

HUBUNGAN KEBERMAKNAAN HIDUP DAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN KESEHATAN MENTAL NARAPIDANA (Studi Kasus Nara Pidana Kota Semarang)

Baidi Bukhori
(Dosen IAIN Walisongo Semarang)
Email address

Abstract

Convicts during being kept in socializing institutions lose their freedom of mobility and accompanying sufferings such as the loss of opportunity to have sexual intercourse, of private rights, of getting goodness and help, of their secrecy from bad prejudice from society, and being suffered from infantilism. Convicts also have to do duties, to adapt themselves, to obey socializing institutions' regulations and all regulations formed secretly which apply among occupants of socializing institutions beyond officers' reach.

In facing life which was hard and full of problems, part of convicts still had healthy mental conditions, who showed determination, survival, and even they helped their fellow convicts. In contrast, part of convicts suffered from unhealthy mental conditions, who showed desperation, apathy, and a condition of losing their life spirit, even there were some convicts who committed suicide in order to free themselves from their sufferings.

Among factors assumed as having influences on the condition were the meaningfulness of life and the social support of the family. By the meaningfulness of life, convicts were assumed as being able to take the appropriate attitudes so that the tragic experiences could reduce; even they could produce deeper meaning. Blessing and valuable lessons could be taken from those incidents which help the process of maturity and give contributions to the goodness in the future.

This research was a quantitative research which aimed at testing empirically the correlation between the meaningfulness of life and the social support of the family and convicts' mental health.

The subjects of this research were convicts of Kedungpane Semarang First Class Socializing Institution. The technique of taking samples used in this research was random sampling, namely a technique of choosing randomly the existing individuals (407 convicts). By using the technique, 104 convicts were chosen in this research.

Keywords: *the meaningfulness of life, the social support of the family, mental health, convicts, and socializing institution.*

Abstrak

Narapidana selama di lembaga pemasyarakatan kehilangan kemerdekaan bergerak dan derita-derita yang menyertai seperti hilangnya kesempatan hubungan seksual, kehilangan hak pribadi, kehilangan mendapatkan kebaikan dan bantuan, kehilangan kerahasiaannya dari akibat prasangka buruk dari masyarakat, dan kepedihan dari proses infantilisasi atau menganak kecilkan orang yang sudah dewasa. Narapidana juga harus menjalankan kewajiban, menyesuaikan diri, mematuhi dan mentaati peraturan lembaga pemasyarakatan, dan segala peraturan yang terbentuk secara tersembunyi yang berlaku antar sesama penghuni di luar jangkauan petugas.

Dalam menghadapi kehidupan yang sulit dan penuh problema tersebut ada sebagian narapidana tetap sehat mentalnya, yang menunjukkan sikap tabah, bertahan bahkan berusaha membantu sesamanya. Namun dipihak lain, sebagian tahanan mengalami ketidaksehatan mental, yang menunjukkan sikap putus asa, apatis, dan kehilangan semangat hidup, bahkan ada yang melakukan bunuh diri guna membebaskan diri dari penderitaannya.

Di antara faktor yang diasumsikan berpengaruh terhadap kondisi tersebut adalah kebermaknaan hidup dan dukungan sosial keluarga. Dengan kebermaknaan hidup, narapidana diasumsikan dapat mengambil sikap yang tepat sehingga pengalaman-pengalaman tragis itu dapat berkurang, bahkan dapat menimbulkan makna yang lebih berarti. Dari peristiwa tersebut dapat mengalir berkah dan pelajaran berharga yang justru membantu proses kematangan dan memberi sumbangan bagi kebaikan di masa mendatang.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan kebermaknaan hidup dan dukungan sosial keluarga dengan kesehatan mental narapidana.

Subjek dalam penelitian ini adalah narapidana Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Kedungpane Semarang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *random sampling*, yaitu memilih individu-individu yang ada (407 narapidana) secara acak. Dengan menggunakan teknik tersebut terpilih 104 narapidana sebagai subjek penelitian.

Kata kunci: *Kebermaknaan hidup, dukungan sosial keluarga, kesehatan mental, narapidana, dan lembaga pemasyarakatan.*

A. Pendahuluan

Kesehatan mental merupakan permasalahan yang selalu menarik perhatian masyarakat. Berita-berita tentang peningkatan jumlah pasien rumah sakit jiwa akibat musibah bencana alam di berbagai daerah, siswa bunuh diri karena belum bisa membayar SPP, narapidana¹ bunuh diri akibat stress, dan sebagainya. Beberapa kasus tersebut merupakan permasalahan yang tidak bisa diabaikan begitu saja.

Ketidaksehatan mental bisa dialami oleh semua orang tak terkecuali narapidana, apalagi narapidana yang hidup dalam kamar hunian dalam waktu yang cukup lama, bisa beberapa tahun, kadang-kadang sampai puluhan tahun bahkan seumur hidup. Di dalam lembaga pemasyarakatan² (Lapas) seorang narapidana akan mengalami berbagai persoalan dan penderitaan. Secara teoritis sebenarnya derita yang akan dialami oleh narapidana satu-satunya adalah hilangnya kemerdekaan bergerak. Namun ternyata ada derita-derita sertaan sebagai akibat hilangnya kemerdekaan bergerak, yaitu: 1). Hilangnya kesempatan hubungan seksual. 2). Kehilangan hak pribadi. 4). Kehilangan mendapatkan kebaikan

¹Narapidana adalah terpidana yang menjalani pidana hilang kemerdekaan di Lembaga Pemasyarakatan (UU RI No. 12 Th. 1995 tentang Pemasyarakatan Pasal 1 ayat 7).

²Lembaga Pemasyarakatan adalah tempat untuk melaksanakan pembinaan narapidana dan anak didik pemasyarakatan (UU RI No. 12 Th. 1995 tentang Pemasyarakatan Pasal 1 ayat 2).

dan bantuan. 5). Kehilangan kerahasiaannya dari akibat prasangka buruk dari masyarakat. 6). Kepedihan dari proses infantilisasi atau menanganak kecilkan orang yang sudah dewasa³.

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan mental narapidana adalah kebermaknaan hidup. Kebermaknaan hidup adalah penghayatan individu terhadap keberadaan dirinya, memuat hal-hal yang dianggap penting, dirasakan berharga, dan dapat memberikan arti khusus yang menjadi tujuan hidup sehingga membuat individu menjadi berarti dan berharga⁴. Salah satu cara untuk mencapai kebermaknaan hidup adalah dengan nilai bersikap, yaitu cara individu menunjukkan keberanian dalam menghadapi penderitaan serta bagaimana individu memberikan makna pada penderitaan yang dihadapi⁵. Betapa penting kebermaknaan hidup bagi seseorang, Ancok⁶ menyatakan bahwa kehidupan yang sehat adalah kehidupan yang penuh makna. Hanya dengan makna yang baik orang akan menjadi insan yang berguna tidak hanya untuk diri sendiri tetapi juga untuk orang lain. Kerusakan moral dan gangguan jiwa adalah karena orang tidak memiliki makna hidup yang baik.

Selain faktor kebermaknaan hidup, faktor yang diasumsikan berhubungan dengan kesehatan mental narapidana adalah dukungan sosial keluarga. Sears dkk.⁷ mengatakan bahwa dukungan sosial adalah suatu hubungan interpersonal di mana individu memberikan bantuan kepada individu lain dan bantuan yang diberikan berupa partisipasi, emansipasi, motivasi, penyediaan informasi, dan penghargaan atau penilaian terhadap individu.

Dukungan sosial keluarga merupakan variabel lingkungan yang diasumsikan memiliki hubungan positif dengan kesehatan

³Tarsono, *Pengaruh besarnya Kelompok Terhadap Perilaku Prososial dan Agresifitas Narapidana*, Tesis (Yogyakarta: Universitas Gadj Mada, 2002), h. 94-95.

⁴E. Koeswara, *Logoterapi, Psikoterapi Victor Fankl*, (Yogyakarta: Kanisius, 1992), h. 58.

⁵H.D. Bastaman, *Integrasi Psikologi dalam Islam, Menuju Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1995), h. 55.

⁶F.E. Frankl, *Logoterapi; Terapi Psikologi Melalui Pemahaman Eksistensi*, (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2003), h. 4.

⁷D. Tresnowati, *Kecemasan Terhadap Kematian pada Pasien Hemodialysis Ditinjau dari Dukungan Sosial Keluarga*. Tesis (Yogyakarta: Pascasarjana Universitas Gadj Mada, 2004), h. 5.

mental. Narapidana akan membutuhkan dukungan yang lebih dari keluarga dan cara-cara yang efektif dalam menghadapi masalah yang sedang dihadapi⁸. Dukungan tersebut diharapkan berasal dari keluarga karena keluarga merupakan lingkungan pertama dan lingkungan yang terdekat dengan narapidana. Dukungan sosial keluarga bagi narapidana diperlukan untuk menghilangkan rasa ketakutan dan kecemasan akan masalah-masalah yang dihadapi. Upaya yang dilakukan keluarga yang berada di sekitar narapidana untuk memberikan semangat dapat menjadi salah satu jalan keluar yang positif bagi narapidana untuk menerima dengan tenang atas beban penderitaan yang dialami.

Pada kenyataannya, di lembaga pemasyarakatan ada narapidana yang tidak mendapatkan dukungan dari keluarganya. Bila keluarga tidak dapat memberikan dukungan terhadap masalah-masalah yang dihadapi narapidana, bahkan mengabaikan, maka hal tersebut dapat mengakibatkan narapidana semakin menderita bahkan bisa terganggu kesehatan mentalnya.

B. Kebermaknaan Hidup

Kebermaknaan hidup adalah penghayatan individu terhadap keberadaan dirinya, memuat hal-hal yang dianggap penting, dirasakan berharga, dan dapat memberikan arti khusus yang menjadi tujuan hidup sehingga membuat individu menjadi berarti dan berharga⁹. Menurut Ancok¹⁰ kehidupan yang bermakna akan dimiliki seseorang apabila dia mengetahui apa makna dari sebuah pilihan hidupnya. Makna hidup adalah hal-hal yang memberikan arti khusus bagi seseorang, yang apabila berhasil dipenuhi akan menyebabkan kehidupannya dirasakan berarti dan berharga, sehingga akan menimbulkan penghayatan bahagia (*happiness*)¹¹

Menurut Frankl¹² ada tiga komponen kebermaknaan hidup, yakni 1). kebebasan berkehendak, 2). kehendak hidup bermakna,

⁸ *Ibid.*

⁹ Koeswara, *Logoterapi, Psikoterapi*, , h. 58.

¹⁰ Frankl, *Logoterapi; Terapi*, h. 7.

¹¹ P. Budiharjo, *Mengenal Teori Kepribadian Mutakhir*, (Yogyakarta: Kanisius, 1997), h. 153.

¹² F.E. Frankl, *The Will to Meaning, Foundations dan Applications of Logotherapy*, (New York: Meridian, 1988), h. 16.

3). makna hidup. *Kebebasan berkehendak* adalah kebebasan yang dimiliki seseorang untuk menentukan pilihan di antara alternatif-alternatif yang ada, dan oleh karenanya seseorang mengambil peranan yang besar dalam menentukan nasibnya sendiri.

Kehendak hidup bermakna adalah hasrat yang memotivasi setiap orang untuk bekerja, berkarya, dan melakukan kegiatan-kegiatan penting lainnya dengan tujuan agar hidupnya berharga dan dihayati secara bermakna. Jadi sebagai motivasi utama manusia, kehendak hidup bermakna mendambakan seseorang menjadi pribadi yang penting dan berharga serta memiliki tujuan hidup yang jelas dan sarat dengan kegiatan-kegiatan yang bermakna pula¹³.

Makna hidup adalah sesuatu yang dianggap penting, benar, dan didambakan serta memberi nilai khusus bagi seseorang. Bila berhasil ditemukan dan dipenuhi akan menyebabkan kehidupan ini dirasakan demikian berarti dan berharga serta dapat dijadikan tujuan hidupnya¹⁴.

Menurut Crumbaugh dan Maholich¹⁵ aspek-aspek kebermaknaan hidup yaitu: 1). tujuan hidup, 2). kepuasan hidup, 3). kebebasan memilih, 4). gairah hidup, dan 5). tanggung jawab. Mereka yang menghayati hidup bermakna dapat digambarkan sebagai berikut:

Mereka menjalani kehidupan sehari-hari dengan penuh semangat dan gairah hidup serta jauh dari perasaan hampa. Mereka juga mempunyai tujuan hidup yang jelas, baik tujuan jangka pendek maupun tujuan jangka panjang. Kegiatan-kegiatan mereka pun menjadi terarah. Selain itu mereka juga merasakan sendiri kemajuan-kemajuan yang telah mereka capai. Tugas-tugas dan pekerjaan sehari-hari bagi mereka merupakan sumber kepuasan dan kesenangan tersendiri sehingga mereka mengerjakannya dengan bersemangat dan bertanggung jawab. Hari demi hari mereka menemukan beraneka ragam pengalaman baru dan hal-hal menarik yang semuanya menambah pengalaman hidup mereka. Mereka mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, dalam arti menyadari batasan-batasan lingkungan, tetapi dalam batasan-batasan itu mereka dapat menentukan sendiri apa yang paling baik

¹³Bastaman, *Integrasi Psikologi*, h. 194

¹⁴*Ibid.*

¹⁵Koeswara, *Logoterapi, Psikoterapi*, h. 176.

untuk mereka lakukan. Mereka juga menyadari bahwa makna hidup dapat ditemukan dalam kehidupan, betapapun buruknya keadaan. Kalaupun mereka pada suatu saat mengalami penderitaan, mereka akan menghadapinya dengan sikap tabah. Mereka sadar bahwa senantiasa ada makna dan hikmah di balik penderitaannya itu. Mereka benar-benar menghargai hidup dan kehidupan, karena mereka menyadari bahwa hidup dan kehidupan itu senantiasa menawarkan makna yang harus mereka penuhi. Mereka menganggap bahwa usaha memenuhi makna hidup itu secara bertanggung jawab merupakan tantangan. Mereka juga mampu mencintai dan menerima cinta kasih orang lain, serta menyadari bahwa cinta kasih merupakan salah satu hal yang menjadikan hidup ini indah. Mereka adalah orang-orang yang benar-benar menghayati bahwa hidup dan kehidupan mereka bermakna¹⁶.

C. Dukungan Sosial Keluarga

Sears dkk.¹⁷ mengatakan bahwa dukungan sosial adalah suatu hubungan interpersonal di mana individu memberikan bantuan kepada individu lain dan bantuan yang diberikan berupa partisipasi, emansipasi, motivasi, penyediaan informasi, dan penghargaan atau penilaian terhadap individu. Sarason dkk.¹⁸ mengemukakan bahwa dukungan sosial merupakan suatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya.

House¹⁹ menyatakan bahwa, dukungan sosial sebagai suatu bentuk transaksi antar pribadi yang melibatkan: 1). perhatian emosional, 2). bantuan instrumental, 3). pemberian informasi, dan 4). adanya penilaian. *Pertama*: Perhatian emosional. Individu membutuhkan empati. Bilamana seseorang dapat menghargai, mempercayai, dan mengerti dirinya lebih baik, ia akan menjadi terbuka terhadap aspek-aspek baru dari pengalaman hidupnya. *Kedua*: Bantuan instrumental. Penyediaan piranti guna menunjang kelancaran kerja, secara langsung akan meringankan beban yang

¹⁶Bastaman, *Integrasi Psikologi*, h. 197.

¹⁷Tresnowati, *Kecemasan*, h. 5.

¹⁸I.G. Sarason, *Assessing Social Support: The Social Support Questionnaire*. (Journal of Personality and Social Psychology, 1983), h. 127.

¹⁹D. Etzion, *Moderating Effect of Social Support on The Stress-Burnout Relationship*, (Journal of Applied Psychology, 1984), h. 615.

ditanggung seseorang. *Ketiga*: Pemberian informasi. Pemberian informasi, maksudnya agar informasi dapat digunakan untuk mengatasi masalah pribadi maupun masalah pekerjaan. *Keempat*: Penilaian. Penilaian meliputi dukungan pekerjaan, prestasi, dan peran sosial yang terdiri atas umpan balik, perbandingan sosial, dan afirmasi (persetujuan menyatakan “ya”).

D. Kesehatan Mental

Daradjat²⁰ menyatakan bahwa ada banyak definisi tentang kesehatan mental yang diberikan para ahli, sesuai dengan pandangan dan bidangnya masing-masing. Definisi tersebut antara lain: 1). Kesehatan mental adalah terhindarnya orang dari gejala-gejala gangguan jiwa (*neurose*) dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (*psychose*). 2). Kesehatan mental adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri, dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan di mana ia hidup. 3). Kesehatan mental adalah pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan orang lain; serta terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa. 4). Kesehatan mental adalah terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem biasa yang terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya.

Menurut Bastaman²¹, kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketakwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan bahagia di akhirat.

Beberapa ahli yang berusaha merumuskan tolok ukur kesehatan mental seseorang, salah satunya adalah Bastaman²². Ia

²⁰Z. Darajat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: PT. Toko Gunung Agung, 2001), h. 4-6.

²¹Bastaman, *Integrasi Psikologi*, h. 133.

²²*Ibid.*, h. 134.

memberikan tolak ukur kesehatan mental sebagai berikut:

- 1) Bebas dari gangguan dan penyakit-penyakit kejiwaan.
- 2) Mampu secara luwes menyesuaikan diri dan menciptakan hubungan antar pribadi yang bermanfaat dan menyenangkan.
- 3) Mengembangkan potensi-potensi pribadi (bakat, kemampuan, sikap, sifat, dan sebagainya) yang baik dan bermanfaat bagi diri sendiri dan lingkungan.
- 4) Beriman dan bertaqwa kepada Tuhan dan berupaya menerapkan tuntutan agama dalam kehidupan sehari-hari.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental itu secara garis besar ada dua yaitu faktor internal dan eksternal. *Faktor internal* ini antara lain meliputi: kepribadian, kondisi fisik, perkembangan dan kematangan, kondisi psikologis, keberagamaan, sikap menghadapi problema hidup, kebermaknaan hidup, dan keseimbangan dalam berfikir. Adapun yang termasuk faktor eksternal antara lain: keadaan sosial, ekonomi, politik, adat kebiasaan dan sebagainya²³.

Menurut Daradjat kedua faktor di atas, yang paling dominan adalah faktor internal. Ia mengungkapkan bahwa ketenangan hidup, ketenangan jiwa atau kebahagiaan batin itu tidak banyak tergantung pada faktor-faktor dari luar seperti keadaan sosial, ekonomi, politik, adat kebiasaan dan sebagainya. Akan tetapi lebih tergantung pada cara dan sikap menghadapi faktor tersebut.

Narapidana adalah terpidana yang menjalani pidana hilang kemerdekaan di Lembaga Pemasyarakatan (UU RI No. 12 Th.1995 tentang Pemasyarakatan Pasal 1 ayat 7). Menurut Gunakarya²⁴ narapidana adalah orang yang terbukti melakukan tindak pidana dan kemudian oleh pengadilan dijatuhi hukuman atau pidana.

Lembaga pemasyarakatan adalah tempat untuk melaksanakan pembinaan narapidana dan anak didik pemasyarakatan (UU RI No. 12 Th. 1995 tentang Pemasyarakatan

²³ Daradjat, *Kesehatan Mental*, h. 9.

²⁴ Tarsono, *Pengaruh besarnya Kelompok Terhadap Perilaku Prososial dan Agresifitas Narapidana*, Tesis (Yogyakarta: Universitas Gadjad Mada, 2002), h. 88.

Pasal 1 ayat 2). Perlakuan terhadap narapidana didasarkan pada sistem pemasyarakatan.

Pemasyarakatan adalah kegiatan untuk melakukan pembinaan warga binaan pemasyarakatan berdasarkan sistem, kelembagaan, dan cara pembinaan yang merupakan bagian akhir dari sistem pemidanaan dalam tata peradilan pidana (UU RI No. 12 Th. 1995 tentang Pemasyarakatan Pasal 1 ayat17).

Narapidana selama hidup di Lembaga Pemasyarakatan menghadapi kehidupan yang sulit dan penuh problema sehingga dituntut untuk memiliki ketahanan mental, agar tetap sehat mentalnya. Salah satu hal yang mempengaruhi ketahanan mental narapidana adalah kebermaknaan hidup. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Daradjat²⁵, bahwa sesungguhnya ketenangan hidup, ketenteraman jiwa atau kebahagiaan batin seseorang, lebih tergantung kepada cara dan sikap menghadapi permasalahan yang ia hadapi. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa sumber utama kesehatan mental adalah bagaimana cara dan sikap seseorang dalam menghadapi persoalan hidup yang ia hadapi.

Tidak jauh berbedadengankesehatanmental,kebermaknaan hidup seseorang juga bersumber dari bagaimana sikapnya dalam menghadapi persoalan hidup. Menurut Bastaman²⁶salah satu sumber kebermaknaan hidup adalah nilai-nilai sikap. Nilai sikap merupakan sikap yang diberikan individu terhadap kondisi-kondisi tragis yang telah terjadi, seperti penyakit, penderitaan, dan kematian. Situasi-situasi yang buruk, yang menimbulkan keputusan dan tampak tanpa harapan dapat memberikan kesempatan yang sangat besar bagi individu dalam menemukan makna hidupnya. Dengan mengambil sikap yang tepat, maka beban pengalaman-pengalaman tragis itu dapat berkurang, bahkan dapat menimbulkan makna yang lebih berarti. Dari peristiwa tersebut dapat mengalir berkah dan pelajaran berharga yang justru membantu proses kematangan dan memberi sumbangan bagi kebaikan di masa mendatang.

Dengan demikian dapat diambil pemahaman bahwa sehat atau tidaknya mental seseorang dan bermakna atau tidaknya hidup seseorang sangat tergantung pada bagaimana sikap seseorang

²⁵*Ibid.*

²⁶ Bastaman, *Integrasi Psikologi*, h. 196.

dalam menghadapi problema kehidupan yang mereka hadapi. Jika seseorang bisa bersikap positif terhadap problema yang mereka hadapi maka kesehatan mental dan kebermaknaan hidup akan mereka dapatkan.

Kesehatan mental narapidana selain dipengaruhi oleh kebermaknaan hidup juga dipengaruhi oleh faktor yang lain yang tak kalah penting, yakni dukungan sosial. Salah satu sumber dukungan sosial menurut Ganster dkk.²⁷ adalah keluarga. Keluarga merupakan tempat pertumbuhan dan perkembangan seseorang, kebutuhan-kebutuhan fisik dan psikis mula-mula terpenuhi dari lingkungan keluarga. Sehingga keluarga termasuk kelompok yang terdekat dengan individu. Individu sebagai anggota keluarga akan menjadikan keluarga sebagai tumpuan harapan, tempat bercerita, tempat bertanya, dan tempat mengeluarkan keluhan-keluhan bilamana individu sedang menghadapi permasalahan. Kondisi ini mengisyaratkan bahwa keluarga dapat menjadi sumber dukungan sosial bagi anggota yang tengah menghadapi persoalan-persoalan.

Dukungan sosial keluarga bagi narapidana merupakan hal yang amat penting, hal tersebut sejalan dengan kodratnya sebagai makhluk sosial. Manusia sebagai makhluk sosial, keberadaannya selalu membutuhkan dan dibutuhkan orang lain. Interaksi timbal balik ini pada akhirnya akan menciptakan hubungan ketergantungan satu sama lain. Kehadiran orang lain di dalam kehidupan pribadi seseorang begitu diperlukan. Individu membutuhkan dukungan orang-orang terdekat terutama dari keluarga. Dukungan diharapkan berasal dari keluarga karena keluarga merupakan lingkungan pertama dan lingkungan yang terdekat dengan narapidana.

Bentuk dukungan sosial dapat berupa kesempatan bercerita, meminta pertimbangan, bantuan, atau mengeluh bilamana sedang mengalami persoalan pribadi²⁸. Seorang narapidana akan mengembangkan perasaan dicintai, dihargai, dan dimanusiakan keberadaannya dan ditolong oleh sumber-sumber dukungan sosial tersebut, sehingga dapat menjalani kehidupan di lembaga

²⁷D.C. Ganster, M.R. Fusilier, dan B.T. Mayes, *Role of Social Support in The Experience of Stress at Work*, (Journal of Applied Psychology: 1986), h. 102.

²⁸T.N. Rohman, N. Prihartanti, dan H.F. Rosyid, *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Burnout pada Perawat Putri di Rumah Sakit Swasta*, *Jurnal Psikologi*, Vol. ?, No. ? (Month, 1997), h. 56.

pemasyarakatan dengan wajar. Bila mana hubungan ini terjadi maka narapidana dapat melalui hari-harinya dengan baik dan tingkat kesehatan mentalnya meningkat. Akan tetapi bilamana narapidana tidak memperoleh dukungan sosial, maka ia akan merasa resah, mengalami kebingungan, dan merasa tidak mempunyai sandaran untuk mengadukan permasalahannya. Keadaan yang demikian tentu akan berdampak negatif pada narapidana, dan akan tercermin pada penurunan tingkat kesehatan mentalnya.

Dari review pustaka di atas, maka dapat diajukan hipotesis: Ada hubungan positif yang signifikan antara kebermaknaan hidup dan dukungan sosial keluarga dengan kesehatan mental narapidana.

Dari hasil analisis data diperoleh suatu kesimpulan bahwa ada korelasi positif yang signifikan antara kebermaknaan hidup dan dukungan sosial keluarga dengan kesehatan mental narapidana. Dari hasil analisis juga ditemukan adanya korelasi positif yang signifikan antara kebermaknaan hidup dengan kesehatan mental, serta adanya korelasi yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan kesehatan mental.

Adanya korelasi positif yang signifikan antara kebermaknaan hidup dengan kesehatan mental, sejalan dengan pendapat Ancok²⁹ yang menyatakan bahwa kehidupan yang sehat adalah kehidupan yang penuh makna. Hanya dengan makna yang baik orang akan menjadi insan yang berguna tidak hanya untuk diri sendiri tetapi juga untuk orang lain. Kerusakan moral dan gangguan jiwa adalah karena orang tidak memiliki makna hidup yang baik. Sejalan dengan pendapat tersebut, Lazarus dan DeLongis³⁰ menyatakan bahwa makna hidup ikut berperan dalam proses pengelolaan stres dan *coping*. Antonovsky's,³¹ juga menyatakan bahwa adanya dimensi kebermaknaan hidup dalam diri seseorang merupakan "senjata" potensial untuk melawan stressor yang berhubungan dengan kesehatan mental.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan bahwa kebermaknaan

²⁹Frankl, *Logoterapi; Terapi*, h. 4.

³⁰K. Sadrayuni, *Hubungan Kebermaknaan Hidup dengan Penerimaan Terhadap Penyakit Gagal Ginjal*. Skripsi (Semarang: Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, 2004), h. 5.

³¹Ibid.

hidup sangat penting bagi terwujudnya kesehatan mental. Senada dengan hasil penelitian ini, penelitian Rahman (1996) menunjukkan adanya hubungan kebermaknaan hidup dengan daya tahan terhadap stres pada remaja. Sementara itu, Haitami (2000) menyimpulkan bahwa pemahaman terhadap konsep kebermaknaan hidup akan menurunkan stres kerja sebesar 20%. Penelitian Zainurrofiqoh (2000) menunjukkan kontribusi kebermaknaan hidup sebesar 63,5 % terhadap tingkat harga diri mahasiswa.

Keterkaitan antara kebermaknaan hidup dan kesehatan mental dapat ditelusuri dari sumber utama kebermaknaan hidup dan kesehatan mental itu sendiri. Keduanya bersumber bagaimana cara dan sikap seseorang dalam menghadapi persoalan hidup. Salah satu cara untuk mencapai kebermaknaan hidup adalah dengan nilai bersikap, yaitu cara individu menunjukkan keberanian dalam menghadapi penderitaan serta bagaimana individu memberikan makna pada penderitaan yang dihadapi³².

Darajat³³ menyatakan bahwa sesungguhnya ketenangan hidup, ketenteraman jiwa atau kebahagiaan batin, tidak banyak tergantung kepada faktor-faktor luar seperti keadaan sosial, ekonomi, politik, adat kebiasaan, dan sebagainya; akan tetapi lebih tergantung kepada cara dan sikap menghadapi faktor-faktor tersebut.

Keterkaitan antara kebermaknaan hidup dengan kesehatan mental dapat dipahami juga dari ajaran Logoterapi. Logoterapi mengajarkan bahwa manusia harus dipandang sebagai kesatuan raga-jiwa-rohani yang tak terpisahkan. Seorang psikoterapis tidak mungkin dapat memahami dan melakukan terapi secara baik apabila mengabaikan dimensi rohani yang justru merupakan salah satu sumber kekuatan dan kesehatan manusia. Selain itu logoterapi memusatkan perhatian pada kualitas-kualitas insani, seperti hasrat untuk hidup bermakna, hati nurani, kreativitas, dan tanggung jawab. Frankl memanfaatkan dan mengaplikasikan kualitas-kualitas itu dalam terapi dan pengembangan kesehatan mental, termasuk penyembuhan mental yang sakit³⁴.

Adanya korelasi positif yang signifikan antara dukungan

³²Bastaman, *Integrasi Psikologi*, h. 196.

³³Darajat, *Kesehatan Mental*, h. 9.

³⁴Bastaman, *Integrasi Psikologi*, h. 77.

sosial keluarga dengan kesehatan mental sejalan dengan hasil penelitian Rohman, Prihartanti, dan Rosyid (1997) yang menemukan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan *burnout*³⁵ pada perawat putri. Semakin tinggi dukungan sosial semakin rendah gejala *burnout* yang dialami. Semakin rendah dukungan sosial, maka semakin tinggi *burnout*.

Narapidana yang hidup dalam kamar hunian dalam waktu yang cukup lama, bisa beberapa tahun, kadang-kadang sampai puluhan tahun bahkan seumur hidup. Di dalam lembaga pemasyarakatan seorang narapidana akan mengalami berbagai persoalan dan penderitaan. Dalam kondisi yang demikian, narapidana membutuhkan dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan hubungan membantu, bermanfaat, dan diperoleh dari orang-orang terdekat, salah satunya adalah dari keluarga.

Keluarga merupakan tempat pertumbuhan dan perkembangan seseorang, kebutuhan-kebutuhan fisik dan psikis mula-mula terpenuhi dari lingkungan keluarga. Sehingga keluarga termasuk kelompok yang terdekat dengan individu. Individu sebagai anggota keluarga akan menjadikan keluarga sebagai tumpuan harapan, tempat bercerita, tempat bertanya, dan tempat mengeluarkan keluhan-keluhan bilamana individu sedang menghadapi permasalahan. Kondisi ini mengisyaratkan bahwa keluarga dapat menjadi sumber dukungan sosial bagi anggota yang tengah menghadapi persoalan-persoalan.

Dukungan sosial keluarga bagi narapidana merupakan hal yang amat penting, hal tersebut sejalan dengan kodratnya sebagai makhluk sosial. Manusia sebagai makhluk sosial, keberadaannya selalu membutuhkan dan dibutuhkan orang lain. Interaksi timbal balik ini pada akhirnya akan menciptakan hubungan ketergantungan satu sama lain. Diharapkan, kebersamaan bersama sesama ini menjadi jalur buat pelepasan emosi sehingga ketegangan-ketegangan yang ada bisa mendorong dan tidak mengganggu kehidupan kejiwaan seseorang.

Selain hal tersebut di atas, seseorang membutuhkan orang lain karena seseorang tidak mungkin memenuhi kebutuhan fisik

³⁵Burnout merupakan keadaan internal negatif yang ditandai dengan tiga simtom: simtom fisik, emosional, dan mental.

dan psikisnya secara sendirian. Individu membutuhkan dukungan orang-orang terdekat terutama dari keluarga. Dukungan diharapkan berasal dari keluarga karena keluarga merupakan lingkungan pertama dan lingkungan yang terdekat dengan narapidana.

Bentuk dukungan sosial dapat berupa kesempatan bercerita, meminta pertimbangan, bantuan, atau mengeluh bilamana sedang mengalami persoalan pribadi³⁶. Seorang narapidana akan mengembangkan perasaan dicintai, dihargai, dan dimanusiakan keberadaannya dan ditolong oleh sumber-sumber dukungan sosial tersebut, sehingga dapat menjalani kehidupan di lembaga pemasyarakatan dengan wajar. Bila mana hubungan ini terjadi maka narapidana dapat melalui hari-harinya dengan baik dan tingkat kesehatan mentalnya meningkat. Akan tetapi bilamana narapidana tidak memperoleh dukungan sosial, maka ia akan merasa resah, mengalami kebingungan, dan merasa tidak mempunyai sandaran untuk mengadakan permasalahannya. Keadaan yang demikian tentu akan berdampak negatif pada narapidana, dan akan tercermin pada penurunan tingkat kesehatan mentalnya.

Berdasarkan hasil wawancara pada akhir bulan Agustus 2007 terhadap informan A, B, C yang memiliki kebermaknaan hidup, dukungan sosial, dan kesehatan mental tinggi, didapatkan bahwa mereka benar-benar bisa memetik hikmah selama hidup di lembaga pemasyarakatan. Hikmah tersebut antara lain: bisa lebih tenang dan terfokus untuk memahami dan menyelami apa yang mereka perbuat atas kesalahan dan keteledoran yang mereka lakukan, adanya kesadaran dalam menjalani kehidupan supaya lebih baik lagi dalam kedepannya, bisa lebih khusuk dalam beribadah, dapat mengetahui karakter orang yang ada di lapas terutama dalam satu blok, dapat bekerjasama dengan sesama warga binaan dalam satu kamar, dan dapat mengetahui apa arti hidup sebenarnya.

Selain mereka dapat mengambil hikmah selama hidup di lapas, mereka menyatakan bahwa keluarga sangat memberi dukungan selama mereka di lapas. Bentuk dukungan yang mereka terima antara lain: keluarga sering mengunjungi mereka dengan memberikan bantuan baik itu material maupun spiritual, selalu memperhatikan dan mau ikut berperan serta dalam menyelesaikan

³⁶Rahman, *Hubungan antara*, h. 56.

permasalahan yang mereka hadapi, keluarga mau mendengarkan keluhan yang mereka sampaikan dengan senang hati dan berusaha membantu dan memperhatikan mereka.

Dengan kebermaknaan hidup, dan dukungan sosial yang mereka miliki ternyata berhubungan dengan kesehatan mental mereka. Hal tersebut ditandai antara lain: Meskipun mereka hidup di lapas mereka jarang sekali merasa putus asa. Ketika rasa putus asa itu muncul mereka bisa mengatasinya dengan berbagai kegiatan yang positif baik itu beribadah, mengikuti kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan oleh lapas, atau kegiatan-kegiatan positif lainnya.

Berdasarkan hasil wawancara pada akhir bulan Agustus 2007 terhadap informan D, E, F yang memiliki kebermaknaan hidup, dukungan sosial, dan kesehatan mental rendah, didapatkan informasi bahwa mereka sering sekali merasa putus asa, tidak memiliki gairah hidup, sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan, serta hal-hal negative lainnya. Keadaan tersebut berkaitan erat dengan ketidakmampuan mereka dalam memetik hikmah selama hidup di lembaga pemasyarakatan. Ia tidak bisa menerima bahwa ia harus hidup di lembaga pemasyarakatan, sehingga hidupnya merasa tidak tenang, sering merasa putus asa, serta sulit mendapatkan kebahagiaan.

Selain mereka kurang bisa mengambil hikmah selama hidup di lapas, mereka kurang mendapat perhatian dari keluarga mereka. Dengan kondisi tersebut, mereka merasa hidup sendirian, dan tidak ada tempat untuk mecurahkan keluhan-keluhan yang mereka miliki, sehingga berpengaruh negative terhadap kehidupan mereka.

Dengan uraian tersebut dapat ditarik benang merah bahwa kesehatan mental narapidana sangat berkaitan erat dengan bagaimana kebermaknaan hidup narapidana dan bagaimana dukungan social keluarga terhadap mereka.

E. Kesimpulan

Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat korelasi positif yang signifikan antara kebermaknaan hidup dan dukungan sosial keluarga dengan kesehatan mental narapidana Lembaga Pemasyarakatan Klas I Semarang. Semakin tinggi kebermaknaan hidup dan dukungan sosial keluarga maka semakin tinggi kesehatan

mental narapidana. Sebaliknya semakin rendah kebermaknaan hidup dan dukungan sosial keluarga, maka semakin rendah kesehatan mental narapidana. Kebermaknaan hidup dan dukungan sosial keluarga secara bersama-sama mampu mempengaruhi variabel terikat (kesehatan mental) sebesar 41,4 %. Kebermaknaan hidup dan dukungan sosial keluarga dapat dijadikan prediktor kesehatan mental narapidana, sedangkan sisanya sebesar 58,6 dijelaskan oleh prediktor lain dan kesalahan-kesalahan lain (*error sampling dan non sampling*).

DAFTAR PUSTAKA

- Bastaman, H. D. 1995. *Integrasi Psikologi dengan Islam; Menuju Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Budiharjo, P. 1997. *Mengenal Teori Kepribadian Mutakhir*. Yogyakarta: Kanisius.
- Daradjat, Z. 2001. *Kesehatan Mental*. Jakarta: PT Toko Gunung Agung.
- Direktorat Jenderal Hukum dan Perundang-undangan Departemen Kehakiman RI. 1996. *Undang-undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasarakatan*, Jakarta: Ditjen Hukum dan Perundang-undangan.
- Etzion, D. 1984. Moderating Effect of Social Support on the Stress-Burnout Relationship. *Journal of Applied Psychology*. 69. 615-621.
- Frankl, F.E. 1988. *The Will to Meaning, Foundations and Applications of Logotherapy*. New York: Meridian
- 2003. *Logoterapi; Terapi Psikologi Melalui Pemahaman Eksistensi*. Penerjemah M. Murtadlo. Yogyakarta: Kreasi Wacana
- 2004. *Man's Search for Meaning, Mencari Makna Hidup, Hakekat Kehidupan, Makna Cinta, Makna Penderitaan*. Penerjemah: Lala Hermawati Dharma. Bandung: Yayasan Nuansa Cendikia
- Ganster, D.C., Fusilier, M.R., & Mayes, B.T.1986. Role of Social Support in The Experience of Stress at Work. *Journal of Applied Psychology*. 71. 102-110.
- Haitami, M.R. 2000. Hubungan Antara Pemahaman Kebermaknaan Hidup Dengan Stres Kerja Karyawan. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas psikologi UGM.
- Koeswara, E. 1992. *Logoterapi, Psikoterapi Victor Frankl*. Yogyakarta: Kanisius.

- Rahman, A.A. 1996. Hubungan antara Kebermaknaan Hidup dan Daya Tahan Stress Pada Remaja. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas psikologi UGM.
- Rogers, C.R. 1987. *Antara Engkau dan Aku*. Terjemahan Agus C. Jakarta: Gramedia
- Rohman, T.N., Prihartanti, N., dan Rosyid, H.F. 1997. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Burnout Pada Perawat Putri di Rumah Sakit Swasta, Jurnal Psikologika*, 4, 51-59.
- Sadyaruni, K. 2004. *Hubungan Kebermaknaan Hidup dengan Penerimaan Terhadap Penyakit Gagal Ginjal. Ringkasan Skripsi* (tidak diterbitkan). Semarang: Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang
- Sarason, I.G., Levine, H.M., Basham, R.B., & Sarason, B.R. 1983. Assessing Social Support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*. 44. 1. 127-139.
- Tarsono. 2002. *Pengaruh Besarnya Kelompok Terhadap Perilaku Prosocial dan Agresifitas Narapidana*. Tesis (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Pascasajana Universitas Gadjah Mada.
- Tresnowaty, D. 2004. *Kecemasan Terhadap Kematian pada Pasien Hemodialysis Ditinjau dari Dukungan Sosial Keluarga*. Ringkasan Skripsi (tidak diterbitkan). Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Katholik Soegijapranata.
- Zainurrofiqoh. 2000. *Hubungan Antara Kebermaknaan Hidup dengan Harga Diri Pada Mahasiswa UGM*. Skripsi (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas psikologi UGM.