DISTRESS PSIKOLOGI PADA RESIKO KERENTANAN BUNUH DIRI

Husni, Widia Lestari ,Asmawati

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu, Jurusan Keperawatan,
Jalan Indragiri Nomor 03 Padang Harapan Bengkulu
husniyus2012@gmail.com

Abstract: Staying in prisons, making space for prisoners is restricted and isolated from society, confined and isolated situation can be a stressor that causes stress. The purpose of research is known relationship with psychological distress vulnerability adolescent suicidal inmates in prisons Class II A Bengkulu. Type descriptive analytic research with cross sectional approach. The sample in this study were all teenagers who inhabit prison inmates Class II A Bengkulu in November 2015, as many as 49 prisoners. Collecting data using questionnaires. The data analysis was conducted quantitative univariate, bivariate, and multivariate analysis. The result showed a small fraction of prisoners suffered psychological distress, most inmates aged ≤ 18 years, nearly all prisoners gender to male, mostly poorly educated prisoners, a fraction highly vulnerable inmates committed suicide. There is no significant relationship between psychological distress with the vulnerability of suicide on inmates in prisons Class II A Bengkulu. The need for counseling to the inmates of prisons in addressing various problems with doing something positive thereby prison occupants will be able to receive him at the moment, and look at everything positively.

Keywords: *psychological distress, vulnerability suicide, adolescence*

Abstrak: Tinggal di lapas, membuat ruang gerak narapidana dibatasi dan terisolasi dari masyarakat. Keadaan terkurung dan terisolasi dapat menjadi stressor yang menyebabkan stress. Tujuan penelitian adalah diketahuinya hubungan distress psikologis dengan kerentanan bunuh diri narapidana remaja. Jenis penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh narapidana remaja yang menghuni lapas klas II A Bengkulu pada bulan November 2015 yaitu sebanyak 49 orang narapidana. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *The Prison Youth Vulnerability Scale*. Analisis data dengan *Chi-Square* (x^2), derajat kepercayaan (CI) 95%, α = 0,05. Hasil penelitian didapatkan bahwa 1 dari 2 orang narapidana yang mengalami distress psikologis sangat rentan bunuh diri, 7 orang (14,9%) dari 47 narapidana yang tidak mengalami distress psikologis sangat rentan bunuh diri. Hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan kerentanan bunuh diri pada narapidana (p = 0,009). Secara statistik tidak ada hubungan yang bermakna antara distress psikologi dengan kerentanan bunuh diri namun secara substansi dari setiap item pertanyaan kuisioner kerentanan bunuh diri didapatkan 7 orang (14%) responden pernah berpikir tentang bunuh diri atau menyakiti diri sendiri, 2 orang memiliki pikiran bunuh diri dalam 2 minggu terakhir, serta dari riwayat masa lalu 3 orangmemiliki riwayat ingin bunuh diri. Perlu adanya konseling terhadap penghuni lapas dalam mengatasi berbagai masalah dengan melakukan hal yang positif sehingga penghuni lapas akan dapat menerima dirinya saat ini dan memandang segala sesuatu dengan positif.

Kata kunci: *distress psikologi, kerentanan bunuh diri.*

Jumlah penghuni lapas di Indonesia tahun 2005 mencapai 97.671 orang, lebih besar dari kapasitas hunian yang hanya untuk 68.141 orang. Penyebab terjadinya kelebihan kapasitas pada tingkat hunian lapas Harian Kompas (2007). Penelitian Holmes dan Rahe (1967), hukuman penjara menempati urutan keempat dalam skala urutan

stress. Data statistik menunjukkan bahwa lapas di Indonesia seperti lapas Lowokwaru di Malang yang mempunyai daya tampung 940 penghuni ternyata dihuni ±1500 orang, begitu juga lapas di Provinsi Bengkulu yang kelebihan kapasitas (*over capacity*) yang daya tampungnya 240 orang dihuni oleh 693 orang ini beresiko memunculkan masalah-masalah sosial seperti kekerasan, pemerasan, dan suap (Pujileksono, 2012).

Tinggal di lapas, membuat ruang gerak narapidana dibatasi dan terisolasi dari masyarakat, Keadaan terkurung dan terisolasi dapat menjadi stressor yang menyebabkan stress. Menjadi narapidana itu sendiri merupakan stresor yang berat dalam kehidupan pelakunya. Perasaan sedih setelah menerima hukuman serta berbagai hal lainnya seperti rasa bersalah, hilangnya kebebasan, perasaan malu, sanksi ekonomi dan sosial serta kehidupan dalam lapas yang penuh dengan tekanan psikologis dapat memperburuk dan mengintensifkan stressor sebelumnya (Rizky, 2013).

Stress dalam menghadapi masa tahanan merupakan suatu kondisi keadaan dimana narapidana merasa tidak dapat menyeimbangkan antara situasi yang menuntut dengan perasaan dirinya. Merasa berada dalam keadaan yang terburuk dan memandang keadaan terburuk tersebut sebagai beban yang melebihi kemampuannya. Narapidana yang mampu menyesuaian diri dengan baik akan mampu beradaptasi dengan lingkungan barunya baik penyesuaian fisik, psikologis, dan sosial. Penyesuaian diri yang baik apabila dapat mencapai kepuasan dalam usaha memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan, bebas dari berbagai beban psikologis, bebas dari *stress*, frustasi, dan konflik, (Kusuma dan Gusniarti, 2008).

Stress yang ditangani dan tidak dikelola dengan baik, akan memberikan efek jangka panjang akan berdampak pada timbulnya penyakit, gangguan somatik, gangguan kesehatan, dan gangguan fungsi sosial. Tidak mendapatkan penanganan yang baik dapat menyebabkan beberapa hal pun lapas Lazarus (1984). Sehingga memerlukan sebuah intervensi manajemen stress untuk mengelola, menangani dan menurunkan stress diperlukan bagi narapidana (Schafer, 2000).

Mirowsky dan Ross (2003), distress psikologis dipengaruhi oleh faktor penting yaitu persepsi terhadap dukungan sosial. Solberg dan Villareal (1997) dukungan sosial dari orang lain dapat menjadi moderator stress yang erat kaitannya dengan penyesuaian diri personal, dan berpengaruh terhadap kesehatan mental. Dukungan sosial berperan langsung meminimalisasi stress dan efek negatif yang dirasakan oleh narapidana, yang ditunjukkan melalui menurunnya tingkat depresi dan kecemasan (Bell, LeRoy & Stephenson, 1982). Dukungan sosial diklasifikasikan ke dalam dua bentuk, yaitu dukungan sosial yang diterima (*received support*) dan dukungan sosial yang dipersepsikan (*perceived support*) Young (2006).

Masa remaja, khususnya remaja akhir,

Penelitian Robinson dalam Papalia, Olds, dan Feldman (2007), remaja menghabiskan lebih banyak waktunya dengan *peer group* dibanding keluarganya. *Peer group* merupakan tempat dimana mereka mendapatkan sebagian besar dukungan sosial yang dibutuhkan. Mirowsky dan Ross (2003) menemukan bahwa seseorang yang merasakan bahwa dirinya memiliki seseorang untuk teman berbicara, untuk meminta dukungan, dan seseorang yang dapat membuat dirinya merasa lebih baik dan memperhatikannya akan memiliki pengalaman *distress* dalam tingkat yang lebih rendah. Sarason *et al* (1987) menemukan bahwa ketersediaan dukungan sebagaimana dipersepsikan memiliki korelasi lebih tinggi dengan kesehatan mental dibandingkan dengan frekuensi interaksi dengan teman atau keluarga atau sumber-sumber dukungan emosional atau kontak interpersonal aktual lainnya.

Bunuh diri merupakan suatu bentuk kegawatdaruratan dalam bidang Psikiatri.

Bunuh diri sendiri merupakan tindakan bagai bentuk pembinasaan diri yang dilakukan secara sadar. Bunuh diri bukanlah merupakan tindakan yang acak maupun tidak bertujuan. Tindakan ini erat hubungannya dengan keinginan yang dihalangi ataupun tidak terpenuhi, rasa tidak berdaya dan tidak berguna, adanya konflik, *ambivalensi* antara keinginan untuk bertahan dengan ketidakmampuan menangani stress, dihadapi pada pilihan yang semakin sempit, dan adanya keinginan untuk lari dari masalah.

Berdasarkan data yang diperoleh dari lapas klas II A Bengkulu dan website resmi kanwil Bengkulu, pada tahun 2012 jumlah narapidana 417 orang dengan rincian 299 dewasa laki-laki, 17 dewasa prempuan, 70 remaja akhir dan 31 anak laki-laki. Pada tahun 2013 tercatat sebanyak 394 orang dengan rincian 294 dewasa laki-laki, 11 dewasa prempuan, 59 remaja akhir, 29 anak laki-laki dan 1 anak prempuan. Pada tahun 2014 tercatat sebanyak 300 dewasa laki-laki, 22 dewasa prempuan, 76 remaja akhir dan 33 anak laki-laki.

Berdasarkan *survey* awal, di lapas kelas II A Bengkulu penulis melihat langsung keadaan lapas bangunannya ditembok tinggi pintu berlapis besi jauh dari keramayan masyarakat luar yang hidup bebas bisa berpergian kemana-mana, jauh dari keluarga, jauh dari teman dan kehidupan di lapas pasti sangat membosankan bagi penghuninya. Pada saat wawancara dengan kepala lapas klas II A Bengkulu beliau mengatakan belum pernah terjadi bunuh diri disana, tetapi semua penghuni lapas pasti merasakan stress berat. Ini sangat menarik untuk dijadikan suatu masalah.

BAHAN DAN CARA KERJA

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yaitu *Deskriptif Analitik.* seluruh narapidana remaja yang menghuni lapas klas II A Bengkulu pada bulan Desember remaja yang menghuni lapas klas II A Bengkulu dan merupakan seluruh total populasi narapidana remaja usia 17-21 tahun dan dewasa muda 18-25 tahun yang ada di lapas klas II A Bengkulu.

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner *The Prison Youth Vulnerability Scale.* yang terdrsi dari *distress* psikologis dan kerentanan bunuh diri. kuisioner *distress* psikologis terdiri dari penampilan diri (dua pilihan) dan kondisis psikologis (empat pilihan), jika skore yang didapatkan lebih dari 13 maka dikatakan mengalami *distress* psikologis, untuk kerentanan bunuh diri terdiri enam item pertanyaan dengan masing-masing pilihan yang berbeda, jika skore yang didapat lebih dari 17 maka dikatakan rentan bunuh diri.

Analisis data secara univariat dan bivariat dengan menggunakan *Chi-Square* (x^2), derajat kepercayaan (CI) 95%, $\alpha = 0{,}05$ dan analisis multivariat.

HASIL

Pengumpulan data dari responden dilaksanakan di lapas klas II A Bengkulu pada bulan Nopember, dengan jumlah sampel sebanyak 49 orang narapidana remaja yang menghuni lapas klas II A Bengkulu dan sampel yang diambil merupakan seluruh total populasi narapidana remaja dan dewasa awal usia 17-22 tahun yang ada di lapas klas II A Bengkulu. Pengumpulan data dengan cara menyebarkan kuesioner dengan melibatkan kepala seksi Lapas.

Analisis Univariat

Analisis univariat pada penelitian ini akan menggambarkan distress psikologis, karakteristik responden dan frekuensi kerentanan bunuh diri narapidana

Tabel 1 Distribusi responden berdasarkan distress psikologis, karakteristik dan frekuensi kerentanan bunuh diri

No	Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)

	Tidak distress psikologis	47	95,9
2	**Usia (median=18)**		
	≤ 18 tahun	27	55.1
	> 18 tahun	22	44,9
3	**Jenis Kelamin**		
	Laki-laki	45	91.8
	Perempuan	4	8,2
4	**Pendidikan**		
	Rendah	33	67,3
	Tinggi	16	32,7
5	**Kerentanan Bunuh diri**		
	Sangat rentan bunuh diri	8	16,3
	Tidak terlalu rentan bunuh diri	41	83,7
	Jumlah	49	100

Tabel 1 di atas menunjukkan bahwa sebagian kecil (4,1%) responden mengalami distress psikologis, sebagian (55,1%) responden berusia ≤ 18 tahun, hampir seluruh responden berjenis kelamin laki-laki (91,8%), sebagian besar responden (67,3%) berpendidikan rendah dan sebagian kecil (16,3%) responen sangat rentan bunuh diri.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen yaitu hubungan distress psikologis, karakteristik responden dengan kerentanan bunuh diri narapidana.

Tabel 2 Hubungan Distress Psikologis dengan Kerentanan Bunuh Diri Para Narapidana di Lapas Kelas II A Bengkulu Tahun 2015

Distress Psikologis	**Kerentanan bunuh diri**				**Total**		***P***
	Sangat rentan bunuh diri		Tidak terlalu rentan bunuh diri rentan				
	F	**%**	**f**	**%**	**f**	**%**	
Distress Psikologis	1	50	1	50	2	100	0,735
Tidak Distress Psikologis	7	14,9	40	85,1	47	100	
Jumlah	8	16,3	41	83,7	49	100	

Tabel 2 diatas menunjukkan bahwa dari 2 narapidana yang mengalami distress psikologis ada 1 orang (50%) sangat rentan bunuh diri, sedangkan dari 47 orang narapidana yang tidak mengalami distress psikologis ada 7 orang (14,9%) sangat rentan bunuh diri. Hasil analisis uji *chi square* menunjukkan bahwa nilai p = 0,735 yang lebih besar dari alpha, berarti tidak terdapat hubungan yang bermakna antara distress psikologis dengan kerentanan bunuh diri pada narapidana di Lapas Kelas II A Bengkulu.

Tabel 3 Hubungan Usia dengan Kerentanan Bunuh Diri Para Narapidana di Lapas Ke II A Bengkulu Tahun 2015

(Median=18)	Sangat rentan bunuh diri			rentan			***P***
	F	**%**		**%**	**f**	**%**	
≤ 18 tahun	3	11,1	0,480	88,9	27	100	0,735
> 18 tahun	5	22,7	17	77,3	22	100	
Jumlah	8	16,3	41	83,7	49	100	

Tabel 3 diatas menunjukkan bahwa dari 27 narapidana yang berusia ≤ 18 tahun ada 3 orang (11,1%) sangat rentan bunuh diri, sedangkan dari 22 orang narapidana yang berusia > 18 tahun ada 5 orang (22,7%) sangat rentan bunuh diri. Hasil analisis uji *chi square* menunjukkan bahwa nilai p = 0,480 yang lebih besar dari alpha,

bermakna antara usia dengan kerentanan II A Bengkulu.

Tabel 4 Hubungan Jenis Kelamin dengan Kerentanan Bunuh Diri Para Narapidana di Lapas Kelas II A Bengkulu Tahun 2015

Jenis kelamin	Kerentanan bunuh diri				Total		*p*
	Sangat rentan bunuh diri		Tidak terlalu rentan bunuh diri rentan				
	F	%		%	f	%	
Laki-laki	5	11,1	40	88,9	45	100	0,009
Perempuan	3	75	1	3,3	4	100	
Jumlah	8	16,3	41	83,7	49	100	

Dari tabel 4 diatas menunjukkan bahwa dari 45 narapidana yang berjenis kelamin laki-laki ada 5 orang (11,1%) sangat rentan bunuh diri, sedangkan dari 4 orang narapidana yang berjenis kelamin perempuan ada 3 orang (16,3%) sangat rentan bunuh diri. Hasil analisis uji *chi square* menunjukkan bahwa nilai p = 0,009 yang lebih kecil dari alpha, berarti terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan kerentanan bunuh diri pada narapidana di Lapas Kelas II A Bengkulu.

Tabel 5 Hubungan Pendidikan dengan Kerentanan Bunuh Diri Para Narapidana di Lapas Kelas II A Bengkulu Tahun 2015

Pendidikan	Kerentanan bunuh diri				Total		*p*
	Sangat rentan bunuh diri		Tidak terlalu rentan bunuh diri rentan				
	F	%		%	f	%	
Rendah	5	15,2	28	84,8	33	100	1,000
Tinggi	3	18,8	13	81,2	16	100	
Jumlah	8	16,3	41	83,7	49	100	

Dari tabel 5 diatas menunjukkan bahwa dari 33 narapidana yang berjenis memiliki pendidikan rendah ada 5 orang (15,2%) sangat rentan bunuh diri, sedangkan dari 16 orang narapidana yang memiliki pendidikan tinggi ada 3 orang (18,8%) sangat rentan bunuh diri. Hasil analisis uji *chi square* menunjukkan bahwa nilai p = 0,1000 yang lebih besar dari alpha, berarti tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pendidikan dengan kerentanan bunuh diri pada narapidana di Lapas Kelas II A Bengkulu.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan sebagian kecil (4,1%) responden mengalami distress psikologi. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dari 2 narapidana yang mengalami distress psikologi ada 1 orang (50%) sangat rentan bunuh diri, sedangkan dari 47 orang narapidana yang tidak mengalami distress psikologi ada 7 orang (14,9%) sangat rentan bunuh diri. Hasil analisis uji *chi square* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara distress psikologi dengan kerentanan bunuh diri pada narapidana di Lapas Kelas II A Bengkulu (p=0,735).

Pada penelitian ini, secara statistik tidak ditemukan adanya hubungan antara distress psikologi dengan kerentanan bunuh diri namun secara substansi bisa dilihat dari hasil item pertanyaan di kuisioner kerentanan bunuh diri yang meliputi: terdapat 15 orang (30%) responden mengatakan masa depan saya tidak mempunyai harapan lagi, 7 orang (14%) responden pernah berpikir tentang bunuh diri atau menyakiti diri sendiri, 2 orang memiliki pikiran bunuh diri dalam 2 minggu terakhir, serta dari riwayat masa lalu 3 orang memiliki riwayat ingin bunuh diri.

Hasil penelitian bertolak belakang dengan pendapat Rizky, 2013 yang mengatakan tinggal di lapas, membuat ruang gerak narapidana dibatasi dan terisolasi dari masyarakat, Keadaan terkurung dan terisolasi dapat menjadi stressor yang menyebabkan stress. Menjadi

ini juga bertentangan dengan pendapat Helmi 2000 yang mengatakan bahwa riwayat pernah melakukan kejahatan, jauh dari keluarga dan orang-orang yang disayangi, merasa hidup tidak bebas, memikirkan bagaimana nasib keluarga yang ditinggalkan, memikirkan bagaimana nasib setelah bebas dan masih banyak lagi kekhawatiran yang dirasakan oleh seorang narapidana. Kusuma dan Gusniarti, 2008 mengatakan bahwa *Stress* dalam menghadapi masa tahanan merupakan suatu kondisi keadaan dimana narapidana merasa tidak dapat menyeimbangkan antara situasi yang menuntut dengan perasaan dirinya. Berada di dalam Lapas merupakan peristiwa kehidupan yang memberi nilai perubahan yang cukup besar bagi seorang individu sehingga sangat potensial memicu timbulnya *stress* (Selye, 1997).

Narapidana yang mampu menyesuaian diri dengan baik akan mampu beradaptasi dengan lingkungan barunya baik penyesuaian fisik, psikologis, dan sosial. Penyesuaian diri yang baik apabila dapat mencapai kepuasan dalam usaha memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan, bebas dari berbagai beban psikologis, bebas dari *stress*, frustasi, dan konflik. Sesuai dengan data penelitian (71%) responden memperlihatkan penampilan diri yang tenang dan rileks.

Tidak adanya hubungan yang didapatkan antara distress psikologi dan kerentanan bunuh diri bisa disebabkan dukungan sosial dari keluarga dan orang terdekat masih didapatkan dari narapidana terlihat dari banyaknya kunjungan keluarga dan kerabat setiap hari. Dukungan sosial berperan langsung meminimalisasi stress dan efek negatif yang dirasakan oleh narapidana, yang ditunjukkan melalui menurunnya tingkat depresi dan kecemasan (Bell, LeRoy & Stephenson, 1982).

Penyesuaian diri narapidana merupakan usaha individu untuk memelihara keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan konflik, keluhan terhadap nasib, dan lainnya (Fatimah, 2010). Sejumlah penelitian telah dilakukan untuk mengkaji bentuk *Coping* pada narapidana lembaga pemasyarakatan. Aday (1994)
dengan menggunakan studi kasus telah menemukan penggunaan strategi *Coping* pada narapidana yang terkategori tua, yaitu dengan keterlibatan terhadap aktivitas keagamaan, penyangkalan problem, serta mencari bantuan pada narapidana lain. Selain itu juga adanya tenaga kesehatan yang berperan dalam pelayanan kesehatan.

Melihat kondisi diatas diperlukan upaya tindakan preventif guna mencegah upaya- upaya yang akan dilakukan narapidana untuk mengakhiri hidupnya. Stress yang ditangani dan tidak dikelola dengan baik, akan memberikan efek jangka panjang akan berdampak pada timbulnya penyakit, gangguan somatik, gangguan kesehatan, dan gangguan fungsi sosial. Tidak mendapatkan penanganan yang baik dapat menyebabkan beberapa hal yang mengancam bagi diri narapidana maupun lapas Lazarus (1984). Sehingga memerlukan sebuah intervensi manajemen stress untuk mengelola, menangani dan menurunkan stress diperlukan bagi narapidana (Schafer, 2000).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian (55,1%) responden berusia ≤ 18 tahun. Hasil penelitian juga menunjukkan dari 27 narapidana yang berusia ≤ 18 tahun ada 3 orang (11,1%) sangat rentan bunuh diri, sedangkan dari 22 orang narapidana yang berusia > 18 tahun ada 5 orang (22,7%) sangat rentan bunuh diri. Hasil analisis uji *chi square* tidak terdapat hubungan yang bermakna antara usia dengan kerentanan bunuh diri pada narapidana di Lapas Kelas II A Bengkulu (p = 0,480). Hasil penelitian ini tidak berhubungan dapat disebabkan karena jumlah sampel yang sedikit dan waktu penelitian yang pendek.

Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan Lazarus (1999), bahwa

pada masa itu remaja dihadapkan dengan tekanan sosial dan kondisi baru serta perubahan *ekstensif* yang dapat menimbulkan kecemasan bagi sebagian remaja (Ender & Newton, 2000). Meskipun stres terkadang memiliki dampak *stimulating* dan *energizing* (*eustress*), pada kenyataannya respons stres lebih sering ditandai dengan kesulitan dalam penyesuaian diri terhadap *stressor* eksternal yang dihadapi (*distress*), yang bersifat destruktif serta dapat mengganggu kesehatan.

Hasil ini juga tidak sejalan dengan Papalia dan Fieldman (2009) yang mengatakan bahwa usia 18 sampai 25 tahun masuk dalam kategori pra dewasa. Pada usia ini belum secara maksimal mengeksplorasi kemampuannya dan dalam hal emosi belum stabil serta masih rentan stres.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh responden berjenis kelamin laki-laki (91,8%). Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dari 45 narapidana yang berjenis kelamin laki-laki ada 5 orang (11,1%) sangat rentan bunuh diri, sedangkan dari 4 orang narapidana yang berjenis kelamin perempuan ada 3 orang (16,3%) sangat rentan bunuh diri. Hasil analisis uji *chi square* terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan kerentanan bunuh diri pada narapidana di Lapas Kelas II A Bengkulu (p = 0,009).

Wanita memiliki tingkat *psychological well-being* lebih tinggi jika dibanding pria (Ryff, 1989). Pada penelitian yang dilakukan oleh Wood, Rhodes, dan Whelan (1989), menghasilkan temuan bahwa perempuan memiliki tingkat *psychological well-being* lebih tinggi dari pada laki-laki khususnya pada dimensi hubungan positif dengan orang lain, menurut Wood et al, perempuan lebih trampil dalam sikap dan lebih emosional. Sementara laki-laki di gambarkan sebagai sosok yang kuat, mandiri dan agresif. Menurut Ryff (1995), perbedaan jenis kelamin mempengaruhi aspek-aspek *psychological well-being*. Di hubungan yang lebih positif dengan orang lain serta memiliki pertumbuhan pribadi yang lebih baik dari pada laki-laki. Pada umumnya, individu yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi merupakan individu yang mendapat dukungan sosial yang baik, memiliki *focus of control* internal (ken-dali individu), memiliki tingkat sosial ekonomi tinggi, tingkat pendidikan yang tinggi dan berada di lingkungan yang baik (Ryff, 1995). *Psychological well-being* merupakan realisasi dan pencapaian penuh dari potensi individu dimana individu dapat menerima kekurangan dan kelabihan dirinya, mandiri, mampu membina hubungan positif dengan orang lain, dapat menguasai lingkungannya dalam arti memodifikasi lingkungannya agar sesuai dengan keinginannya, memiliki tujuan hidup, serta terus mengembangkan pribadinya (Ryff, 1989).

Penelitian yang dilakukan oleh Kalkstein dan Tower (2009), menyatakan bahwa pengalaman spiritual pada perempuan lebih tinggi dibanding laki-laki. Ketertarikan terhadap kegiatan-kegiatan spiritual pada wanita lebih kuat dikarenakan wanita diajarkan untuk lebih tunduk, patuh, dan menjaga segala sesuatunya. Kubzanski (2006), me-nemukan pengalaman spiritual harian perempuan lebih besar dibanding laki-laki. Kubazanski menyatakan bahwa perempuan lebih sering merasakan pertolongan Tuhan secara langsung maupun melalui orang lain lebih sering merasakan kedamaian batin, merasakan kehadiran Tuhan pada setiap aktifitasnya, dan perempuan lebih sering mengikuti kegiatan keagamaan, dengan mengeksplorasi pengalaman spiritual setiap hari dapat mengendalikan stress dan lebih bisa menerima diri apa adanya, dapat menjalin hubungan yang positif dengan orang lain, menunjukkan kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial, mengendalikan lingkungan eksternal disekitarnya, menetapkan tujuan hidup, dan

mengembangkan potensi dirinya secara kontinyu

Pendalaman masalah kerentanan

hukuman yang didapatkan napi lebih dari 18 bulan, rasa putus asa yang dialami karena menjalani kehidupan di lapas dan kurangnya dukungan orang-orang yang dekat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (67,3%) berpendidikan rendah. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dari 33 narapidana yang berjenis memiliki pendidikan rendah ada 5 orang (15,2%) sangat rentan bunuh diri, sedangkan dari 16 orang narapidana yang memiliki pendidikan tinggi ada 3 orang (18,8%) sangat rentan bunuh diri. Hasil analisis uji *chi square* tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pendidikan dengan kerentanan bunuh diri pada narapidana di Lapas Kelas II A Bengkulu (p = 0,1000). Pada umumnya, individu yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi merupakan individu yang mendapat dukungan sosial yang baik, memiliki *focus of control* internal (kendali individu), mem-

at

g-

kungan yang baik (Ryff, 1995).

KESIMPULAN

Sebagian kecil narapidana mengalami distress psikologis, sebagian narapidana berusia ≤ 18 tahun, hampir seluruh narapidana berjenis kelamin laki-laki, sebagian besar narapidana berpendidikan rendah, sebagian kecil narapidana sangat rentan bunuh diri, tidak ada hubungan yang bermakna antara distress psikologis dengan kerentanan bunuh diri pada narapidana di Lapas Kelas II A Bengkulu.

Disarankan Bagi Penentu Kebijakan Kesehatan: Perlu adanya konseling terhadap penghuni lapas dalam mengatasi berbagai masalah dengan melakukan hal yang positif. Dengan demikian penghuni lapas akan dapat menerima dirinya saat ini, dan memandang segala sesuatu dengan positif.

DAFTAR RUJUKAN

Adi, G. E. S. 2007 Sikap Bunuh Diri Pada Remaja Ditinjau Dari Karakteristik Kepribadian. *Skripsi.* Fakultas Psikologi. Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Semarang.

Bukhori, B. 2012. Hubungan Kebermaknaan Hidup DanDukungan Sosial Keluarga Dengan Kesehatan Mental Narapidana. *Jurnal Ad-Din* 4 (1).

Dewayani, A,. D Augustine, Sukarlan, dan Turnip S. S. 2011. *Perceived Peer Social Support* Dan *Psychological Distress* Mahasiswa Universitas Indonesia. *Jurnal Makara, Sosial Humaniora* 15 (2): 86-93.

Ekasari. A. Dan N. D. Susanti. 2009. Hubungan Antara Optimisme Dan Penyesuaian Diri Dengan Stress Pada Narapidana Kasus Napza Di Lapas Kelas II A Bulak Kapal Bekasi. *Jurnal Soul* 2 (2).

Finaldo, D. P. 2013. Hubungan Peran Perawat Dalam Pemberian Informasi Diet Dengan Kestabilan Frekuensi Hemodalisis Pada Pasien GGK Di Ruang Hemodalisa RSUD M. Yunus Bengkulu. Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu. Bengkulu.

Humsona, R. 2004. Bunuh Diri: Faktor-Faktor Penyebab, Cara Yang Ditempuh dan Respons Komunitas. *Jurnal Sosiologi Dilema* 17 (1).

Liwarti, 2013. Hubungan pengalaman spiritual dengan *psychological well being* pada penghuni lembaga pemasyarakatan. *Jurnal sains dan praktik psikologi* 1(1): 77-88.

Marliana, S. 2012. Bunuh Diri Sebagai Pilihan Sadar Individu Analisa Kritis Filosofis Terhadap Konsep Bunuh Diri Emile Durkheim. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Pengetahuan Budaya Program Studi Filsafat. Depok.

Pasudewi, C. Y. 2012. Resiliensi Pada Remaja Binaan Bapas Ditinjau Dari *Coping Stress. Jurnal Of Social And Industrial Psychology* 1 (2).

Sangitan, E. K. 2012. Cognetive Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Keterampilan Social Pada Mahasiswa Yang Mengalami Distress Psikologis Di Universitas Indonesia. *Tesis.* Universitas Indonesia. Depok.

Segarahayu, R. D. 2013. Pengaruh Manajemen Stres Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Narapidana Di Lpw Malang. *Jurnal Manajemen Stres, Narapidana Wanita*.

Sekararum, A. 2012. Interpersonal Psychotherapy (IPT) Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Mahasiswa Universitas Indonesia Yang Mengalami Distress Psikologis. *Tesis*. Fakultas Psikologis Program Studi Psikologi Profesi Peminatan Klinis Dewasa Depok. Depok.