

**KONTRIBUSI STRATEGI REGULASI EMOSI TERHADAP
KECENDERUNGAN MISCONDUCT DAN IDE BUNUH DIRI PADA
NARAPIDANA LAPAS II A JEMBER**

Panca Kursistin Handayani,S.Psi,MA,Psikolog

pikaha_ocha@unmuhjember.ac.id

Universitas Muhammadiyah Jember

ABSTRACT

Penanganan permasalahan di lapas mestinya tidak hanya berjalan pada satu sisi, karena sebenarnya penanganan atau intervensi apapun yang diberikan hanyalah merupakan stimulasi bagi perubahan perilaku. Perubahan perilaku positif seperti yang diharapkan akan terjadi bila ada dukungan dari faktor internal individu sendiri. Tampaknya perlu dilakukan upaya pemberdayaan dengan memanfaatkan potensi atau karakter positif dari narapidana sendiri dalam menghadapi segala tekanan hidup yang ada di lapas setiap harinya. Hal ini bisa dibentuk dan dilatihkan, namun dibutuhkan asesmen yang tepat mengenai karakter positif apa yang dapat mempengaruhi pembentukan perilaku.

Penelitian ini berupaya untuk mengeksplorasi sejauhmana peran strategi regulasi emosi yang dilakukan individu terhadap kecenderungan misconduct dan munculnya ide bunuh diri selama mereka menjalani hukuman di lapas Kelas IIA Jember. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Subjek yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah sebanyak 80 orang dengan ciri yang sudah ditentukan.

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara strategi regulasi emosi dengan ide bunuh diri dengan nilai $p < 0.000 < 0.05$, dengan r^2 0.218 menunjukkan bahwa strategi regulasi emosi memberikan kontribusi sebesar 0.218 pada munculnya ide bunuh diri narapidana Lapas II A Jember. Selain itu juga ditemukan bahwa tidak ada hubungan antara strategi regulasi emosi dengan kecenderungan misconduct pada narapidana di Lapas II A Jember dengan nilai $p > 0.895 > 0.05$.

Kecenderungan misconduct lebih dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal dari individu seperti kondisi lingkungan, hubungan dengan orang lain serta dukungan sosial. Sedangkan ide bunuh diri sangat ditentukan oleh keterampilan individu dalam melakukan coping pada permasalahan yang sedang mereka hadapi. Coping ditentukan oleh kemampuan individu dalam meregulasikan emosinya sehingga dapat memodifikasi emosi negatif dalam bentuk ekspresi yang adaptif dan adekuat.

Kata kunci : Strategi regulasi emosi, misconduct, ide bunuh diri

PENGANTAR

Sistem Pemasyarakatan Baru (Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995) dinyatakan bahwa tujuan pemidanaan adalah untuk meningkatkan kesadaran (*consciousness*) narapidana akan eksistensinya sebagai manusia. Pencapaian kesadaran dilakukan melalui tahap introspeksi, motivasi dan *self development*. Tahap introspeksi dimaksudkan agar narapidana mengenal diri sendiri. Sedangkan tahap motivasi diberikan teknik memotivasi diri sendiri bahkan sesama teman lainnya.

Tujuan yang sangat ideal tersebut pada kenyataannya belum dapat diimplementasikan dengan optimal di lapangan dengan berbagai kendala yang dihadapi terkait keterbatasan fasilitas yang disediakan negara, keterbatasan kuantitas dan kualitas sumberdaya yang terlibat, serta masalah lain yang lebih bersifat sistemik. Berbagai kerusuhan dan chaos di lapas, serta tingginya insidensi problem-problem psikologis pada napi merupakan wujud dari permasalahan. Kerusuhan di Lapas Tanjung Gusta Medan menjadi salah satu bukti carut marut sistem koreksional yang belum optimal. Kerusuhan di Tanjung Gusta Medan ini memakan banyak korban jiwa baik dari pihak napi maupun petugas, menimbulkan kerusakan dan kerugian material (fasilitas) lapas, serta banyaknya napi yang melarikan diri. Kasus yang sama baru-baru ini (Desember 2013) terjadi di Lapas Palopo Sulawesi Selatan, dimana Kalapas juga ikut menjadi korban kerusuhan. Berbagai kasus kerusuhan tersebut sebagian besar dipicu oleh kondisi lapas yang overcapacity (149% per Maret 2013), pemberian fasilitas dan perlakuan yang dipersepsikan kurang adil atau kurang memadai bagi setiap narapidana, issue terkait pungli oleh sejumlah petugas dan permasalahan yang lain.

Secara umum, pemidanaan memang membawa konsekuensi penderitaan yang berpotensi memicu stres dan problem psikologis lainnya yang tidak hanya bersumber pada faktor eksternal tetapi juga dari internal individu yang terpidana. Menurut Gresham M Sykes (dalam Poernomo 1985:41), ada 4 penderitaan yang dialami oleh terpidana yaitu: *deprivation of liberty* (kehilangan kebebasan bergerak), *deprivation of goods and services* (kehilangan utk memiliki barang pribadi dan pelayanan pribadi), *deprivation of heterosexual*

relationships(kehilangan hak untuk berhubungan seksual), *deprivation of authonomy* (kehilangan hak untuk mengatur diri), *deprivation of security* (kehilangan rasa aman).

Hasil wawancara dengan Kalapas dan Kasi Binadik Lapas Kelas IIA Jember terungkap bahwa ada beberapa problem perilaku yang terjadi di Lapas Jember, meskipun insidensinya tidak tinggi namun hampir setiap bulan kejadian perkelahian, perselisihan dan pelanggaran terhadap aturan pasti terjadi. Secara umum, jajaran pimpinan menganggap kondisi lapas cukup kondusif, meski potensi kerusuhan benar-benar tidak bisa diprediksikan, sehingga petugas lapas diharapkan selalu siap dengan kewaspadaan penuh setiap harinya. Perselisihan kecil antar napi saja sudah cukup menjadi pemicu kericuhan yang dapat menjalar pada pertikaian kelompok. Hal inilah yang secara teoritis disebut dengan *misconduct* (Wright, Salisbury dan Voorhis, 2007). Biasanya kasus sering terjadi justru di hari-hari libur nasional, di saat jumlah petugas yang berdinis terbatas. Sementara kasus yang terkait usaha melarikan diri dari lapas dapat dikategorikan sangat kecil prosentasenya, meskipun bukan berarti tidak ada sama sekali.

Secara khusus, gambaran mengenai permasalahan di lapas juga terkait problem-problem psikologis yang muncul dalam diri napi. Penelitian Handayani (2010) menemukan beberapa problem psikologis berupa kecemasan dan rasa takut terhadap hal-hal tertentu, respon depresif dan gangguan penyesuaian yang kronis, serta keluhan-keluhan somatis dan ide bunuh diri. Hasil asesmen berbasis survey terbaru yang dilakukan mahasiswa PKL Fakultas Psikologi Unmuh Jember di bulan Juli 2013 menyimpulkan bahwa ada kecenderungan ide bunuh diri yang tinggi yang ditemukan pada narapidana di lapas Kelas IIA Jember (Laporan PKL Fakultas Psikologi Unmuh Jember, 2013).

Terkait masalah-masalah diatas, Kasi Binadik Lapas Kelas IIA Jember menyatakan bahwa belum ada program-program penanganan khusus bagi napi. Memang ada beberapa program intervensi dan edukasi yang diberikan oleh praktisi atau lembaga sosial masyarakat di Jember yang dilakukan secara berkala, namun sebagian besar belum berbasis pada problem dan kebutuhan napi.

Penanganan permasalahan di lapas mestinya tidak hanya berjalan pada satu sisi, yaitu pembinaan dari lembaga atau dari institusi eksternal saja, karena sebenarnya penanganan atau intervensi apapun yang diberikan hanyalah merupakan stimulasi dan pemicu perubahan perilaku. Perubahan perilaku positif seperti yang diharapkan akan terjadi bila ada dukungan dari faktor internal individu sendiri. Tampaknya perlu dilakukan upaya pemberdayaan dengan memanfaatkan potensi atau karakter positif dari narapidana sendiri dalam menghadapi segala tekanan hidup yang ada di lapas setiap harinya. Hal ini bisa dibentuk dan dilatihkan, namun dibutuhkan asesmen yang tepat mengenai karakter positif apa yang dapat mempengaruhi pembentukan perilaku. Penelitian ini berupaya untuk menemukan hal tersebut.

Bila membicarakan mengenai perilaku agresif, misconduct, dan perilaku merusak lainnya, konsep yang seringkali diajukan adalah mengenai kemampuan mengelola emosi. Regulasi emosi merupakan salah satu bentuk regulasi diri, sebagaimana diungkapkan oleh Carver dan Scheier (1998) bahwa tujuan regulasi diri, digunakan untuk meregulasi emosi, kognisi, atau perilaku. Regulasi emosi menurut Reivich dan Shatte (2002) (dalam <http://id.wikipedia.org/wiki/resiliensi>) adalah suatu kemampuan untuk tenang dibawah tekanan. Individu yang mampu meregulasi emosi dengan baik akan mampu bertahan di bawah situasi yang tidak menyenangkan dan mampu mengendalikan emosi sehingga mendapatkan kelegaan dan kebahagiaan yang dibutuhkan oleh individu. Regulasi emosi efektif sangat diperlukan bagi individu-individu yang terpaksa harus tinggal di dalam penjara dengan segala keterbatasannya, sehingga mampu mengendalikan diri dari pemicu stres yang berpotensi mendorong perilaku destruktif.

Beberapa penelitian telah menemukan efektifitas strategi regulasi emosi dalam membentuk perilaku positif. Gross dan John (2003) menemukan bahwa strategi regulasi emosi reappraisal mempunyai hubungan yang signifikan dengan munculnya emosi positif, baik itu berupa pengalaman maupun ekspresi. Emosi yang positif dapat membangun resiliensi individu dari peristiwa yang dihadapi (Tugade dan Fredrickson, 2007). Emosi yang positif bisa dimunculkan dengan menggunakan strategi mengubah penilaian kognitif terhadap situasi yang tidak

menyenangkan (reappraisal) (Gross & John, 2003; Folkman & Moskowitz, 2000) dan dapat juga dengan mengubah/modifikasi ekspresi perilaku (suppression), misalnya tersenyum di saat kecewa/sedih (Tugade & Fredrickson, 2007). Berdasarkan teori tersebut dapat ditarik kesimpulan untuk membangun hipotesis bahwa strategi regulasi emosi mempunyai hubungan yang positif dengan perilaku positif.

Regulasi emosi adalah kemampuan individu untuk meregulasi baik emosi negatif (marah, sedih, dan kecemasan) atau positif (kebahagiaan) dengan menurunkan atau menaikannya (Gross dan Thompson, 2007). Regulasi emosi mengajarkan bagaimana mengidentifikasi dan menggambarkan emosi, bagaimana untuk mengurangi keringkahan terhadap emosi negatif dan bagaimana meningkatkan emosi positif (Berzins dan Trestman, 2004). Individu yang mampu meregulasi emosi berarti mampu memodifikasi emosi negatif karena pengalaman-pengalaman yang buruk hingga mendapatkan emosi yang positif untuk meraih keseimbangan di dalam emosi. Regulasi emosi adalah usaha untuk memodifikasi komponen-komponen pengalaman emosional (misalnya, pengalaman subjektif, fisiologi, ekspresi, perilaku) dalam hubungannya dengan peristiwa, bentuk, durasi dan intensitas (Thompson dalam Rivers dkk, 2007). Modifikasi emosi dapat terjadi dengan memunculkan, menghindar, menghambat, mempertahankan atau merubah pengalaman emosi (Rivers, 2007). Emosi dapat memberikan efek yang menyehatkan dan tidak, itu semua tergantung pada keberhasilan individu di dalam meregulasi emosi (Gross dan Thompson, 2007).

Keseimbangan emosi diperlukan untuk mendapatkan kondisi psikis yang sehat. Tujuan tersebut dapat diperoleh dengan meregulasi emosi. Regulasi emosi menurut Thompson (dalam Lafreniere, 2000) terdiri atas proses intrinsik dan ekstrinsik yang bertanggung jawab untuk monitoring, mengevaluasi dan memodifikasi reaksi emosi, untuk memenuhi tujuan seseorang. Gross (1998) mengatakan bahwa regulasi emosi adalah usaha untuk mempengaruhi tipe-tipe emosi yang dialami manusia, ketika mereka mengalami emosi ini, bagaimana pengalaman dan mengekspresikan emosi. Berdasarkan penjelasan teori di atas dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi adalah usaha untuk mencari

keseimbangan di dalam emosi dengan cara menilai, mengatasi, memodifikasi, mengelola dan mengekspresikan emosi dengan tepat sehingga mampu meraih kondisi psikis yang lebih baik.

Menurut Wright, Salisbury dan Voorhis (2007), kecenderungan misconduct di penjara adalah kecenderungan perilaku yang menunjukkan ketidakmampuan dalam beradaptasi dengan aturan, norma, dan tata tertib yang berlaku di lingkungan setempat. Dalam setting lapas biasanya muncul dalam bentuk perkelahian, bullying atau penindasan verbal dan nonverbal pada sesama narapidana, melawan atau menyerang petugas, melanggar aturan dengan sengaja, merusak fasilitas di lapas, usaha melarikan diri dan bentuk perilaku mengganggu yang lainnya. Macam dan bentuk misconduct dapat bervariasi sesuai dengan kondisi di masing-masing lapas.

Secara tepat (beberapa) penyebab dari munculnya misconduct di Lapas biasanya tidak diketahui karena sejumlah variabel yang terlibat. Kita jarang mampu melacak setiap satu variabel dengan kepastian sebagai penyebab kecenderungan misconduct, namun demikian Bloom et.al (dalam Wright, Salisbury dan Voorhis, 2007) menyatakan bahwa ada beberapa area umum yang diidentifikasi turut berperan untuk terjadinya misconduct di lapas yaitu: kondisi lingkungan, hubungan yang sehat dengan orang lain, dukungan sosial, dan karakteristik kepribadian (distress personal harga diri, efikasi diri, reaksi emosi).

Secara umum, bunuh diri berasal dari bahasa Latin “suicidium”, dengan “sui” yang berarti sendiri dan “cidium” yang berarti pembunuhan. Schneidman mendefinisikan bunuh diri sebagai sebuah perilaku pemusnahan secara sadar yang ditujukan pada diri sendiri oleh seorang individu yang memandang bunuh diri sebagai solusi terbaik dari sebuah isu. Dia mendeskripsikan bahwa keadaan mental individu yang cenderung melakukan bunuh diri telah mengalami rasa sakit psikologis dan perasaan frustrasi yang bertahan lama sehingga individu melihat bunuh diri sebagai satu-satunya penyelesaian untuk masalah yang dihadapi yang bisa menghentikan rasa sakit yang dirasakan (dalam Maris dkk., 2000). Menurut Maris, Berman, Silverman, dan Bongar (2000), bunuh diri memiliki 4 pengertian, antara lain:

1. Bunuh diri adalah membunuh diri sendiri secara intensional
2. Bunuh diri dilakukan dengan intensi
3. Bunuh diri dilakukan oleh diri sendiri kepada diri sendiri
4. Bunuh diri bisa terjadi secara tidak langsung (aktif) atau tidak langsung (pasif), misalnya dengan tidak meminum obat yang menentukan kelangsungan hidup atau secara sengaja berada di rel kereta api.

Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat dikatakan bahwa bunuh diri secara umum adalah perilaku membunuh diri sendiri dengan intensi mati sebagai penyelesaian atas suatu masalah.

METODE PENELITIAN

Variabel yang terlibat dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel Bebas (Independent) atau prediktor yang meliputi: Strategi regulasi emosi (Reappraisal dan Suppression)
2. Variabel Tergantung (Dependen) yaitu kecenderungan misconduct dan ide bunuh diri

Populasi dalam penelitian ini adalah narapidana di Lembaga Pemasyarakatan kelas IIA Jember berjumlah 159 orang, dengan kriteria sebagai berikut:

1. Tingkat pendidikan minimal SMP
2. Bisa membaca dan menulis dengan baik
3. Mampu memahami bahasa Indonesia dengan baik
4. Telah menjalani hukuman minimal 1 tahun

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan cara *Purposive Random Sampling* yaitu pengampilan sampel yang dilakukan dengan cara pemilihan subjek didasarkan atas ciri-ciri atau sifat populasi yang sudah diketahui/ditentukan sebelumnya (Hadi, 2002). Dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel sebanyak 35 orang untuk uji coba alat ukur, dan 80 orang narapidana atau sebesar 50% dari populasi yang ada.

Pengambilan data dilakukan dengan kuisioner menggunakan tiga alat ukur yaitu, skala strategi regulasi emosi, skala kecenderungan misconduct, dan skala

ide bunuh diri. Skala Strategi Regulasi Emosi merupakan modifikasi dari skala Adrianto (dalam Rizki, 2010) yang mengacu pada aspek reappraisal dan suppression menurut Gross dan John (2003).

Tabel 1. Skala Strategi Regulasi Emosi

No	Variabel	Indikator	Nomor item		Jumlah item
			Favorabel	Unfavorabel	
1.	<i>Reappraisal</i>	Pengubahan kognitif meliputi penilaian/ penafsiran akan situasi (stimulus)	1, 5, 30, 13, 27, 9, 22, 32	3, 7, 11, 15, 17, 24, 19, 18	16
2.	<i>Suppression</i>	Modulasi respon yang melibatkan pengaturan/penghambatan perilaku ekspresi emosi	4, 8, 12, 16, 28, 20, 25, 29	2, 6, 10, 14, 21, 23, 26, 31	16
Total					32

Skala Ide bunuh diri terdiri dari 35 item yang mengungkap kecenderungan bunuh diri pada individu. Aspek-aspek yang diungkap meliputi : 1) *Executive Functioning*, 2) *Hopelessness*, 3) *Reason of Life*, 4) *Perfectionism*, 5) *Self Concept*, 6) *Rumenative Response Style*, 7) *Autobiographical Memory*. Subyek dihadapkan pada dua alternatif jawaban, yaitu “Ya” dan “Tidak”. Jawaban “Ya” menunjukkan bahwa menunjukkan *symptom* ide bunuh diri sehingga diberikan nilai 1, dan jawaban “Tidak” diberikan nilai 0, artinya tidak menunjukkan *symptom* ide bunuh diri. Semakin tinggi skor subyek mengindikasikan semakin tingginya kecenderungan ide bunuh diri.

Skala misconduct disusun oleh peneliti berdasarkan bentuk-bentuk *misconduct* yang seringkali muncul di Lapas II A Jember. Data mengenai bentuk-bentuk *misconduct* diperoleh melalui wawancara dengan petugas Lapas dan juga tahanan pendamping (tamping).

Tabel 2. Skala Kecenderungan Misconduct

No	Indikator	No. Aitem	Jumlah
1.	Menggunakan HP selama di Lapas	1,7,13,19	4
2.	Berkelahi antar sesama napi	2,8,14,20	4
3.	Mencuri	3,9,15,21	4
4.	Menyalahgunakan obat-obatan dari klinik	4,10,16,22	4
5.	Ngelem	5,11,17,23	4
6.	Berhubungan dengan napi wanita	6,12,18,24	4

Analisis data dilakukan dengan analisis regresi berganda untuk melihat hubungan antara strategi regulasi dengan kecenderungan *misconduct* dan ide bunuh diri, selanjutnya dilihat pula besaran kontribusi yang diberikan.

Langkah pertama yang dilakukan oleh peneliti adalah mengurus perijinan ke Lapas kelas IIA Jember pada tanggal 7 April 2014, sebelum penelitian dilaksanakan. Setelah ijin penelitian diperoleh, kemudian peneliti berkoordinasi dengan Kasie Binadik Lapas Jember untuk proses pengambilan data. Pengambilan data dibagi dalam dua tahapan, yaitu tahap uji coba alat ukur, dan tahap kedua adalah pengambilan data. Pemilihan dan penentuan sampel penelitian dilakukan secara random oleh pihak Lapas Jember. Narapidana yang terpilih menjadi sampel penelitian dipanggil satu persatu oleh petugas Lapas untuk berkumpul di aula, mengikuti kegiatan pengambilan data.

Uji coba alat ukur dilaksanakan pada tanggal 23 dan 28 April 2014, dengan menggunakan 35 orang narapidana sebagai sampel, dengan kriteria yang disesuaikan, yaitu mampu membaca dan menulis serta berpendidikan minimal SMP. Sementara itu, pengambilan data yang sesungguhnya dilaksanakan pada tanggal 2, 4, dan 10 Juni 2014. Berdasarkan pertimbangan dari pihak Lapas yang mengasumsikan bahwa kegiatan akan lebih efektif dan kondusif bila diikuti oleh maksimal 30-35 orang, sehingga untuk memenuhi jumlah sampel sesuai yang direncanakan peneliti memutuskan untuk melakukan pengambilan data dalam tiga sesi. Masing-masing sesi terdiri dari 30 orang narapidana. Pihak Lapas mengundang 90 orang narapidana, namun yang hadir hanya 85 orang.

Proses pengambilan data dilakukan dengan cara membagikan kuisioner dan lembar jawaban pada masing-masing subjek penelitian, kemudian peneliti memandu mereka untuk mengisi setiap item satu-persatu. Prosedur ini dilakukan untuk mengantisipasi narapidana yang tidak lancar dalam membaca dan menulis, meskipun mereka mengaku lulusan SMP ke atas.

HASIL PENELITIAN DAN DISKUSI

Berdasarkan hasil analisa data didapatkan bahwa strategi regulasi emosi memiliki kontribusi pada munculnya ide bunuh diri dengan nilai $p\ 0.000 < 0.05$.

Nilai r sebesar -0.13 , hal ini menunjukkan bahwa strategi regulasi emosi berkorelasi negatif pada munculnya ide bunuh diri. Strategi regulasi yang tinggi akan diikuti oleh rendahnya ide bunuh diri pada narapidana dan juga sebaliknya. Nilai kontribusi dari strategi regulasi emosi terhadap munculnya ide bunuh diri pada narapidana adalah sebesar $21,8\%$. Hal ini menunjukkan bahwa kontribusi yang diberikan masih tergolong rendah.

Berbeda dengan ide bunuh diri, kontribusi strategi regulasi emosi pada kecenderungan misconduct justru menunjukkan hasil yang sebaliknya. Analisa data menunjukkan bahwa regulasi emosi tidak memberikan kontribusi pada kecenderungan misconduct pada narapidana di LAPAS II A Jember, dengan nilai $p\ 0.895 > 0.05$.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesa Strategi Regulasi Emosi dengan Kecenderungan Misconduct dan Ide Bunuh Diri

No	Hipotesa	F	p	r square
1.	Strategi regulasi emosi dan <i>misconduct</i>	0.017	0.895	0.000
2.	Strategi regulasi emosi dan ide bunuh diri	21.697	0.000	0.218

Kondisi narapidana di LAPAS II A Jember pada umumnya masih dapat dikatakan kondusif. Sejauh ini belum pernah dilaporkan adanya tindak bunuh diri yang dilakukan oleh narapidana maupun kejadian kerusuhan yang terjadi dalam skala besar. Umumnya narapidana mengalami kondisi emosi yang relatif masih dapat tertangani dengan efektif sehingga tidak sampai menimbulkan kejadian yang ekstrim.

Insiden *misconduct* yang terjadi juga relatif merupakan pelanggaran-pelanggaran kecil seperti misalnya penggunaan alat komunikasi yang seharusnya dilarang untuk dimiliki oleh narapidana, perselisihan kecil dengan narapidana lain di dalam Lapas, pencurian antar sesama Lapas, dan melakukan hubungan sembunyi-sembunyi dengan narapidana wanita.

Seperti yang telah dikemukakan sebelumnya terkait hasil analisa data penelitian yang telah dilakukan. Regulasi emosi hanya memberikan kontribusi pada munculnya ide bunuh diri pada narapidana, dan sebaliknya regulasi emosi tidak menunjukkan kontribusi pada munculnya kecenderungan misconduct.

Misconduct secara umum lebih dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal individu, seperti kondisi lingkungan, hubungan yang sehat dengan orang lain, dan dukungan sosial (Bloom, 2007). Sehingga faktor internal seperti regulasi emosi kurang memberikan dampak langsung pada kecenderungan perilaku misconduct khususnya pada narapidana di Lapas Kelas IIA Jember.

Kemungkinan lain dari alpanya kontribusi strategi regulasi emosi pada kecenderungan *misconduct* dapat juga disebabkan karena pada pelaksanaan pengambilan data, respon yang diberikan oleh narapidana cenderung bersifat normatif, karena kekhawatiran narapidana bahwa respon mereka akan dinilai atau dievaluasi oleh pihak petugas. Meskipun aitem pertanyaan pada kuisioner sudah dibuat sedemikian rupa untuk menghindari *social desirability* pada narapidana, namun situasi di dalam Lapas kemungkinan menjadi faktor eksternal yang cukup ekstrim mempengaruhi bentuk respon yang ditunjukkan.

Berbeda dengan *misconduct*, ide bunuh diri pada narapidana di Lapas Kelas II A Jember menunjukkan keterkaitan dengan regulasi emosi. Meskipun kontribusi yang diberikan relatif kecil yaitu senilai 21,8%. Hal ini dikarenakan ide bunuh diri lebih dipengaruhi oleh strategi coping yang dilakukan oleh individu saat menghadapi emosi negatif yang melanda. Kondisi di dalam jeruji Lapas tentunya akan menjadi stressor yang cukup berat bagi napi. Segala keterbatasan yang harus dijalani dalam kurun waktu yang relatif cukup lama, dengan beban permasalahan lain yang juga menyertai tentunya menjadi beban yang sangat menekan bagi narapidana.

Permasalahan yang menekan ini menuntut narapidana untuk segera melakukan adaptasi pada problem yang sedang mereka hadapi. Kemampuan untuk melakukan adaptasi pada problem yang sedang dihadapi, tentunya berbeda antar sesama individu di Lapas. Dengan latar belakang yang sangat beragam, masing-masing individu yang menjadi narapidana di Lapas menunjukkan kemampuan adaptasi yang beragam pula. Kemampuan adaptasi pada permasalahan inilah yang disebut dengan coping.

Perilaku *coping* sangat erat kaitannya dengan munculnya ide bunuh diri, pada beberapa penelitian menemukan bahwa coping merupakan faktor utama

yang mengantarai munculnya ide bunuh diri pada individu (Brock,2007). Saat sedang menghadapi masalah individu dituntut untuk melakukan penyelesaian yang efektif. Apabila proses penyelesaian yang dilakukan atau dipilih oleh individu tidak adekuat maka akan memunculkan emosi negatif yang mengarah pada munculnya penyelesaian ekstrim seperti salah satunya ide bunuh diri.

Regulasi emosi lebih berperan sebagai filter bagi individu untuk menyaring emosi negatif yang muncul sebagai dampak dari problem yang sedang mereka hadapi. Secara umum ada dua bentuk strategi regulasi emosi yang dilakukan oleh individu, yang pertama yaitu reappraisal yang menekankan pada pencegahan sebelum emosi negatif itu muncul. Sementara bentuk yang kedua adalah suppression yaitu melakukan modifikasi pada saat emosi negatif tengah terjadi, jadi lebih fokus untuk mengontrol ekspresi emosinya.

Emosi muncul sebagai dampak dari suatu stimulus, stimulus negatif umumnya akan disertai dengan emosi negatif dan begitu pula sebaliknya. Meskipun pada dasarnya tidak selalu demikian. Strategi regulasi emosi menentukan kemampuan individu untuk melakukan coping (Lazarus, 2008). Individu yang mampu menilai situasi, mengubah pikiran yang negatif dan mengontrol emosinya akan memiliki coping yang positif terhadap masalahnya. Pada proses coping yang berhasil maka akan terjadi proses adaptasi yang meningkatkan kemampuan individu untuk bertahan dalam menghadapi kemungkinan stress selanjutnya. Sebaliknya bila terjadi kegagalan dalam proses coping maka individu bersangkutan akan mengalami stres yang berkelanjutan, yang termanifestasi dalam berbagai gangguan psikis dan fisik, seperti gangguan kesehatan, dan masalah sosial lainnya (Gross & John, 2000, dalam Wade & Tavris, 2007).

KESIMPULAN DAN SARAN

Strategi regulasi emosi menunjukkan hubungan dengan ide bunuh diri pada narapidana di Lapas IIA Jember dengan nilai $p < 0.00 < 0.05$, sementara untuk kecenderungan misconduct tidak ditemukan ada keterkaitan dengan strategi regulasi emosi dengan nilai $p > 0.895 > 0.05$. Strategi regulasi emosi memberikan

kontribusi sebesar 21,8 % pada munculnya ide bunuh diri pada narapidana di Lapas II A Jember.

Kecenderungan misconduct lebih dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal dari individu seperti kondisi lingkungan, hubungan dengan orang lain serta dukungan sosial. Sedangkan ide bunuh diri sangat ditentukan oleh keterampilan individu dalam melakukan coping pada permasalahan yang sedang mereka hadapi. Coping ditentukan oleh kemampuan individu dalam meregulasikan emosinya sehingga dapat memodifikasi emosi negatif dalam bentuk ekspresi yang adaptif dan adekuat.

Hasil dari penelitian ini secara umum dapat menghasilkan beberapa masukan atau saran bagi Pihak Lapas yaitu Lapas dapat melakukan assesmen rutin pada problem-problem psikologis yang muncul pada narapidana sebagai dasar penyusunan program intervensi. Program intervensi yang dilakukan idealnya berangkat dari problem atau kebutuhan para narapidana di Lapas. Peneliti menyarankan adanya upaya menyelenggarakan kegiatan konseling yang rutin, baik individu maupun kelompok bisa dilakukan secara sistemik, sebagai bentuk intervensi yang bersifat preventif maupun kuratif pada problem-problem psikologis yang dihadapi oleh narapidana.

Bagi peneliti lain yang juga tertarik untuk meneliti tema serupa, beberapa hal berikut dapat menjadi catatan tersendiri yaitu :

1. Perlunya mempertimbangkan metode pengambilan data yang akan diterapkan pada narapidana.
2. Berdasarkan pengalaman peneliti khusus untuk atribut tertentu yang mengandung nilai normatif seperti misalnya misconduct ternyata metode kusioner kurang efektif untuk menggali data yang sebenarnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2005). Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Berzins, L.G., & Trestman, R. L. (2004). The development and implementation of dialectical behavior therapy in forensic settings. *International Journal of Forensic Mental Health*, 3(1), 93-103.

- Carver, C.S. & Scheier, Michael F. (1998). *On the Self regulation of Behavior*. United State of America: Cambridge University Press.
- Folkman, S. & Moskowitz, J.T. (2000). Positive affect and the other side of coping. *American Psychologist*, 55(6), 647-654.
- Gross, J.J. (1998). Antecedent- and response-focused emotion regulation: divergent consequences for experience, expression, and physiology, *Journal of Personality and Social Psychology* 74 (1) 224-237.
- Gross, J. J. and John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implication for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362.
- Gross, J. J & Thompson, R. A. (2007). *Emotion Regulation: Conceptual Foundations*. Dalam James J. Gross (as editor). *Handbook Of Emotion Regulation*, h. 3-24. Newyork: The Guilford Press.
- Hadi, S. (2000). *Statistik*. Jilid 2. Cetakan XVII. Yogyakarta: andi Offset.
- Handayani, P.K. (2010). *Analisis Psikofenomenologi pada narapidana Pelaku Pedofilia. Pendekatan Integratif: Studi Fenomenologi dan Analisis Kasus*. Tesis. Tidak Diterbitkan. Program Magister Sains Psikologi Fakultas Psikologi Universitas gadjah Mada Jogjakarta.
- Lafreniere, P. J. (2000). *Emotional Development (A Biosocial Perspective)*. USA: Wadsworth/ Thomson Learning.
- Laporan PKL. (2013). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember
- Nawawi, HH. (2003). *Metode Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Reivich & Shatte. (2002). (<http://id.wikipedia.org/wiki/resiliensi>).
- Rizki, B.M., (2010). *Hubungan antara Strategi Regulasi Emosidan Faktor Demografi dengan Resiliensi pada Perempuan Narapidana*. Tesis. Tidak Diterbitkan. Program Magister Sains Psikologi Fakultas Psikologi Universitas gadjah Mada Jogjakarta.
- Sugiyono. (2009). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Tugade, M. M. & Fredrickson, B. L. (2007). Regulation of positive emotions: emotion regulation strategies that promote resilience. *Journal of Happiness Studies*, 8, 311-333.

Vandenbos, G. R. (2006). APA Dictionary of Psychology. United State of America.

Wright, E.M.,Salisbury, E.J.,& Voorhis, P.V.(2007). Predicting the prison misconduct of women offender. The important of gender responsive needs. Journal of Contemporary Criminal Justice. Volume 23 No 4. Novermber 2007. Hal 310-340.