkan tentang bagaimana mengatasi penyebab stres antara lain dengan membuat strateggi untuk bertindak, memikirkan tentang langkah upaya yang perlu diambil dalam menangani suatu masalah.

   (3) Penekanan kegiatan bersaing, individu dapat menekan keterlibatan dalam kegiata bersaing atau dapat menekan pengolahan saluran bersaing informasi dalam rangka untuk lebih konsentrasi penuh pada tantangan dan berusaha menghindari untuk hal yang membuat terganggu oleh

[58] Carole Wade, Carol Tavris. *Psikologi*. (Jakarta : Erlangga, 2007) 315.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

peristiwa lain. Bahkan membiarkan hal-hal lain terjadi, jika perlu untuk menghadapi stressor.[59]

(4) Kontrol diri, individu memiliki batasan peran dalam aktivitas kompetisi atau persaingan dan tidak bertindak terburu-buru.

(5) Dukungan sosial instrumental yaitu mencari dukungan sosial seperti nasihat, bantuan atau informasi.

b) *Emotion-Focused Coping,* adalah istilah yang diterapkan oleh lazarus untuuk strategi penanganan stres dimana individu memiliki respon terhadap situasi stres dengan cara emosional, terutama dengan menggunakan penilaian defensif. *Emotional Focused Coping* merupakan strategi yang bersifat internal. Carver, scheier dan weintraub menjelaskan aspek-aspek strategi *coping* dalam *emotion-focused coping,* sebagai berikut:

(1) Dukungan sosial emosional yaitu mencari dukungan sosial melalui dukungan moral, simpati atau pengertian.

(2) Interpretasi positif artinya menafsirkan transaksi stres dalam hal positif harus memimpin orang itu untuk melanjutkan secara aktif pada masalah terfokus di tindakan.

(3) Penerimaan, sesuatu yang penuh dengan stres dan keadaan yang memaksanya untk mengatasi masalah tersebut.

[59] Juli Andriyani.,41.

IAIN JEMBER
digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

(4) Penolakan, respon yang kadang-kadang muncul dalam penilaian utama.

(5) Religiusitas, sikap individu dalam menenangkan dan menyelesaikan masalah secara keagamaan.[60]

3. Warga binaan

a. Pengertian warga binaan

Warga binaan adalah orang yang dihukum karena melakukan kejahatan (membunuh, memperkosa, mencuri, dan lain sebagainya) serta kehilangan kemerdekaan bergerak dalam sementara waktu berdasarkan keputusan hakim dengan hal ini sesuai dengan pengertian yang terdapat dalam undnag-undang RI tahun 1990 tentang pemasyarakatan, bab I ayat 6 dan 7, yaitu:

1) Terpidana adalah seseorang yang dipidana berdasarkan keputusan pengadilan yang telah memperoleh kekuatan hukum tetap.
2) dijelaskan pada ayat 7, warga binaan merupakan terpidana yang menjalani pidana serta kehilangan kemerdekaan bergerak sementara waktu.

Meskipun seorang warga binaan telah kehilangan kemerdekaan bergerak dalam sementara waktu akan tetapi tetap mendapat hak-hak yang seharusnya didapatkan sebagai warga negara dan hak-hak tersebut

[60] Juli Andriyani.,42.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

dijamin oleh negara. Pada Pasal 14 ayat 1 tentang hak warga binaan yaitu warga binaan berhak:[61]

1) Melakukan ibadah sesuai agama dan kepercayaan.
2) Mendapatkan perawatan daik perawatan rohani maupun jasmani.
3) Mendapatkan pendidikan dan pengajaran.
4) Mendapatkan pelayanan kesehatan dan makanan yang layak.
5) Menyampaikan keluhan.
6) Mendapatkan bahan bacaan dan mengikuti siaran media massa yang tidak dilarang.
7) Mendapatkan upah atau premi atas pekerjaan yang dilakukan.
8) Menerima kunjungan keluarga, penasehat hukum, atau orang tertentu lainnya.
9) Mendapatkan pengurangan masa pidana (remisi).
10) Mendapatkan kesempatan berasimilasi termasuk cuti mengunjungi keluarga.
11) Mendapatkan pembebasan bersyarat
12) Mendapatkan cuti menjelang bebas
13) Mendapatkan hak-hak lain sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Undang-undang pasal 14 No. 12 tahun 1995 tentang pemasyarakatan bahwa warga binaan memiliki hak mendapatkan pelayanan kesehatan dan makanan yang layak. Rincian lebih lanjut

[61] Sekretariat Negara RI, Undang-Undang Republik Indonesia Pasal 14 Ayat 1.

IAIN JEMBER
digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

dalam peraturan pemerintah No 2 tahun 1999 tentang syarat dan tata cara pelaksanaan hak warga binaan pemmasyarakatan pasal 14 serta pasal 20 ayat 1 bagian empat mengenai pelayaan kesehatan dan makanan. Bahwa dalam pasal 20 ayat 1, warga binaan dan anak didik pemasyarakatan yang sakit, hamil, atau menyusui berhak mendapatkan makanan tambahan dan petunjuk dokter.[62] Lembaga pemasyarakatan tersebut bisa dikatakan memiliki 4 fungsi utama yaitu melindungi, menghukum, memperbaiki, dan merehabilitasi para warga binaan.

[62] Sekretariat Negara RI, Undang-Undang No 22 Tahun 1999 Pasal 20 Ayat 1 Tentang Syarat Dan Tata Cara Pelaksanaan Hak Warga Binaan Pemasyarakatan.

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

BAB III
METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang mana didefinisikan penelitian yang memiliki maksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain, secara holistik serta dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada suatu konteks khusus yang alamiah dengan memanfaatkan berbagai metode.[63]

Adapun jenis penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian deskriptif bertujuan memperoleh informasi-informasi mengenai keadaan yang ada pada saat ini, tidak menguji hipotesa atau tidak menggunakan hipotesa melainkan hanya mendeskripsikan informasi apa adanya sesuai dengan variabel-variabel yang diteliti. Maka, penelitian ini akan dilakukan secara mendalam dengan penggalian data baik melalui wawancara maupun observasi. Pendekatan kualitatif dipilih karena ingin mendeskripsikan, memperoleh gambaran nyata, dan menggali informasi yang jelas mengenai program pembinaan kemandirian di Lapas kelas IIA Banyuwangi.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Lapas kelas IIA Banyuwangi, yang terletak di Jalan Letkol Istiqlah No. 59 Kabupaten Banyuwangi Provinsi Jawa Timur. Alasan peneliti memilih lokasi penelitian disini adalah Lapas

[63] Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*. (Bandung : Rosda.2006) 6.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Banyuwangi memiliki program kegiatan pembinaan kemandirian sebagai salah satu kegiatan yang mengupayakan peningkatan kemandirian warga binaan, baik secara emosional maupun secara *skill.* Adapun jumlah disetiap program pembinaan kemandirian yaitu kurang lebih 25-30 orang.

C. Subyek Penelitian

Teknik pengambilan subjek atau sample pada penelitian ini yaitu menggunakan teknik *non-probability* dengan penentuan subjek dalam penelitian ini menggunakan purposive yaitu teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu atau pemilihan subjek dengan mempertimbangkan kriteria, atau ciri-ciri tertentu yang ditetapkan berdasarkan tujuan penelitian.[64]

Dari uraian diatas, adapun kriteria subjek yang digunakan untuk menentukan sasaran penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Petugas pembinaan kemandirian/ petugas lapas kelas II A Banyuwangi.
2. Warga binaan
   a) Mengikuti pembinaan kemandirian
   b) Minimal sudah 1 tahun mengikuti pembinaan kemandirian.

Berdasarkan dari ketentuan kriteria diatas maka sasaran penelitian ini sebanyak 9 orang, yang terdiri dari 6 orang warga binaan dan 3 orang petugas lapas kelas II A Banyuwangi.

[64] Sugioyo. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2017) 219.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

D. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Teknik observasi memiliki bentuk yang berbeda-beda sedangkan menurut Indrianto dan Supomo yang di kutip oleh Rosady Ruslan tipe observasi menggunakan beberapa jenis objek, subjek dan kejadian yang bisa diamati oleh peneliti yaitu perilaku fisik, verbal, ekspresif dan benda-benda fisik lainnya atau kejadian yang rutin dan temporal. pada observasi partisipasi peneliti melakukan pengamatan mengenai aktivitas manusia, karakteristik fisik situasi sosial dan bagaimana perasaan pada waktu menjadi bagian dari situasi tersebut. Observasi deskripsi ini untuk mengarahkan pengamatan dilapangan dan peneliti mencatat segala informasi secara rinci yang sesuai dengan tema pembahasannya.[65]

Observasi merupakan pengamatan terhadap suatu objek yang diteliti baik secara langsung maupun tidak langsung untuk memperoleh data yang diperlukan oleh peneliti. Secara langsung adalah terjun ke lapangan terlibat seluruh panca indra. Sedangkan secara tidak langsung adalah pengamatan yang dibantu melalui media visual/ audio visual, misalnya teleskop, handycam, dan lain-lain.[66] Pada penelitian ini, penulis menggunakan jenis observasi non-partisipan karena pandemi *COVID-19.* Karena peraturan yang ada di lapas tidak diperkenankan untuk melakukan penelitian secara langsung selama keadaan pandemi *COVID-19* saat ini.

---

[65] Rosady Ruslan, *Metode Penelitian Public Relations Dan Komunikas*i (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2008) 38.

[66] Djam'an Satori dan Aan Komariah, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2017), 105.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

b. Wawancara

Selain observasi, peneliti juga melakukan wawacara untuk memperoleh berita, fakta maupun data di lapangan. Wawancara merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab. Sehingga bisa dikontruksikan makna dalam suatu topik tertentu.[67] Pada penelitian ini menggunakan wawancara tidak terstruktur. Wawancara tidak terstruktur adalah wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis serta lengkap untuk pengumpulan datanya.[68] Tujuan dari wawancara jenis ini adalah untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, dimana pihak yang diajak wawancara diminta pendapat dan ide-idenya. Dalam melakukan wawancara, peneliti perlu mendengarkan secara teliti dan mencatat apa yang dikemukakan oleh informan.[69]

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Sedangkan metode documenter adalah mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkip, buku, surat kabar, majalah, notulen, rapat, agenda, dan sebagainya. Dokumen-dokumen yang dihimpun dipilih yang sesuai dengan tujuan dan fokus masalah. Dokumen tersebut diurutkan sesuai isinya dan tujuan

[67] Sugiyono,.231.
[68] Sugiyono.,140.
[69] Sugiyono,.233.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

pengkajian. Adapun data yang diinginkan dari bahan dokumen adalah profil Lapas Banyuwangi dan dokumentasi kegiatan.

E. Metode Analisis Data

Dalam penelitian ini, analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan selama dilapangan dan setelah dilapangan. Menurut miles dan huberman dalam buku metode penelitian kualitatif kuantitatif karya sugiono, analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung terus menerus sampai tuntas. Aktivitas dalam analisis data dengan metode kualitatif dibagi menjadi tiga tahapan yaitu reduksi data, penyajian data dan menyimpulkan. [70]

a. Reduksi data

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema, dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya.[71]

b. Penyajian data

Setelah melakukan reduksi data, maka langkah selanjutnya adalah menyajikan data. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, hubungan antar kategorisasi

[70] Sugiyono., 245.
[71] Sugiyono., 247.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

sejenisnya. Melalui penyajian data tersebut, maka data terorganisasikan, tersusun dalam pola hubungan, sehingga akan semakin mudah dipahami.[72]

Selanjutnya disarankan, dalam melakukan penyajian data selain dengan teks yang naratif, juga bisa berupa grafik, matrik dan jejaring kerja. dalam prakteknya tidak semudah ilustrasi yang diberikan karena fenomena sosial bersifat komplek dan dinamis sehingga apa yang ditemukan saat memasuki lapangan dan setelah berlangsung agak lama dilapangan akan mengalami perkembangan data. Untuk itu maka peneliti harus selalu menguji apa yang telah ditemukan pada saat dilapangan yang masih bersifat hipotik itu berkembang atau tidak. Bila telah lama memasuki lapangan ternyata hipotesis tersebut terbukti dan akan berkembang menjadi teori grounded. Teori grounded adalah teori yang ditemukan secara induktif, berdasarkan data-data yang ditemukan dilapangan dan selanjutnya diuji melalui pengumpulan data terus menerus.[73]

c. Penarikan kesimpulan

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif menurut Miles dan Huberman dalam buku Sugiyono adalah penarikan kesimpulan data verifikasi, kesimpulann awal yang dikemukakan bersifat sementara dan akan berubah jika tidak di temukan bukti-bukti yang kuat serta mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang di kumpulkan pada tahap awal di dukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali kelapangan mengumpulkan data maka

[72] Sugiyono., 249.
[73] Sugiyono., 250.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

kesimpulan uang yang di kemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.[74]

F. Keabsahan Data

Keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *triangulasi.* Triangulasi dalam pengujian kredilitas ini diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu. Sedangkan untuk menguji keabsahan data yang diperoleh, pada penelitian ini sendiri menggunakan jenis triangulasi sumber dan triangulasi teknik (pengumpulan data).[75] Triangulasi sumber yaitu mengecek kembali data dengan beberapa narasumber. Sedangkan triangulasi teknik adalah mengecek kembali data dengan beberapa cara pengumpulan data, yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi.[76]

1. Adapun point yang ingin dicapai dalam triangulasi sumber, antara lain:
   a) Membandingkan data hasil wawanara dengan narasumber dan hasil wawancara dengan informan.
   b) Membandingkan apa yang dilakukan orang didepan umum dan dengan apa yang dilakukan secara pribadi.
2. Adapun point yang ingin dicapai dalam triangulasi teknik, antara lain:
   a) Membandingkan data hasil observasi dengan data hasil wawancara.
   b) Membandingkan data hasil dokumen dengan data hasil wawancara yang berkaitan.

[74] Sugiyono., 252.
[75] Sugiyono., 273.
[76] Sugiyono., 274.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

G. Tahap-Tahap Penelitian

Tahap-tahap penelitian digunakan untuk mengetahui rencana pelaksanaan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti mulai awal hingga akhir penelitian. Tahap penelitian ada tiga tahapan yaitu tahap pra-lapangan, tahap pekerja lapangan, dan tahap analisis data.

Dalam hal ini tahapan-tahapan penelitian yang dilakukan peneliti diantaranya adalah:

a) Tahap pra lapangan

1. Menyusun rencana penelitian
2. Memilih lapangan penelitian
3. Mengurus perizinan
4. Memilih dan memanfaatkan informan
5. Menyiapkan perlengkapan penelitian

b) Tahap pekerjaan lapangan

1. Memahami latar belakang dan tujuan penelitian
2. Mengumpulkan data
3. Menganalisis data dengan menggunakan prosedur yang telah ditetapkan oleh peneliti.

c) Tahap analisis data

1. Penarikan kesimpulan
2. Menyusun data
3. Kritik dan saran.

IAIN JEMBER
digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

BAB IV
PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

A. Gambaran Objek Penelitian

1. Sejarah lembaga pemasyarakatan kelas II A Banyuwangi

Lembaga pemasyarakatan kelas IIA Banyuwangi merupakan unit pelaksana teknis pemasyarakatan yang mempunyai tugas melaksanakan sebagian tugas pokok kementerian hukum dan HAM RI di bidang pemasyarakatan narapidana/anak didik bangunan. Lembaga Pemasyarakatan Banyuwangi berdiri sejak tahun 1917 di atas tanah seluas 11.560 m2 dengan luas bangunan 10.000 m2. di sebelah utara berbatasan dengan jalan raya Letkol Istiqlah, sebelah timur Asrama Polres, sebelah selatan perumahan pribadi petugas lapas, sebelah barat perumahan warga. Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Banyuwangi terdiri dari ruang administrasi perkantoran (belum bertingkat) dan blok hunian dengan kapasitas 260 orang dan telah bersertifikat No. 5285 tanggal 17 Januari 1982.

Sesuai dengan keberadaannya sejak awal dibangun sampai saat ini. Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Banyuwangi telah melaksanakan tugas dan fungsinya sesuai yang diamanatkan oleh peraturan perundang-undangan. Untuk mempertanggung jawabkan pelaksanaan tugas dan fungsi di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Banyuwangi serta memberikan gambaran tentang berbagai hal yang telah dilaksanakan serta hambatan-hambatan dalam

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

pelaksanaan tugas, secara berkala dilakukan evaluasi yang salah satunya melalui Laporan Akuntabilitas Kinerja lnstansi Pemerintah (LAKIP).[77]

Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Banyuwangi mempunyai tugas pokok melaksanakan pemasyarakatan terhadap narapidana/anak didik. Di samping itu juga memiliki fungsi melaksanakan pembinaan narapidana/anak, memberikan bimbingan, terapi dan rehabilitasi narapidana/anak didik kasus narkotika, melakukan bimbingan sosial/kerohanian, melakukan pemeliharaan keamanan dan tata tertib Lapas serta melakukan urusan tata usaha dan rumah tangga. Adapun fungsi dari lapas kelas II A Banyuwangi, yaitu:

a. Melakukan pembinaan narapidana/anak pidana
b. Melakukan bimbingan mempersiapkan sarana dan mengelola hasil karya
c. Melakukan bimbingan sosial kerohanian narapidana dan anak didik pemasyarakatan
d. Melakukan urusan rumah tangga
e. Melakukan pemeliharaan keamanan dan ketertiban Lapas

2. Visi Dan Misi Lapas Kelas II A Banyuwangi

Visi : "Terwujudnya tata kehidupan yang tertib, aman, dan nyaman serta pulihnya kesatuan hidup, kehidupan dan penghidupan warga binaan pemasyarakatan sebagai makhluk pribadi, sosial dan makhluk tuhan Yang Maha Esa".

[77] Profil Lapas Kelas II A Banyuwangi

IAIN JEMBER
digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Misi : Lapas kelas II A Banyuwangi yaitu (1) melaksanakan pembinaan kemandirian warga binaan pemasyarakatan yang lebih aplikatif di masyarakat. (2) melakukan pembinaan kepribadian agar warga binaan pemasyarakatan menyadari kesalahan dan tidak melakukan pelanggaran hukum lagi. (3) melakukan kegiatan pengamanan dan menjalankan kemitraan dengan instansi terkait.

3. Struktur Organisasi dan Tata Laksana

Dalam tugas fungsinya lembaga pemasyarakatan kelas II A Banyuwangi selalu memakai peraturan yang ada. Adapun ketentuan dna peraturan yang dipakai dalam tugas fungsinya yaitu berdasarkan surat keputusan menteri kehakiman dan hak asasi manusia RI Nomor: M.05. PR.07.03 Tahun 2003 tanggal 16 april 2003. Adapun struktur organisasinya:[78]

Gambar 4.1
Struktur Organisasi Seksi Kegiatan Kerja

[78] Profil Lapas Kelas II A Banyuwangi.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Pejabat struktural sebanyak 14 orang terdiri dari[79] :

1. Kalapas : Ketut Akbar Herry Achjar
2. Kasubag TU : Amirul Ariyadi
3. Ka. KPLP : Yusuf Purwadi
4. Kasi Adm.Kamtib : Suhra Mufid
5. Kasi Binadik : Sunaryo
6. Kasi Giatja : Edi Sutrisno
7. Kaur Kepeg &Keu. : Titik Asmawati
8. Kaur Umum : Dwi Erna Magdalyna
9. Kasubsi Keamanan : Ahmad Solihin
10. Kasubsi Portatib : Hendro Suwignyo
11. Kasubsi Bimkeswat : Dhanny Dwi Suswinarko
12. Kasubsi Registrasi : I Made Ariawan
13. Kasubsi Bimlola : Mujianto
14. Kasubsi Sarana Kerja : Mustain

a. Uraian tugas jabatan

Adapun tugas dan fungsi dari masing-masing bidang dapat dijelaskan sebagai berikut:[80]

a) Sub bagian tata usaha mempunyai tugas melakukan urusan tata usaha dan rumah tangga Lapas. Adapun fungsinya yaitu melakukan urusan kepegawaian dan melakukan urusan surat-menyurat, perlengkapan serta rumah tangga. Sub bagian tata

[79] Profil Lapas Kelas IIA Banyuwangi.
[80] Profil Lapas Kelas IIA Banyuwangi.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

usaha terdiri dari urusan kepegawaian, keuangan dan urusan umum.

b) Seksi bimbingan narapidana/ anak didik mempunyai tugas memberikan bimbingan pemasyarakatan narapidana/anak didik dan bimbingan kerja. Adapun fungsinya yaitu melakukan regristrasi dan membuat statistik dokumentasi sidik jari serta memberikan bimbingan pemasyarakatanbagi narapidana/ anak didik, regristrasi dan membuat statistik, dokumentasi sidik jari serta memberikan bimbingan pemasyarakatanbagi narapidana/ anak didik, dan memberikan bimbingan kerja, mempersiapkan fasilitas sarana kerja dan mengelola hasil kerja. Kegiatan kerja terdiri dari sub seksi registrasi, bimbingan kemasyarakatan, dan sub seksi perawatan narapidana/anak didik.

c) Seksi kegiatan kerja mempunyai tugas memberikan bimbingan kerja mempersiapkan fasilitas sarana kerja dan menhgelola hasil kerja. Adapun kepala seksi kegiatan kerja dalam menjalankan tugas pokok dan fungsinya dibantu oleh dua sub seksi yaitu bimbingan kerja, sarana kerja, dan pengelolan hasil kerja.[81]

d) Seksi administrasi keamanan dan tata tertib mempunyai tugas mengatur jadwal tugas, penggunaan perlengkapan dan pembagian tugas pengamanan, menerima laporan harian dan berita acara dari satuan pengamanan bertugas serta menyusun

[81] Profil Lapas Kelas IIA Banyuwangi.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

laporan berkala dibidang keamanan dan menegakkan tata tertib. Adapun fungsinya yaitu mengatur jadwal tugas, penggunaan perlengkapan, pembagian tugas pengamanan, Menerima laporan harian dan berita acara dari satuan pengamanan yang menegakkan tata tertib. Seksi administrasi keamanan dan tata tertib terdiri dari sub seksi keamanan dan sub seksi pelaporan dan tata tertib.

e) Kesatuan Pengamanan LAPAS mempunyai tugas menjaga keamanan dan ketertiban LAPAS. Adapun fungsinya yaitu melakukan penjagaan dan pengawasan terhadap Narapidana/ Anak Didik, melakukan pemeliharaan keamanan dan ketertiban, melakukan pengawalan, penerimaan, penempatan dan pengeluaran narapidana/anak didik, melakukan pemeriksaan terhadap pelanggaran keamanan, membuat laporan harian dan berita acara pelaksanaan pengamanan.

Kesatuan Pengamanan Lapas dan dipimpin oleh seorang Kepala dan membawahkan petugas Pengamanan Lapas. Secara struktur, Kepala Kesatuan Pengamanan Lapas berada di bawah dan bertanggung jawab langsung kepada Kepala Lembaga Pemasyarakatan/Rutan. Tugas Pokok dan Fungsi Unit Kerja.[82] Tugas pokok dan fungsi Lapas Klas II A Banyuwangi yaitu melaksanakan pembinaan narapidana dan anak didik

[82] Profil Lapas Kelas IIA Banyuwangi.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

pemasyarakatan sehingga menyadari kesalahannya, memperbaiki diri, tidak mengulangi lagi untuk selanjutnya dapat diterima kembali oleh masyarakat, dapat berperan aktif dalam pembangunan dan dapat berperan aktif dalam pembangunan dan dapat hidup secara wajar sebagai masyarakat yang baik dan bertanggung jawab.

4. Jenis Pembinaan di Lapas Kelas II A Banyuwangi

Pembinaan yang diberikan oleh lapas kelas II A Banyuwangi terhadap para warga binaan dibagi menjadi dua kategori yaitu pembinaan kepribadian dan pembinaan kemandirian.

a. Pembinaan kepribadian yaitu pembinaan yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas pribadi warga binaan agar memiliki mental spiritual yang baik. Memiliki kesadaran hukum yang baik, memiliki kesadaran berbangsa, bernegara yang baik dan memiliki kemampuan intelektual yang lebih baik.
b. Pembinaan kemandirian yaitu pembinaan yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan warga binaan mencari penghidupan melalui kegiatan bimbingan kerja.

Masing-masing kategori pembinaan diatas dapat diuraikan lagi sebagai berikut:[83]

1) Program pembinaan kepribadian terbagi menjadi:
   a) Program pengajian (ceramah agama islam).

[83] Profil Lapas Kelas IIA Banyuwangi.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

b) Kebaktian bagi umat kristiani.

c) Program kegiatan olahraga dan seni.

2) Program pembinaan kemandirian terbagi menjadi:

a) Kerajinan

b) Batik

c) Pertanian.

Tabel 4.1
Jumlah Narapidana di Lapas Kelas IIA Banyuwangi[84]

No	Kategori	Jumlah Narapidana
1	Laki-laki	569 Orang
2	Perempuan	31 Orang
3	Anak-anak	4 Orang
Jumlah		604 Orang

Tabel 4.2
Jadwal Kegiatan Pembinaan Kemandirian[85]

Hari	Jam
Senin – Kamis	07.30 – 11.00 12.30 – 15.00
Jum'at – Sabtu	07.30 – 11.00 12.30 – 14.00

[84] Profil Lapas kelas IIA Banyuwangi.
[85] Profil Lapas Kelas IIA Banyuwangi.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

B. Penyajian Data dan Analisis

Penyajian data dan analisis merupakan bagian untuk mengungkapkan data dalam penelitian dengan menyesuaikan fokus masalah serta analisis dengan data yang relevan. Berdasarkan hasil penelitian di Lapas kelas IIA Banyuwangi dengan metode observasi, wawancara dan dokumentasi. Secara berurutan peneliti memaparkan secara rinci serta sistematis mengenai subjek yang diteliti dengan berpedoman pada fokus penelitian yaitu bagaimana pola pembinaan kemandirian dan bagaimana manfaat dari pembinaan kemandirian sebagai upaya mengurangi stres pada warga binaan di Lapas Kelas IIA Banyuwangi.

1. Pola pembinaan kemandirian pada warga binaan di lapas kelas IIA Banyuwangi

Sebagaimana yang sudah dijelaskan pada Bab II, bahwasannya sistem pembinaan narapidana yang dikenal dengan nama pemasyarakatan, mulai dikenal pada tahun 1964 ketika dalam konferensi dinas kepenjaraan di Lembang, pada tanggal 27 april 1964 Dr. Sahardjo menciptakan gagasan perubahan tujuan pembinaan narapidana dari sistem kepenjaraan menjadi sistem pemasyarakatan. Akan tetapi perubahan yang diterapkan di Indonesia mulai pada tahun 1995 sesuai dengan undang-undang nomor 12 tahun 1995.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu petugas pembinaan kemandirian Lapas yakni bapak Mustain, menuturkan bahwa:

> “Berdirinya pembinaan kemandirian karena berdasarkan undang-undang nomor 12 tahun 1995 tentang pemasyarakatan sebelumnya

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

> itu namanya penjara agar warga binaan jera (ben kapok wonge) atas tingkah lakunya, sejak ada undang-undang itu semua diakomodir jadi pembinaan atau pemasyarakatan"[86]

diperkuat dengan hal yang disampaikan oleh bapak Alfan selaku staf Lapas Banyuwangi dalam wawancara berikut:

> "awalnya pembinaan kemandirian ini dibentuk sejak Rutan Banyuwangi menjadi Lapas Banyuwnagi yaitu tahun 2005. Dibentuknya ya sejak adanya undang-undang nomor 12 tahun 1995 yakni pemenjaraan menjadi pemasyarakatan dimana warga binaan itu dibina bukan lagi dipenjarakan namun pada saat itu Lapas Banyuwangi masih rutan. Rutan itu tidak ada pembinaan, rutan itu rumah tahanan untuk penitipan tahanan. Seharusnya disetiap kabupaten itu ada rutan, lapas, rubasa dan bapas karena keterbatasan dana dikabupaten tertentu bahwa rutan ya sebagai lapas juga. di rutan hanya ada pembinaan kepribadian belum ada pembinaan kemandirian. bagi warga binaan yang belum divonis tidak boleh mengikuti pembinaan kemandirian terlebih dahulu jika diperbolehkan ada syarat tertentu".[87]

Sesuai dengan pemaparan yang ada diatas, sistem pembinaan narapidana diubah menjadi pemasyarakatan yang dimana sebelumnya adalah kepenjaraan. Sistem Kepenjaraan program pembinaan kepribadian maupun kemandirian tidak ada, warga binaan dimasyarakatkan dengan adanya pembinaan baik pembinaan kepribadian maupun pembinaan kemandirian berdasarkan undang-undang nomor 12 tahun 1995. Sistem pemasyarakatan merupakan suatu tatanan mengenai arah dan batasan serta cara pembinaan warga binaan pemasyarakatan. Menurut undang-undang nomor 12 tahun 1995 tentang pemasyarakatan pasal 5, disebutkan bahwa sistem pemasyarakatan dilaksanakan berdasarkan asas pengayoman,

[86] Mustain, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 12 Desember 2020.
[87] Alfan, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 16 Desember 2020.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

persamaan perlakuan, pelayanan, pendidikan, pembimbingan/pembinaan, penghormatan harkat dan martabat manusia, kehilangan kemerdekaan merupakan satu-satunya penderitaan, serta terjaminya hak untuk tetap berhubungan dengan keluarga dan orang tertentu.

Lahirnya sistem pemasyarakatan memasuki era baru dalam proses pembinaan narapidana dan anak didik, dibina, dibimbing serta dituntut untuk menjadi warga masyarakat yang berguna. Warga binaan diberikan fasilitas dalam pembinaan kemandirian selama menjalankan tindak pidananya. Akan tetapi di Lapas Kelas IIA Banyuwangi berdirinya pembinaan kemandirian berubah setelah menjadi Lapas yaitu pada tahun 2005 yang sebelumnya adalah Rutan dan hanya terdapat program pembinaan kepribadian saja.

Berdasarkan keputusan menteri kehakiman Republik Indonesia nomor: M.02- PK.04.10 Tahun 1990 tentang pola pembinaan narapidana bisa dibagi dalam 2 bidang, yaitu pembinaan kepribadian dan pembinaan kemandirian. Peneliti menemukan bahwa terdapat tiga program dalam pembinaan kemandirian di Lapas kelas IIA Banyuwangi yaitu program kerajinan, pertanian, dan membatik. Adapun Pola atau strategi yang diterapkan sangat sederhana. Hal tersebut disampaikan oleh pembina kemandirian yaitu bapak Mustain, menuturkan bahwa:

> "Pola pembinaannya kita (petugas) ajari, belajar dari teman juga dan kadang mengadakan pelatian mendatangkan orang dari luar Lapas. jarang petugas yang bisa dalam hal ini mungkin hanya bisa teorinya saja masalah praktek masih pinteran narapidananya. Alat semua lengkap, menjamin keselamatannya dan diberikan premi (uang tabungan) misal kalau ada barang yang laku kita berikan upah pada

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

> narapidana. sebenarnya tidak ada pola/strategi khusus yang diterapkan dipembinaan kemandirian ini, petugas disini hanya mengawasi dan sebagai fasilitator. Warga binaan disini belajar dari teman jadi teman yang sudah senior disini yang mengajarkan, secara keseluruhan bukan petugasnya. Syukur-syukur kalau sudah punya skill disalah satu bidangnya misalnya tukang kayu atau membatik. di pembinaan kemandirian khususnya dikerajinan setiap narapidana diperbolehkan untuk berpindah-pindah misalnya ada orang yang pertukangan kemudian berpindah dibagian menjahit, upaya seperti itu untuk mengurangi kejenuhan atau kebosanan narapidana sedangkan batik, pertanian dan membatik sudah memiliki tugas masing-masing ".[88]

Hal ini juga dituturkan oleh bapak Alfan sebagai staf di Lapas Banyuwangi bahwa pola atau cara yang digunakan adalah:

> "Pola pembinaan yang ada disini itu mbak, Petugas menjadi fasilitator bagi warga binaan sehingga dalam setiap tahunnya jika ada ide-ide baru terkait dengan kegiatan-kegiatan yang akan dilaksanakan akan dirapatkan bersama sesuai kemampuan petugas lapas kadang juga diadakan pelatihan bagi yang belum ada modal ilmu untuk anggota baru".[89]

Sebagaimana pernyataan dari bapak Eko selaku pembina program membatik, sebagai berikut :

> "Pola yang kami terapkan diprogram ini itu mbak, kita adakan pelatihan terlebih dahulu mbak bagi anggota baru. Karena teknik membatik itu tidak bisa ngawur harus belajar teknik-tekniknya. Pembina disini sebagai pengawas dan failitator saja mbak".[90]

Berdasarkan pemaparan diatas, adapun pola pembinaan kemandirian di Lapas kelas IIA Banyuwangi adalah sebagai berikut: *Pertama*, petugas menjadi fasilitator. *Kedua*, para warga binaan belajar dari teman. *Ketiga*, diadakan pelatihan. Petugas hanya memberikan teori saja secara prakteknya warga binaan yang lebih mampu. dalam program kerajinan

[88] Mustain, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 12 Desember 2020.
[89] Alfan, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 16 Desember 2020.
[90] Eko Priyo, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 18 Maret 2021.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

diperbolehkan untuk berganti-ganti tugas misalnya awalnya pertukangan kemudian menjahit, upaya tersebut untuk mengurangi kebosanan para warga binaan.

Tujuan pembinaan kemandirian yaitu memberikan pengalaman dan ketrampilan. Dimana dengan memberikan pengalaman dan ketrampilan ini sesuai penuturan oleh bapak Mustain selaku petugas pembinaan kemandirian, sebagai berikut:

> "Kalau untuk tujuannya sendiri sebenarnya sama, semua pembinaan kemandirian untuk membentuk mereka mempunyai ketrampilan, syukur-syukur mereka sudah mempunyai skill dalam salah satu bidangnya misalnya dia tukang kayu, atau menjahit. Selain diberikan ketrampilan, ada lagi tujuan dalam pembinaan kemandirian ini yaitu diberikan kegiatan agar tidak stres karena banyak ngelamun didalam kamar dan dari pada pengangguran, menambah pengetahuan buat bekal kalau nanti sudah pulang biar buka usaha secara mandiri, dan buat kegiatan biar fikirannya tidak ngelamun kemana-mana. Pembinaan kemandirian program ketrampilan ini hanya kriminal saja yang diperbolehkan untuk gabung. Kasus korupsi, narkoba, dan teroris tidak diperbolehkan gabung".[91]

Hal ini selaras dengan penuturan bapak Alfan selaku petugas staf Lapas, bahwa:

> "Tujuan dari pembinaan kemandirian (1) mengusir kejenuhan, pembinaan kemandirian sebagai alternatif mengusir kejenuhan dengan mengikuti pembinaan kemandirian dari pagi sampai sore kemudian masuk kamar sudah capek dan tidur. (2) menambah ilmu sebagai bekal setelah keluar dari lapas. (3) sebagai bekal untuk buka usaha saat sudah bebas atau bisa buka usaha secara mandiri".[92]

Pernyataan dari bapak eko tentang tujuan pembinaan kemandirian, sebagai berikut:

[91] Mustain, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 12 Desember 2020.
[92] Alfan, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 16 Desember 2020.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

> "Tujuannya yaitu para warga binaan setelah keluar dari Lapas Banyuwangi memiliki ketrampilan yang bisa bernilai ekonomi bahkan mampu mendirikan usaha batik"

Selain menjadi bekal untuk mendirikan usaha secara mandiri setelah keluar dari Lapas nanti, pembinaan kemandirian juga menjadi alternatif untuk mengurangi kejenuhan di dalam Lapas dengan kegiatan ini juga fikiran tidak lari kemana-mana artinya fokus ke pekerjaan, tidak dipungkiri bahwa narapidana akan merasakan stres dengan keadaan didalam Lapas yang berbeda dengan lingkungan pada umumnya. Penentuan subjek pada kegiatan pembinaan kemandirian ini tidak ada seleksi khusus artinya siapa yang minat diperbolehkan untuk bergabung hanya saja ada ketentuan tertentu misalnya di program kerajinan kasus kriminal saja yang diperbolehkan. Hal ini sesuai dengan pernyataan oleh bapak Mustain, sebagai berikut:

> "Tidak ada seleksi karena sudah tahu pasal dan data kasusnya setiap narapidana. Hanya saja yang diperboleh kasus kriminal saja yang bergabung dalam kerajinan"[93]

Senada dengan hasil wawancara bersama bapak Alfan, berikut:

> "Pertama mungkin tidak ada seleksi namun nanti akan ditanyai oleh petugas, minat maupun bakatnya. Seleksinya pada saat penempatan. Kebanyakan yang mengikuti pembinaan kemandirian adalah kriminal bukan berarti dari kasus lain tidak boleh mengikuti hanya saja yang boleh dipekerjakan diluar tembok itu hanya kasus kriminal saja. Orang-orang narkoba, tipikor tidak boleh dipekerjakan diluar tembok lapas karena ada satu lain hal. Warga binaan yang mengikuti kurang lebih 25-30 orang disetiap program pembinaan kemandirian ".[94]

[93] Mustain, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 12 Desember 2020.
[94] Alfan, diwawanarai oleh Penulis, Jember, 16 Desember 2020.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Akan tetapi berbeda dengan program membatik dalam penyeleksian anggota seperti openuturan oleh bapak Eko selaku pembina program batik, sebagai berikut:

> "Pertama warga binaan sebelum ikut kegiatan membatik ditanya terlebih dahulu oleh koordinator membatik, ditanya ikut membatik apa tidak apa cuma modus aja atau cuma ikut-ikutan karena nanti kalau ikut-ikutan atau cuma modus mending tidak usah karena ini pekerjaan yang pasti dan bukan main-main. kemudian selain itu petugas Lapas juga mengadakan lomba yaitu meliputi lomba desain atau lomba-lomba keahlian membatik yang lain tapi yang diadakan yaitu lomba desain batik untuk menstimulus semangat warga binaan dalam kegiatan membatik dan ada kategori khusus untuk desain membatik. Jumlah anggota wara binaan yang mengikuti program membatik yaitu 30 orang".[95]

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan bahwa pola pembinaan kemandirian di Lapas Banyuwangi sangat sederhana yaitu *pertama*, pembina sebagai fasilitator secara prakteknya warga binaan lebih mampu. Kedua, warga binaan belajar dari teman yang sudah lama. Ketiga, diadakan pelatihan. Jenis program yang terdapat dalam pembinaan kemandirian yakni kerajinan, pertanian, dan membatik. Setiap program memiliki aturan sendiri dalam pemilihan anggota, program pertanian dan kerajinan tidak ada seleksi secara khusus akan tetapi berbeda dengan program membatik terdapat seleksi secara khusus karena terdapat teknik-teknik membatik yang tidak sembarang orang bisa melakukannya. Adapun jumlah anggota disetiap programnya yaitu kurang lebih 25-30 orang. dalam program kerajinan diperbolehkan untuk berganti-ganti tugas upaya tersebut untuk mengurangi kebosanan para warga binaan.

[95] Eko Priyo, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 18 Maret 2021.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Pembinaan kemandirian terdapat tiga program kegiatan yaitu kerajinan, pertanian dan membatik. Kerajinan sendiri terdapat beberapa kegiatan yakni membuat almari, telnan, cobek, Peralatan makan, wadah buah, membuat keset, membuat bunga dari botol bekas, dan tempat tisu. Tempat kerjanya menjadi satu ruangan, saling berdampingan dan setiap anggotanya memiliki tugas masing-masing. Jam kerja kerajinan dimulai pada pukul 08.00 pagi sebelum dimulai aktivitas masing-masing diadakan upacara pagi yang dipimpin oleh petugas pembinaan kemandirian lokasinya terletak didalam lapas tepatnya diblok narkoba selesai pada pukul 15.00 sore. Bahan baku untuk kerajianan diperoleh dari pihak ketiga atau lembaga yang bekerjasama dan akan bagi untung setelah terjual nanti setiap bulannya anggota mendapatkan upah dalam bentuk tabungan. Secara fasilitas cukup lengkap, diakhir bulan diadakan evaluasi tentang absensi setiap anggota jika terdapat anggota yang sering tidak mengikuti kegiatan akan diberikan sanksi secara tegas seperti tidak boleh mengikuti kegiatan kerajinan lagi. Partisipan yang diperbolehkan hanya kasus kriminal saja.

Program pertanian berlokasi di dalam lapas dan diluar lapas. Adapun tanaman yang ada didalam lapas yaitu sayur-sayuran sedangkan diluar lapas berbagaimacam dan tergantung pada cuaca yang sedang terjadi yaitu buah melon, cabe, kacang panjang, dan padi. Masa panen kurang lebih tiga bulan, jam kerja dimulai pada pukul 08.00 pagi diantar dengan kendaraan yang sudah disediakan oleh lapas sebelum berangkat ke lokasi dilakukan

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

perhitungan terlebih dahulu dan memakai seragam. Kegiatan membatik dimulai pada jam 08.00-15.00 sore, rutinitas dilakukan secara konsisten dan serius agar memberikan hasil yang cepat dan produksi semakin berkembang. Membatik dilakukan dalam satu ruangan dimana terdapat berbagai alat seperti canting, alat untuk pengering, kompor, wajan, dan lainnya. Saling berdampingan dalam pengerjaannya. Keahlian yang didapatkan dalam mengikuti membatik dibagi empat yaitu keahlian mendesain batik, keahlian mencanting, keahlian mewarnai, dan keahlian *finishing.*

2. Manfaat pembinaan kemandirian sebagai upaya mengurangi stres pada warga binaan di Lapas IIA Banyuwangi.

Program pembinaan kemandirian adalah salah satu program yang ada di Lapas Banyuwangi diharapkan dapat memberikan bekal ketrampilan atau keahlian dalam bidang tertentu. Sehingga warga binaan yang telah keluar dari lembaga ini bisa mandiri nantinya dalam mencari mata pencaharian. Beberapa orang telah mengikuti program pembinaan kemandirian dan merasakan manfaat dari program tersebut. Hal ini sesuai dengan penuturan salah satu warga binaan yaitu SL (kerajinan) saat diwawancarai, sebagai berkut:

> "Alhamdulillah dengan mengikuti program pembinaan kemandirian ini bisa mengurangi beban fikiran karena kalau dikamar saja yang difikirkan aneh-aneh mbak mending mengikuti kegiatan ini sekaligus bisa mengembangkan ketranpilan, menambah pengalaman dan mengisi waktu yang kosong mbak. banyak manfaatnya mbak dan fokus kerja saja mbak, udah jarang fikiran yang seperti itu".[96]

[96] SL, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 17 November 2020.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Hal ini selaras dengan penuturan SR (batik) saat diwawancarai, bahwa:

> "Manfaat mengikuti program pembinaan kemandirian ini untuk menambah pengetahuan, mengembangkan kemampuan kembali yang sempat vakum dan bisa bermanfaat bagi diri sendiri. Selain itu, dari pada dikamar saja dan jenuh sekaligus mengembangkan kembali kemampuan design saya mbak".[97]

Sedikit berbeda dengan penuturan JK dalam program pertanian, sebagai berikut:

> "Dengan mengikuti kegiatan pembinaan kemandirian ini saya bisa memberikan hasil tanam pada para petugas dan teman-teman yang ada di Lapas seperti memberikan sayur. Dari berbagi itu saya merasa bahagia dan mengikuti program pembinaan kemandirian ini biar tidak jenuh mbak dalam Lapas. Kan tidak ada kegiatan lagi selain shalat, ngaji jadi saya mengikuti program ini sekaligus belajar juga untuk bekal kalau sudah pulang nanti".[98]

Manfaat yang diperoleh dari mengikuti program pembinaan kemandirian selain sebagai bekal untuk membuka usaha secara mandiri setelah bebas nanti, juga mengurangi beban fikiran dan agar tidak berfikiran yang bermacam-macam karena dengan berdiam diri tanpa melakukan hal apapun sering berfikiran yang bermacam-macam seperti pada kondisi awal masuk di lapas.

Hal ini seperti yang diungkapkan oleh SR, perasaan pertama kali masuk di lapas bahwa:

> "Perasaannya takut, cemasnya tinggi, bingung, pada intinya tidak karuan mbak yang difikirin macam—macam".[99]

Hal ini senada dengan penuturan oleh AS, sebagai berikut:

[97] SR, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 19 November 2020.
[98] JK, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 19 November 2020.
[99] SR, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 19 November 2020.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

> "Ya resah, bingung dan tidak karuan rasanya mbak. belum bisa menerima ada penolakan dengan keadaan seperti ini yang harus tinggal di lapas dengan waktu yang tidak sebentar mbak".[100]

Program pembinaan kemandirian salah satu alternatif untuk mengembangkan kemampuan diri dan sarana untuk mengelola stres, tidak dipungkiri bahwa warga binaan juga merasakan stres pada awal masuk Lapas. Sebagaimana pengertian dari stres menurut Lazarus dan Folkman yaitu hasil (akibat) dari ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan artinya tuntutan itu lebih besar dari pada kemampuan yang dimiliki individu. Lingkungan Lapas berbeda dengan lingkungan pada umumnya. Dimana ada aturan yang harus dipatuhi, tempat tidur yang tidak seluas kamar dirumah dan harus berbagi tempat dengan yang lain. Jam aktivitas di luar kamar dibatasi seperti pada jam 6 pagi pintu setiap kamar dibuka artinya warga binaan diperbolehkan untuk beraktivitas diluar kamar, kemudian pada jam 5 sore sudah harus masuk kamar.

Adapun motif yang melatarbelakangi warga binaan untuk mengikuti pembinaan kemandirian yaitu agar tidak jenuh di dalam kamar selain melakukan kegiatan beribadah dan juga durasi kerjanya cukup lama serta tersistematis. Saat warga binaan merasa cemas atau bingung cara mengatasinya yaitu dengan berinteraksi seperti penuturan oleh SL, yaitu:

> "ngobrol-ngobrol dengan teman-teman mbak biar mengurangi rasa cemas atau bingung itu mbak dan juga belajar mengaji agar lebih paham".[101]

[100] AS, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 19 November 2020.
[101] SL, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 17 November 2020.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Cara yang digunakan oleh SP, yaitu:

> "Biasanya saya tidur dan kadang-kadang saya jalan-jalan kekamar teman-teman terus ngobrol mbak".[102]

Berikut penuturan AS cara yang digunakan olehnya. Sebagai berikut:

> "Alhamdulillah dengan mengikuti kegiatan pembinaan kemandirian ini mengurangi rasa cemas saya mbak. saya lebih banyak memikirkan pekerjaan dari pada memikirkan yang lainnya".[103]

Pelaksanakan kegiatan pembinaan kemandirian dimulai pada jam 8 pagi selesai pada jam 4 sore, hari aktif senin sampai sabtu jika ada kerjaan yang belum selesai dikerjakan pada hari minggu dan lembur. Sesuai penuturan oleh AS, sebagai berikut:

> "Pembinaan kemandirian di Lapas Banyuwangi sangat maju mbak setiap harinya pekerjaannya full. Liburnya kadang hari minggu tapi kalau ada pekerjaan yang belum selesai ya lembur jadi hari minggunya tidak libur".[104]

Hal ini, selaras dengan penuturan JK :

> "Menurut saya, pelaksanaan kegiatan pembinaan kemandirian ini cukup baik. Setiap harinya kita masuk hanya libur hari minggu saja dalam kegiatan pertanian ini ada pembagian tugas".[105]

Dari pemaparan diatas bahwa manfaat dari pembinaan kemandirian ini sangat banyak sekali selain menambah wawasan, pengalaman juga sebagai bekal untuk membuka usaha secara mandiri setelah bebas nanti, mengurangi beban fikiran dan agar tidak berfikiran yang bermacam-macam karena dengan berdiam diri tanpa melakukan hal apapun sering berfikiran yang bermacam-macam seperti pada kondisi awal masuk di

[102] SP, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 17 November 2020.
[103] AS, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 19 November 2020.
[104] AS, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 19 November 2020.
[105] Jk, diwawancarai oleh Penulis, Jember, 19 November 2020.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

lapas. Kondisi awal masuk lapas tidak dipungkiri bahwa warga binaan merasa tertekan dengan adanya perubahan situasi, lingkungan baru dan orang-orang baru.

Merasa tertekan, merasa cemas tanpa ada aktivitas apapun akan mengalami keadaan yang lebih buruk untuk kesehatan mental. Cara mengatasi yang digunakan warga binaan berbagai macam yaitu beribadah, berinteraksi dengan teman-teman, jalan-jalan, dan tidur. Pelaksanaan kegiatan pembinaan kemandirian ini telah terjadwal yang sudah diatur oleh petugas lembaga pemasyarakatan. Adapun jadwal kegiatan pembinaan kemandirian yaitu pada hari senin-sabtu dimulai pada jam 08.00-16.00 sore, jika ada pekerjaan yang masih belum selesai hari minggu bisa lembur maupun malam hari.

C. Pembahasan Temuan

1. Pola pembinaan kemandirian pada warga binaan di Lapas kelas IIA Banyuwangi.

Pada awalnya pembinaan narapidana di Indonesia yaitu menggunakan sistem kepenjaraan kemudian dengan adanya undang-undang nomor 12 tahun 1995 menjadi pemasyarakatan. Pemasyarakatan adalah kegiatan untuk melakukan pembinaan pada warga binaan sesuai dengan sistem, kelembagaan, dan cara pembinaan. Sistem pembinaan narapidana yang dikenal dengan nama pemasyarakatan, mulai dikenal pada tahun 1964 ketika dalam konferensi dinas kepenjaraan di Lembang, pada tanggal 27 april 1964 Dr. Sahardjo menciptakan gagasan perubahan

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

tujuan pembinaan narapidana dari sistem kepenjaraan menjadi sistem pemasyarakatan. Akan tetapi perubahan yang diterapkan di indonesia mulai pada tahun 1995 sesuai dengan undang-undang nomor 12 tahun 1995. Berdasarkan keputusan menteri kehakiman republik Indonesia Nomor: M.02- PK.04.10 Tahun 1990 tentang pola pembinaan narapidana bisa dibagi dalam 2 bidang yaitu pembinaan kepribadian dan pembinaan kemandirian.[106]

Lembaga Pemasyarakatan Banyuwangi berdiri pada tahun 1917. Pada tahun 2005 beralih menjadi Lapas, yang sebelumnya adalah Rutan. Rutan yaitu rumah tahanan untuk penitipan tahanan dan saat masih menjadi rutan pembinaan yang ada hanya pembinaan kepribadian sedangkan saat beralih menjadi Lapas terdapat penambahan pembinaan kemandirian sesuai dengan undang-undang nomor 12 tahun 1995. Hasil temuan menunjukkan bahwa Pembinaan yang terdapat di Lapas Banyuwangi yaitu pembinaan kepribadian meliputi kegiatan olahraga, kegiatan kerohanian (bagi muslim ada pengajian bagi non-muslim ada kebaktian), kejar paket C, dan kesenian. Sedangkan pembinaan kemandirian meliputi program kerajinan, pertanian dan membatik.

Pembinaan tidak dapat hanya dilakukan oleh petugas pemasyarakatan saja, akan tetapi sangat diperlukan bantuan dari pihak ketiga yang terlibat dalam pembinaan kemandirian warga binaan. pihak ketiga yang terlibat dalam kegiatan ini adalah UT pelangi sari dan batik

[106] Septa Juliana.,31.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

pringgo kusumo. Jadi dalam tercapainya kegiatan pembinaan maka petugas dan UT Pelangi sari bekerja sama dalam pembinaan kemandirian yang berupa ketrampilan. Dalam pelaksanaan pembinaan, petugas UT Pelangi sari melakukan kunjungan sebulan sekali ke Lapas Banyuwangi dan bahan baku dari UT Pelangi sari, tetapi dalam pelaksanaan pembinaan tidak hanya pihak UT Pelangi sari saja yang mendampingi namun petugas pemasyarakatan juga bertanggung jawab atas terlaksananya pembinaan kemandirian.

Pola adalah cara kerja, model, sistem, dan bentuk yang tetap.[107] Hasil temuan pola pembinaan kemandirian pada warga binaan pada saat dilakukan wawancara dengan petugas pemasyarakatan dengan mengetahui informasi mengenahi pola pembinaan, petugas mengatakan dalam pola pembinaan kemandirian ini yaitu dengan sederhana dimana petugas menjadi fasilitator sedangkan para warga binaan belajar dari teman yang sudah lama dan juga terdapat pelatihan dimana pelatihnya dari orang luar Lapas diadakan pada waktu tertentu. Petugas hanya memberikan teori saja akan tetapi secara prakteknya warga binaan yang lebih mampu. dalam program pembinaan kemandirian diperbolehkan untuk berganti-ganti tugas misalnya awalnya pertukangan kemudian menjahit, upaya tersebut untuk mengurangi kebosanan para warga binaan.

Selain pola pembinaan terdapat pelaksanaan pembinaan kemandirian untuk narapidana. di Lembaga Pemasyarakatan merupakan Lembaga yang

[107] Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

menampung orang-orang yang bermasalah sehingga mereka diberikan pembinaan. Pelaksanaan pembinaan ini berupa praktek ketrampilan unuk melatih kemandirian warga binaan. secara umum, kemandirian yaitu suatu sikap yang berupa keputusan untuk mengambil resiko, mengatur diri sendiri, menemukan pilihan serta menyelesaikan masalah secara sendiri tanpa memperoleh atau bantuan dari orang lain. Sedangkan menurut Streinberg, kemandirian yaitu kemerdekaan atau kebebasan yakni kapasitas individu dalam memberlakukan dirinya sendiri serta suatu kondisi dimana seseorang tidak tergantung kepada oang lain dalam menentukan keputusan.[108] Kedua pengertian diatas memperkuat bahwa seseorang dituntut tidak ketergantungan dengan orang lain.

Hasil temuan sesuai dengan teori bahwa tujuan dari pembinaan Selain menjadi bekal untuk mendirikan usaha secara mandiri setelah keluar dari lapas nanti, pembinaan kemandirian juga menjadi alternatif untuk mengurangi kejenuhan di dalam lapas dengan kegiatan ini juga fikiran tidak lari kemana-mana artinya fokus ke pekerjaan, tidak dipungkiri bahwa narapidana akan merasakan stres dengan keadaan didalam lapas yang berbeda dengan lingkungan pada umumnya. Dalam pemilihan peserta petugas sangat berperan penting dengan berjalannya kegiatan tersebut. Penentuan subjek pada kegiatan pembinaan kemandirian ini tidak ada seleksi khusus artinya siapa yang minat diperbolehkan untuk bergabung hanya saja ada ketentuan tertentu misalnya di program

[108] Ahmad Susanto.,95.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

kerajinan kasus kriminal saja yang diperbolehkan bukan berarti dari kasus lain tidak diperboleh mengikuti hanya saja yang boleh dipekerjakan diluar tembok itu hanya kasus kriminal karena ada satu lain hal yang tidak bisa disebutkan. Adapun program yang berada diluar tembok yaitu pertanian.

2. Manfaat pembinaan kemandirian sebagai upaya mengurangi stres pada warga binaan di Lapas kelas IIA Banyuwangi.

Hasil dari proses wawancara dan observasi, Kondisi warga binaan pertama kali menjadi penghuni Lembaga Pemasyarakatan yaitu merasa tertekan karena adanya perubahan situasi dan merasa harus beradaptasi dengan lingkungan baru serta orang-orang baru, mereka yang tidak mampu beradaptasi akan mengalami kesulitan dalam bersosialisasi sehingga warga binaan akan lebih banyak berdiam diri. Ruang gerak yang terbatas, perubahan kondisi dimana lingkungan lapas berbeda dengan lingkungan pada umumnya, hal seperti itu akan menjadi pemicu stres bagi warga binaan yang ada di lembaga pemasyarakatan.

Menurut Lazarus dan Folkman, stres merupakan hasil (akibat) dari ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan artinya tuntutan itu lebih besar dari pada kemampuan yang dimiliki individu. Adapun gejala-gejala stres yaitu secara *mental* ketidakmampuan berkonsentrasi, kehilangan rasa percaya diri, bingung, pandangan yang kosong atau melamun, tingginya tingkat kecemasan dan ketakutan. Secara *emosional* kemarahan yang meledak, perasaan putus asa, merasa bersalah, mimpi buruk, sulit tidur, merasa tidak aman dan tidak nyaman. Secara *fisik* terasa

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

pusing, kurang selera makan, meningkatnya asam lambung, kelelahan, kelesuan, diare, dada nyeri dan gemuk atau kurus.[109]

Lembaga pemasyarakatan banyuwangi memiliki dua pembinaan sesuai dengan aturan undang-undang nomor 12 tahun 1995 yaitu pembinaan kepribadian dan pembinaan kemandirian. salah satu pembinaan yang dijadikan bahan penelitian adalah pembinaan kemandirian. kegiatan Pembinaan kemandirian dimulai pada jam 07.30-15.00 sore hari senin-kamis sedangkan jumat-sabtu 07.30-14.00, hari minggu terkadang masih ada lembur jika terdapat pekerjaan yang belum tuntas. Seleksi peserta dalam kegiatan ini adalah kriminal yang mendominasi karena selain kriminal tidak boleh diperkerjakan diluar tembok Lapas. Adapun program yang berada diluar tembok yaitu pertanian. Pada dasarnya pertanian memiliki dua tempat yaitu diluar tembok dan didalam tembok.

Berdasarkan hasil dari proses wawancara, alasan warga binaan beragam yaitu menambah pengetahuan, mengasah kemampuan kembali, guna bisa mendirikan usaha secara mandiri setelah bebas nanti, menambah teman, dan agar tidak hanya berdiam diri dalam kamar tanpa kegiatan apapun yang akan memunculkan berbagai fikiran yang beragam. Manfaat dalam pembinaan kemandirian ini juga banyak yaitu mengurangi beban fikiran dimana sebelumnya saat didalam kamar saja tanpa ada aktivitas yang difikirkan bermacam-macam dengan mengikuti kegiatan ini fikirannya lebih berfokus pada pekerjaan, menambah relasi teman,

[109] Ekawarna.,205.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

menambah ilmu serta pengalaman. Tidak dipungkiri bahwa warga binaan juga mengalami cemas, bingung dan keresahan saat di Lapas. Masing-masing individu memiliki strategi mengatasi stres yang berbeda-beda. Cara yang digunakan warga binaan untuk mengatasi keresahan atau kecemasan, sebelum mengikuti kegiatan pembinaan kemandirian yaitu dengan beribadah, tidur, jalan-jalan kekamar teman, dan berinteraksi dengan teman.

Strategi yang digunakan oleh individu dalam mengatasi stres disebut *coping stres. Coping stres* yaitu suatu proses pemulihan kembali dari pengaruh pengalaman stres atau reaksi fisik dan psikis yang berupa perasaan tidak enak, tidak nyaman atau tertekan yang sedang dihadapi oleh individu. Meliputi strategi kognitif dan perilaku yang digunakan untuk mengelola situasi stres dan emosi negatif yang tidak menguntungkan.[110] Macam-macam *coping* stres itu beragam diantaranya adalah *Rational-Emotive Therapy,* meditasi, relaksasi, olahraga atau memelihara kebugaran jasmani, aktivitas kontruktif, dan beribadah.[111]

Menurut teori Richard Lazarus terdapat dua bentuk *coping*, yaitu dengan memfokuskan diri untuk menyelesaikan masalah *(problem-focused coping),* dan berorientasi pada emosi *(emotion focused coping).* Kemudian dengan memikirkan kembali masalah melalui penilaian kembali, belajar dari pengalaman yang telah terjadi, serta menemukan arti dari

[110] Juli Andriyani.,39.
[111] Farid mashudi., 232.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

pengalaman.[112] Adapun rincian dari kedua bentuk coping tersebut sebagai berikut:

a. *Problem-Focused Coping*

Problem-Focused Coping yaitu istilah yang digunakan lazarus untuk strategi kognitif untuk penanganan atres atau coping yang diterapkan oleh individu untuk menghadapi masalahnya serta berusaha menyelesaikannya. Carver, Scheier dan Weintraub menjelaskan secara rinci mengenai aspek-aspek strategi *coping* dalam *problem-focused coping* antara lain:

a) Keaktifan diri.
b) Perencanaan.
c) Penekanan kegiatan bersaing.
d) Kontrol diri.
e) Dukungan sosial instrumental.

b. *Emotion-Focused Coping*

Emotion-Focused Coping adalah istilah yang diterapkan oleh lazarus untuuk strategi penanganan stres dimana individu memiliki respon terhadap situasi stres dengan cara emosional, terutama dengan menggunakan penilaian defensif. *Emotional Focused Coping* merupakan strategi yang bersifat internal. Carver, scheier dan weintraub menjelaskan aspek-aspek strategi *coping* dalam *emotion-focused coping*, sebagai berikut:

[112] Carole Wade, Carol Tavris.,315.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

a) Dukungan sosial emosional.

b) Interpretasi positif.

c) Penerimaan.

d) Penolakan.

e) Religiusitas. [113]

Program pembinaan kemandirian merupakan aktivitas kontruktif. Program pembinaan kemandirian menjadi salah satu alternatif untuk mengembangkan kemampuan diri dan sarana untuk mengelola stres, tidak dipungkiri bahwa warga binaan juga merasakan stres pada awal masuk Lapas.

[113] Juli Andriyani., 42.

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian dan pembahasan melalui wawancara, observasi maka dapat disimpulkan bahwa pola pembinaan kemandirian sebagai upaya mengurangi stres pada warga binaan adalah:

1. Pola pembinaan kemandirian pada warga di Lapas Banyuwangi dilakukan dengan diadakan pelatihan, belajar dari teman dan petugas hanya sebagai pengawas saja atau fasilitator. dalam pelaksanaannya narapidana lebih mampu sesuai dengan bidang masing-masing yang diikuti. Warga binaan diperbolehkan untuk bergonta-ganti program dalam pembinaan kemandirian untuk meminimalisir rasa bosan.
2. Manfaat pembinaan kemandirian ialah sebagai bekal untuk membuka usaha secara mandiri bagi warga binaan setelah bebas nanti, menjadi wadah untuk mengasah kembali kemampuan warga binaan selama menjalani masa tahanan, memperluas jaringan pertemanan karena tidak dipungkiri bahwa hakikatnya adalah makhluk sosial yang membutuhkan untuk berinteraksi, dan melalui kegiatan pembinaan kemandirian ini warga binaan mampu mengelolah stres yang dirasakan dengan mengikuti program yang disediakan dan sesuai kemampuan serta yang diminati sehingga bisa meminimalisir tingkat stres dalam diri warga binaan.

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

B. Saran

Kegiatan pembinaan kemandirian di Lembaga Pemasyarakatan kelas IIA Banyuwangi sudah sangat baik. Akan tetapi ada beberapa saran yang bisa disampaikan dalam penelitian ini untuk lebih meningkatkan kualitas ketrampilan warga binaan, yaitu sebagai berikut:

1. Peneliti yang akan melakukan penelitian selanjutnya, disarankan untuk mencari dan membaca refrensi lain lebih banyak lagi sehingga hasil penelitian selanjutnya akan semakin baik serta dapat memperoleh ilmu pengetahuan yang baru khususnya bagi mahasiswa bimbingan dan konselinng islam fakultas dakwah.
2. Memperbanyak materi pelatihan pembinaan sehingga semakin banyak hal yang dapat dipelajari oleh warga binaan pemasyarakatan. Materi pelatihan tidak hanya bersifat praktik lapangan tetapi juga kursus-kursus bahasa maupun komputer sehingga warga binaan memiliki bekal yang dapat digunakan secara maksimal ketika telah keluar dari Lapas kelas IIA Banyuwangi.

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

DAFTAR PUSTAKA

Abadi, Oktavia Tria. "Pola Pembinaan Narapidana Untuk Melatih Kemandirian Berwirausaha Dilembaga Pemasyarakatan Kelas II B Klaten" .Skripsi, IAIN Surakarta, 2017.

Al Quran, 2:155.

Andriyani, Juli. "Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problem Psikologis". *Jurnal At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam,*Volume 2, Nomor 2, (Juli-Desember 2019).

Aria Wijaya, Kukuh. "Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Kabupaten Jember". Skripsi, Universitas Jember, 2015.

Buahatika, Eren."Upaya Petugas Lembaga Pemasyarakatan Dalam Mengatasi Stres Pada Narapidana Di Lapas Perempuan Klas IIB Bengkulu" .Skripsi, IAIN Bengkulu, 2019.

Djam'an Satori dan Aan Komariah, *Metodologi Penelitian Kualitatif* . Bandung: Alfabeta, 2017.

Ekawarna. *Manajemen Koonflik Dan Stres.* Jakarta: PT Bumi Aksara. 2018.

Enggarsasi, Umi. "Pola Pembinaan Narapidana Dalam Memberikan Kontribusi Keberhasilan Pembinaan Narapidana Di Indonesia*",Jurnal Fakultas Hukum Iniversitas Wijaya Kusuma,*Vol. XVIII, No. 3 (September Tahun 2013).

Farid Mashudi. *Psikologi Konseling*. Jogjakarta: IRCIoD. 2013.

Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI).

Marisna Yulianti, Dan Mustika Adelyne Soni Putri. "Kualitas Hidup Pada Narapidna Dilembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Wanita Tangerang".*Jurnal Ilmu Ekonomi Dan Sosial,* Volume 4, Nomor 1, (Maret 2015) .

Maryanto, Diah Rahmawati, Dan Indrati Rini. "Pelaksanaan Pembinaan Yang Bersifat Kemandirian Terhadap Narapidana Dilembaga Pemasyarakatan Kelas II B Slawi". *Jurnal Pembaharuan Hukum,* Vol I ,No. 1 ,(Januari-April 2014).

Milda Wahyu Nuria, Panca Kursistin Handayani Dan Erna Ipak Rahmawati, Perbedaan Tingkat Stres Narapidana Dilembaga Pemasyarakatan Kelas

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

II A Jember Di Tinjau Dari Lama Vonis, *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember*.

Moleong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung : Rosda. 2006.

Alfan, Diwawancarai Penulis, Jember 16 Des 2020.

Rosady Ruslan. *Metode Penelitian Public Relations Dan Komunikas*i. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada. 2008.

Sa'diyah, Rika. "Pentingnya Melatih Kemandirian Anak*", Jurnal FAI*, Vol. XVI, No. 1 (April 2017).

Sekretariat Negara RI, Undang-Undang No 22 Tahun 1999 Pasal 20 Ayat 1 Tentang Syarat Dan Tata Cara Pelaksanaan Hak Warga Binaan Pemasyarakatan.

Sekretariat Negara RI, Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 Tentang Pemasyarakatan.

Sekretariat Negara RI, Undang-Undang Republik Indonesia Pasal 14 Ayat 1.

Septa Juliana, "Pelaksanaan Pembinaan Kemandirian Narapidana Dilembaga Pemasyarakatan Kelas II A Bengkalis Kabupaten Bengkalis", *Jurnal Ilmu Pemerintahan* Volume 1, Nomer 1 (April, 2015).

Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitaif Dan R&D.* Bandung : Alfabeta. 2017.

Susanto, Ahmad. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah.* Jakarta: Prenadamedia Group, 2018.

Syamsu Yusuf, Juntika Nurihsan. *Landasan Bimbingan Dan Konseling.* Bandung: PT Remaja Rosdakarya. 2012.

Tim Penyusun. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Jember: IAIN Jember Press. 2017.

Wade Carole , Tavris Carol. *Psikologi*. Jakarta : Erlangga. 2007.

Wy, diwawancarai Penulis, Banyuwangi Februari 2020.

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Yuliana, Putri Anisa. “Program Pembinaan Kemandirian Di Lembaga Pemasyarakatan Terbuka Klas IIB Jakarta”.Skripsi, Uin Syarif Hidayatullah, 2014.

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Dengan ini, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sandy Diana Mardlatillah

NIM : D20163053

Fakultas : Dakwah

Jurusan/ Prodi : BKI

Semester : X (Sepuluh)

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul "**Pola Pembinaan Kemandirian Sebagai Upaya Mengurangi Stres Pada Warga Binaan di Lapas Banyuwangi**" merupakan asli hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali kutipan-kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat, dengan sebenar-benarnya.

Jember, 24 Maret 2021

Saya yang menyatakan

Sandy Diana Mardlatillah

NIM. D20163053

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

MATRIKS PENELITIAN

Judul	Variabel	Sub Variabel	Indikator	Sumber Data	Metodologi	Fokus Penelitian
Pola Pembinaan Kemandirian Sebagai Upaya Mengurangi Stres Pada Warga Binaan Di Lapas Kelas IIA Banyuwangi	1. Pembinaan kemandirian 2. Mengurangi stres	1. Pembinaan 2. Kemandirian 3. 1. Stres 2. Coping stres	a. Pembinaan kepribadian b. Pembinaan kemandirian a. Bertanggung jawab b. Mengatur diri sendiri c. Kebebasan atas dirinya a. Sering melamun b. Insomnia (sulit tidur) c. Kurang selera makan d. Bungkam seribu bahasa e. Gelisah atau cemas f. Perubahan hidup a. Relaksasi b. Meditasi c. Olahraga d. Aktivitas e. Kontruktif f. Pendekatan RET	Informan : 1. Petugas lapas banyuwangi 2. Warga binaan lapas banyuwangi	1. Pendekatan dan jenis penelitian kualitatif deskriptif. 2. Metode pengumpulan data : a. Wawancara b. Observasi c. Dokumentasi 3. Metode analisis data: a. Pengumpulan data b. Reduksi data c. Penyajian data d. Penarikan kesimpulan.	1. Bagaimana pola pembinaan kemandirian pada warga binaan di lapas kelas IIA Banyuwangi? 2. Bagaimana manfaat pembinaan kemandirian sebagai upaya mengurangi stres pada warga binaan di lapas kelas IIA Banyuwangi?

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

PEDOMAN WAWANCARA

A. Pertanyaan untuk petugas

1. Bagaimana sejarah berdirinya pembinaan kemandirian dilapas?
2. Sejak tahun berapa pembinaan kemandirian berdiri?
3. Bagaimana Dampak sebelum dan sesudah berdirinya pembinaan kemandirian?
4. Bagaimana pola pembinaan narapidana dilembaga pemasyarakatan kelas II A banyuwangi dengan pembinaan kemandirian ?
5. Apa tujuan dari program pembinaan kemandirian bagi warga binaan?
6. Apa ada pola atau metode yang diterapkan dalam pembinaan kemandirian ini?
7. Dalam pembinaan kemandirian pada warga binaan, adakah kerjasama antara lembaga pemasyarakatan kelas II A Banyuwangi dengan lembaga lainnya?
8. Bagaimana penentuan warga binaan mengikuti pembinaan kemandirian, memilih atau dipilihkan?
9. Output apa saja yang didapatkan warga binaan setelah mengikuti pembinaan kemandirian?
10. Apa saja program yang ada pada pembinaan kemandirian?
11. Apakah ada hubungan warga binaan yang mengikuti pembinaan kemandirian dengan perasaan bosan?
12. Berapa jumlah warga binaan yang mengikuti pembinaan kemandirian?
13. Apa saja hambatan dalam pembinaan kemandirian ?

B. Pertanyaan untuk warga binaan

1. Bagaimana perasaan anda saat berada dalam lapas pertama kali ?
2. Bagaimana manfaat pembinaan kemandirian yang dirasakan oleh warga binaan?
3. Motif apa saja yang melatar belakangi warga binaan untuk bergabung dalam pembinaan kemandirian?

IAIN JEMBER
digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

4. Output apa saja yang didapat warga binaan setelah mengkuti pembinaan kemandirian ini ?
5. Apa perubahan yang dialami warga binaan sebelum dan sesudah diberikan atau bergabung dalam pembinaan kemandirian?
6. Bagaimana menurut warga binaan tentang pelaksanaan pembinaan kemandirian dilapas banyuwangi?
7. Jika merasakan stres atau kebingungan, apa yang dilakukan dan apakah dengan kegiatan pembinaan kemandirian ini mampu mengurangi rasa tersebut?

IAIN JEMBER

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

KEMENTERIAN AGAMA RI INSTITUT
AGAMA ISLAM NEGERI JEMBER
FAKULTAS DAKWAH
Jl. Mataram No. 1 Mangli, Telp. (0331) 487550 Fax. (0331) 472005, kode Pos: 68136 Website: fdakwah.iain-jember.ac.id – e-mail: fdiainjember@gmail.com

Nomor : B.1135 /In.20/6.d/PP.00.9/ 10 /2020 8 Oktober 2020

Lampiran : -

Hal : Permohonan Tempat Penelitian Skripsi

Yth.

Kalapas Kelas II A Banyuwangi

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan ini kami memohon dengan hormat agar mahasiswa berikut :

Nama	: Sandy Diana Mardlatillah
NIM	: D20163053
Fakultas	: Dakwah
Progam Study	: Bimbingan dan Konseling Islam
Semester	: IX (sembilan)

Dalam rangka penyelesaian / penyusunan skripsi, yang bersangkutan mohon dengan hormat agar diberi ijin mengadakan penelitian / riset selama ± 30 hari di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin.

Penelitian yang akan dilakukan berjudul "Pola Bimbingan Kerja Kerajinan (Bimker) Sebagai Upaya Mengurangi Stres Pada Warga Binaan di Lapas Kelas II A Banyuwangi"

Demikian atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami sampaikan terimakasih. ***Wassalamu'alaikum Wr.Wb.***

An. Dekan,
Plt. Wakil Dekan Bidang Akademik

Siti Raudhatul Jannah

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA RI
KANTOR WILAYAH JAWA TIMUR
LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIA BANYUWANGI
Jl. Letkol Istiqlah No. 59 Banyuwangi
Telp. (0333) 424737
Email : lapasbanyuwangi@yahoo.co.id

Banyuwangi, 17 Oktober 2020

Nomor : W15.PAS.PAS21.UM.01.01 – 2655
Sifat : **Biasa**
Hal : Tindak Lanjut Permohonan Tempat Penelitian Skripsi

Kepada Yth
Plt. Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Dakwah
Institut Agama Islam Negeri Jember
Di –
JEMBER

Menindaklanjuti surat saudara Nomor B.1135/In.20/6.d/PP.00.9/ 10 /2020 tanggal 08 Oktober 2020 Hal Permohonan Tempat Penelitian Sripsi, bersama ini kami sampaikan bahwa pada prinsipnya kami tidak keberatan menyediakan tempat untuk penelitian Skripsi dalam waktu ± 30 hari di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Banyuwangi dengan pelaksanaan menyesuaikan dari pihak IAIN Jember

Demikian kami sampaikan terima kasih.

KEPALA

K. AKBAR HERRY A.
NIP. 19730917 199603 1 001

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
REPUBLIK INDONESIA
LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIA BANYUWANGI
Jl. Letkol Istiqlah No. 59 Banyuwangi Telp. (0333) 424737– Fax. 412596 Email :lapasbanyuwangi@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : W15.PAS.PAS21.PK.01.04.05-3011

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala Seksi Pembinaan dan Anak Didik Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Banyuwangi, menerangkan bahwa :

Nama	: SANDY DIANA MARDLATILLAH
NIM	: D20163053
Prodi	: Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas	: Dakwah
Perguruan Tinggi	: IAIN Jember

Benar-benar telah mengadakan penelitian di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Banyuwangi terhitung sejak tanggal 17 November 2020 sampai dengan tanggal 17 Desember 2020 dengan judul POLA PEMBINAAN KEMANDIRIAN SEBAGAI UPAYA MENGURANGI STRES PADA WARGA BINAAN DI LAPAS KELAS IIA BANYUWANGI dalam waktu yang telah ditentukan.

Demikian surat keterangan ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk digunakan seperlunya.

Banyuwangi, 18 Desember 2020

An.Kepala
Kasi Binadik

SUNARYO. SH
NIP. 19631125 198302 1 001

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

JURNAL KEGIATAN PENELITIAN

No.	Hari/tanggal	Kegiatan penelitian	Keterangan
1	09 November 2020	Menyerahkan surat izin penelitian	Offline
2	17 November 2020	Melakukan wawancara dengan pak SL (warga binaan)	Online
3	17 November 2020	Melakukan wawancara dengan pak SP (warga binaan)	Online
4	17 November 2020	Melakukan wawancara dengan pak PD (warga binaan)	Online
5	19 November 2020	Melakukan wawancara dengan pak AS (warga binaan)	Online
6	19 November 2020	Melakukan wawancara dengan pak JK (warga binaan)	Online
7	19 November 2020	Melakukan wawancara dengan pak SR (warga binaan)	Online
8	12 Desember 2020	Melakukan wawancara dengan pak Mustain (petugas)	Online
9	16 Desember 2020	Melakukan wawancara dengan pak Alfan (petugas)	Online
10	07 Januari 2021	Penyerahan Surat Selesai Penelitian	Online
11	18 Maret 2021	Melakukan wawancara dengan pak Eko (petugas)	Online

IAIN JEMBER
digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

FOTO PENELITIAN

Kegiatan Pertukangan Membuat Telnan

Kegiatan Kerajinan Membuat Asbak Dan Tempat Tisu

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Pembuatan sendok dan garpu dari kayu

Tanaman kacang panjang dan cabe

IAIN JEMBER
digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Kegiatan Membatik.

Panen buah melon

Hasil batik warga binaan

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

Wawancara secara virtual dengan pak Mustain

Wawancara secara virtual dengan pak Alfan.

Wawancara secara virtual dengan salah satu warga binaan

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id

BIODATA PENULIS

Nama Lengkap	: Sandy Diana Mardlatillah
Tempat, Tanggal Lahir	: Lamongan, 08 Februari 1998
NIM	: D20163053
Fakultas	: Dakwah
Prodi	: Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat	: Jl. Kartiyo RT 01 RW 02 Desa Bulubrangsi Kecamatan Laren Kabupaten Lamongan.

Riwayat Pendidikan :

TK Muslimat 1 NU Bulubrangsi, Lamongan.
MI Manbaul Ulum Bulubrangsi, Lamongan.
Mts Darussalam Bulubrangsi, Lamongan.
MA Matholi'ul Anwar Karanggeneng, Lamongan.

Pengalaman organisasi:

Kabid Keilmuan Organisasi Daerah (Ikamala) (2017-2018)
Anggota IPPNU PKPT IAIN Jember
Anggota Crew Radio Nada FM IAIN Jember
Anggota Institute Of Culture And Islamic Studies (ICIS) IAIN Jember
Anggota Forum Lingkar Pena (FLP) Jember
Anggota Paduan Suara Mahasiswa IAIN Jember

No. Hp : 085748569519
Email : dianasandy91@gmail.com

digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id • digilib.iain-jember.ac.id