

Gambaran Penyesuaian Diri Narapidana Pelaku Pencurian Saat Berada di Lembaga Perasyarakatan

Anisabellita Ashim¹, Katherine Valenciana², Tarisa Trihandayani³, Yuarini Wahyu Pertiwi⁴

Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Email : Anisasabel5428@gmail.com

Abstract (English)

Adjustment is the ability of individuals to cope with and adapt to their environment as well as internal demands. The aim of this study is to understand the processes and aspects of adjustment among inmates convicted of theft at Class II A Correctional Facility in Bekasi. This research employs a qualitative method with a case study design, involving four inmates who have served more than one year in prison. Data collection methods include semi-structured interviews to obtain comprehensive information and non-participant observation. The results indicate that inmates generally cope with negative feelings through positive activities, including emotional control, defense mechanisms, realistic attitudes, rational considerations, and learning from experiences. They are able to accept their circumstances, learn from their mistakes, and develop new skills during their imprisonment.

Article History

Submitted: 15 June 2024

Accepted: 16 June 2024

Published: 25 June 2024

Key Words

Self Adjustment, inmate, Theft

Abstrak (Indonesia)

Penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam mengatasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan serta tuntutan dari dalam dirinya sendiri. Tujuan dari penelitian ini adalah memahami proses dan aspek penyesuaian diri narapidana pelaku pencurian di lembaga pemasyarakatan kelas II A Bekasi. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain studi kasus, penelitian ini melibatkan empat narapidana yang menjalani hukuman lebih dari satu tahun. Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan wawancara semi terstruktur untuk mendapatkan hasil informasi lengkap sesuai yang dibutuhkan oleh peneliti dan observasi non partisipan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa narapidana umumnya mengatasi perasaan negatif dengan kegiatan positif, termasuk kontrol emosi, mekanisme pertahanan diri, sikap realistis, pertimbangan rasional, dan pembelajaran dari pengalaman. Mereka mampu menerima keadaan, belajar dari kesalahan, dan mengembangkan keterampilan baru selama masa tahanan.

Sejarah Artikel

Submitted: 15 June 2024

Accepted: 16 June 2024

Published: 25 June 2024

Kata Kunci

Penyesuaian Diri, Narapidana, Pencurian



Latar Belakang

Indonesia adalah negara yang didasari oleh hukum, Segala Tindakan Kejahatan akan diselesaikan secara hukum dan mempertimbangan asas Hak Asasi Manusia. Fakta yang ditunjukkan dari data statistic kepolisian republic Indonesia bahwa tindakan kejahatan yang paling banyak dilakukan pada tahun 2023 adalah Tindakan Pencurian , Tindakan pencurian dengan Pemberatan sebanyak 30.019 kasus dan Pencurian biasa sebanyak 20.043 kasus, Pencurian dengan Kekerasan sebanyak 3.124 (Databooks, 2023) kasus pencurian tersebut menambah pelaku kejahatan yang ditangkap dan mengakibatkan bertambahnya narapidana yang masuk kedalam Lembaga Perasyarakatan (Lapas). Lembaga Perasyarakatan sendiri didirikan untuk narapidana yang telah dinyatakan bersalah atas kasus pidana. Narapidana berbeda dengan orang biasa dan berbeda dengan tahanan polisi . Saat seseorang telah ditetapkan sebagai seorang narapidana maka orang tersebut telah terikat oleh aturan yang ada di Lembaga Perasyarakatan (Lapas), Para narapidana akan menjalankan hukuman dengan kegiatan sesuai dengan ketetapan hukum yang berlaku (Wilson, 2005). Kegiatan yang dapat dilakukan di lapas antara lain kegiatan rohani, dan kegiatan pengembangan keterampilan. Selain itu narapidana juga diwajibkan melakukan pekerjaan yang ditugaskan petugas lapas seperti membersihkan toilet dan membantu petugas lapas dalam menjalankan tugas-tugas yang ada didalam lapas .Berdasarkan penuturan petugas lapas fakta dilapangan bahwa didalam sel kapasitas 10 orang terisi lebih dari 20 orang narapidana, berdasarkan penuturan Petugas Lapas Kelas II A bekasi yang ada maka disini para narapidana lah yang dirugikan karena harus mampu menyesuaikan diri dengan keadaan sel yang kecil dan terasa penuh. Para Narapidana banyak menghabiskan waktu mereka didalam sel kecuali saat makan, kegiatan dan jam berkunjung . Selain masalah yang berkaitan dengan lingkungan Lapas , terdapat masalah social yang dialami narapidana . Masalah tersebut dapat berupa perselisihan sampai perkelahian antar narapidana yang diakibatkan rasa ketidakcocokan dengan narapidana lainnya , karakter antar individu yang berbeda . Narapidana terikat dengan peraturan didalam lapas dan kehilangan kebebasannya sehingga narapidana yang tidak terbiasa dengan keadaan tersebut akan mengalami Gangguan Psikologis dan berakhir tidaj dapat melanjutkan hidupnya dengan baik .



Oleh karena itu narapidana membutuhkan penyesuaian diri dengan lingkungan lapas sampai masa hukumannya berakhir

Penyesuaian diri adalah suatu kemampuan seseorang untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dari dalam diri, ketegangan, frustrasi, konflik dengan tujuan untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana ia tinggal dengan tuntutan dari dalam diri sendiri (Hendrayanti, 2021) Manusia selalu dituntut untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, kejiwaan dan lingkungan alam sekitar karena kehidupan secara alamiah juga mendorong manusia untuk terus-menerus menyesuaikan diri (Windaniati, 2015) Menurut (Schneiders A. A., 1964), penyesuaian diri berfungsi sebagai sebuah metode, meningkatkan respon mental serta perilaku, yang mana seseorang berupaya agar berhasil memenuhi kebutuhan batin, biologis, fisik, terhindar dari frustrasi, meredakan konflik, kemudian untuk mempengaruhi tingkat harmoni antara tuntutan yang dipaksakan oleh tujuan (Schneiders A. A., 1964) bahwa penyesuaian diri yang baik meliputi enam aspek sebagai berikut : 1) Kontrol terhadap emosi yang berlebihan, 2) Mekanisme pertahanan diri yang minimal, 3) Frustrasi personal yang minimal, 4) Pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri, 5) Kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu, Dan yang terakhir 6) Sikap realistis dan objektif. Selain itu, penyesuaian diri lebih bersifat suatu proses sepanjang hidup, terus-menerus berusaha menemukan dan mengatasi kebutuhan dan tuntutan diri maupun lingkungan. Proses penyesuaian diri menurut (Schneiders A. A., 1964) melibatkan tiga unsur, yaitu: 1) Motivasi, 2) Sikap terhadap realitas, dan yang terakhir 3) Pola dasar penyesuaian diri.

Menurut (Semiun, 2006) Penyesuaian diri dialami oleh semua orang dan terus terjadi sepanjang hidup, Terdapat empat Kriteria penyesuaian diri Kriteria pertama terkait dengan diri sendiri yaitu seseorang harus mengetahui kelebihan dan kekurangan dirinya sendiri. Kriteria kedua yang berkenaan dengan orang lain, penyesuaian diri yang baik memerlukan kematangan dalam setiap bagian tingkah laku manusia termasuk bidang sosial, emosional, moral dan agama. Kriteria ketiga merupakan pertumbuhan pribadi penyesuaian diri memerlukan penanganan yang efektif terhadap masalah stress yang terjadi dan yang sedang dialami dalam hidup. Kriteria keempat



yaitu sikap terhadap kenyataan, penyesuaian diri yang baik memerlukan sikap yang sehat dan realistis dalam menerima kenyataan

Penelitian yang dilakukan oleh (Triasti, 2015), mengenai penyesuaian diri narapidana korupsi di Lembaga Pemasyarakatan wanita kelas IIA. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga subjek merasa tidak memiliki kesulitan dalam penyesuaian diri mereka selama berada di lapas, justru mereka mengalami banyak perubahan positif yang terjadi dalam hidup mereka saat ini. Namun ketiga subjek memiliki cara yang berbeda dalam proses penyesuaian diri. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Firstian, Darviana, & Sulismadi, 2020) Hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis adalah upaya penyesuaian yang dilakukan oleh mantan narapidana untuk dapat kembali di lingkungan masyarakat akan mengarah pada hasil positif dan negatif, walaupun sulit dan membutuhkan waktu yang lama tetapi mantan napi dapat diterima kembali oleh masyarakat. Dan Penelitian lain yang diperkuat oleh beberapa penelitian luar mengenai penyesuaian diri dari (Naidoo & Oosthuizen, 2024) bahwa hasil dari penelitian menyebutkan bahwa penyesuaian diri dapat digunakan untuk membantu siswa lebih menerima dukungan social dan keberadaan self-compassionate untuk memperdalam pengalaman mereka di tahun pertama memasuki universitas. Sedangkan dalam penelitian (Antoniucci, Basili, Pistella, & Baiocco, 2024) memberikan hasil bahwa penyesuaian diri dapat meningkatkan efikasi diri dan peran social dalam hubungan antara kekhasan gender dan penyesuaian seksual minoritas. Diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh (Agbaria & Mahamid, 2023) Terdapat hasil bahwa penyesuaian diri dapat diperkuat dengan sisi emosional antara gaya pengasuhan otoritatif orangtua dengan kepercayaan diri anak-anak pra sekolah sehingga adanya hubungan dengan peningkatan penyesuaian diri nya secara social dan emosional

Berdasarkan pemaparan dan hasil dari penelitian yang sudah ada sebelumnya maka peneliti bertujuan untuk meneliti bagaimana penyesuaian diri narapidana pelaku tindak pencurian di Lapas Kelas II A Bekasi dalam menjalani kehidupannya selama berada di Lembaga Pemasyarakatan berdasarkan dengan aspek – aspek penyesuaian diri dan proses penyesuaian diri dari Schneiders.



Tinjauan Pustaka

Penyesuaian Diri

(Schneiders, 1964) mengatakan bahwa penyesuaian diri (adjustment) adalah suatu proses dimana individu berusaha keras untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan, perasaan frustrasi, dan konflik secara mandiri dengan tujuan untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana individu tersebut itu tinggal dengan tuntutan yang ada di dalam dirinya . Sedangkan menurut (Choirudin, 2015) Penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mengacu ke arah hubungan yang harmonis antara tuntutan internal dari motivasi dan tuntutan eksternal dari realitas . Dan menurut (Semion, 2006) penyesuaian diri adalah suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku yang menyebabkan individu berusaha menanggulangi kebutuhan-kebutuhan, tegangan-tegangan, frustrasi-frustrasi, dan konflik-konflik batin serta menyelaraskan tuntutan-tuntutan batin ini dengan tuntutan-tuntutan yang dikenakan kepadanya oleh dunia dimana dirinya hidup. Sedangkan Menurut (Haber & Runyon, 1984) penyesuaian diri adalah suatu proses yang ditandai dengan seberapa baik individu mampu menghadapi situasi dan kondisi yang selalu berubah sesuai dengan lingkungan dan mendapatkan kepuasan dalam pemenuhan kebutuhannya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah sebuah proses dimana individu mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya yang berubah untuk menyeimbangkan tuntutan hidup dan pemenuhan kebutuhan hidupnya .

Aspek dari Penyesuaian diri menurut (Schneiders, 1964) adalah :

1. Mampu mengontrol emosionalitas yang berlebihan. Penyesuaian diri yang baik dapat ditandai dengan tidak adanya emosi yang reaktif berlebihan atau tidak dapat gangguan emosi yang merusak. Individu yang mampu menanggapi situasi atau masalah yang dihadapinya dengan cara yang normal akan merasa tenang dan tidak panik sehingga dapat menentukan penyelesaian masalah yang dibebankan kepadanya.
2. Mampu mengatasi mekanisme psikologis Kejujuran dan keterusterangan terhadap adanya masalah atau konflik yang dihadapi individu akan lebih terlihat sebagai reaksi yang normal



dari pada suatu reaksi yang diikuti dengan mekanisme-mekanisme pertahanan diri seperti rasionalisasi, proyeksi, atau kompensasi. Individu mampu menghadapi masalah dengan pertimbangan yang rasional dan mengarah langsung pada masalah.

3. Mampu mengatasi perasaan frustrasi pribadi Adanya perasaan frustrasi akan membuat individu sulit atau bahkan tidak mungkin bereaksi secara normal terhadap situasi atau masalah yang dihadapinya. Individu harus mampu menghadapi masalah secara wajar, tidak menjadi cemas dan frustrasi.
4. Kemampuan untuk belajar Mampu untuk mempelajari pengetahuan yang mendukung apa yang dihadapi sehingga pengetahun yang diperoleh dapat dipergunakan untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi.
5. Kemampuan memanfaatkan pengalaman Adanya kemampuan individu untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman merupakan hal yang penting bagi penyesuaian diri yang normal. Dalam menghadapi masalah, individu harus mampu membandingkan pengalaman diri sendiri dengan pengalaman orang lain sehingga pengalaman-pengalam yang diperoleh dapat digunakan dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi. F
6. Memiliki sikap yang realistik dan objektif Karakteristik ini berhubungan erat dengan orientasi seseorang terhadap realita yang dihadapinya. Individu mampu mengatasi masalah dengan segera, apa adanya, dan tidak ditunda-tunda

Narapidana

pengertian mengenai narapidana yaitu dalam Pasal 1 angka 7 yang menyatakan bahwa narapidana adalah terpidana yang menjalani pidana hilang kemerdekaan di Lembaga Pemasyarakatan (LAPAS). Pasal 1 angka 3 (Undang-Undang No 12 Tahun 1995 , 1995) tentang Pemasyarakatan menyebutkan bahwa LAPAS adalah tempat melaksanakan pembinaan narapidana dan anak pidana. Sesuai dengan tujuan sistem pemasyarakatan yakni diselenggarakan dalam membentuk para warga binaannya (narapidana) agar menjadi manusia yang seutuhnya dan dapat diterima kembali oleh masyarakat. Sedangkan menurut (Chazawi, 2010) Narapidana adalah manusia bermasalah yang dipisahkan dari masyarakat untuk belajar bermasyarakat dengan baik, dan ahli hukum lain mengatakan Narapidana adalah manusia biasa seperti manusia lainnya hanya

karena melanggar norma hukum yang ada, maka dipisahkan oleh hakim untuk menjalani hukuman. Dengan demikian kesimpulan dari integrasi narapidana dalam masyarakat adalah proses pembauran atau penggabungan seseorang yang telah melanggar kaidah hukum sehingga ia dikenai sanksi berupa hukuman oleh keputusan pengadilan untuk kembali ke dalam suatu kelompok sosial dengan tujuan agar dapat menyatu kembali ke dalam lingkungan sosialnya.

Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, karena dalam mengkaji permasalahan, peneliti tidak membuktikan ataupun menolak hipotesis yang dibuat sebelum penelitian tetapi mengolah data dan menganalisis suatu masalah secara non numerik. Penelitian ini menggunakan desain penelitian studi kasus dalam arti penelitian difokuskan pada satu fenomena saja yang dipilih dan ingin dipahami secara mendalam, dengan mengabaikan fenomena-fenomena lainnya. Pemilihan pendekatan kualitatif ini bertujuan untuk memahami alasan subjek melakukan perilaku tertentu tersebut dalam sudut pandang subjek, seperti perasaannya ketika individu berperilaku tertentu, emosi yang mendasarinya, nilai – nilai apa saja yang mendasarinya, aspek apa yang mempengaruhi perilaku tersebut. (Herdiansyah, 2015)

Partisipan

Dalam mencari subjek peneliti harus mencari subjek yang dapat memberikan gambaran secara menyeluruh tentang bagaimana subjek menyesuaikan diri dengan kondisi didalam Lapas subjek dalam penelitian ini adalah narapidana yang berada di Lapas Kelas II A Bekasi, yang mana akan diambil subjek sebanyak 4 orang. Dengan Karakteristik subjek yaitu narapidana dengan kasus pencurian dengan masa tahanan minimal 2 tahun, dan sedang menjalani masa hukuman kurang lebih 1 Tahun

Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini ialah yang pertama ada teknik wawancara, Jenis wawancara yang peneliti gunakan dalam penelitian ini berupa wawancara semi terstruktur. Tujuan dari wawancara jenis ini adalah untuk menemukan permasalahan secara lebih

terbuka, dimana pihak yang diajak wawancara diminta pendapat dan ide- idenya (Sugiyono, 2017) Pertanyaan yang diajukan bersifat fleksibel, menggunakan panduan wawancara untuk dikembangkan, pada penelitian ini menggunakan panduan wawancara berdasarkan proses penyesuaian diri dan aspek penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Scheineders. Instrument penelitian yang digunakan peneliti, yaitu pedoman wawancara, catatan observasi dan alat perekam (recorder handphone). Jenis observasi yang digunakan oleh peneliti adalah observasi non partisipan. Sugiyono, (2017) menjelaskan bahwa dalam observasi non partisipan, observer datang di tempat kegiatan orang yang diamati, tetapi tidak ikut terlibat dalam kegiatan tersebut .Setelah data terkumpul maka selanjutnya peneliti akan melakukan analisis data, dimana peneliti akan menulis data tersebut dengan menggunakan verbatim sehingga mudah difahami dan dapat diinformasikan kepada orang lain baik dari hasil wawancara dan hasil observasi.

Analisis Data

Metode Pengolahan data dalam penelitian ini adalah Content Analysis , yaitu suatu metode pengolahan data yang terdiri dari proses identifikasi , pengkodean dan kategorisasi data utama (Patton, 1990). Metode ini dilakukan agar data yang sudah didapatkan oleh peneliti sesuai dengan apa yang diberikan oleh informan atau pemberi data, agar tidak terjadi kesalahan saat menyusun informasi pada laporan penelitian ini

Hasil dan Pembahasan

Gambaran umum subjek dapat dilihat pada Tabel 1.1

Tabel 1.1 Gambaran Umum Subjek Keseluruhan				
	Subjek 1	Subjek 2	Subjek 3	Subjek 4
Nama	FR	AF	HB	MM
Usia	32 Tahun	25 Tahun	32 Tahun	23 Tahun
Masa Tahanan Saat ini	2 Tahun	1 tahun 2 bulan	2 Tahun	1 Tahun
Lamanya Hukuman yang didapat	3 tahun 6 bulan	2 tahun 6 bulan	3 Tahun 6 bulan	2 Tahun 6 Bulan



Hasil penelitian ini memberikan informasi mengenai penyesuaian diri kepada 4 orang subjek narapidana pelaku pencurian yang berada di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Bekasi . Mereka melakukan tindak Pencurian dengan berbagai motif tertentu ada yang karena alasan Dendam pribadi, ada yang berdasarkan lingkungan dan Kebutuhan sehari-hari mereka. Didapatkan bahwa proses dan kegiatan yang dilakukan 4 subjek berbeda dalam menyesuaikan diri. Mereka mempunyai cara masing – masing untuk berinteraksi dan mengisi kegiatan selama menjalani masa tahanan di Lembaga Pemasyarakatan . Penyesuaian diri pada ke 4 subjek yang merupakan narapidana Pencurian, mereka sama – sama merasakan ketidakbebasan dengan peraturan yang berlaku di Lapas. Meskipun demikian, ke 4 subjek tetap menjalankan aktivitas dan mengikuti aturan yang berlaku tersebut agar mereka diterima di lingkungan Lapas. Hubungan ke 4 subjek dengan narapidana lainnya serta petugas Lapas terlihat baik – baik saja Penelitian ini memfokuskan penyesuaian diri yang baik dilihat dari aspek – aspek penyesuaian diri dari (Schneiders A. A., 1964) Aspek – aspek penyesuaian diri dari (Schneiders A. A., 1964)

Pertama pada aspek penyesuaian diri adalah **Kontrol terhadap Emosi yang berlebihan** adanya kontrol dan ketenangan emosi individu untuk menghadapi permasalahan menentukan pemecahan masalah ketika muncul kendala Seperti yang dikatakan oleh setiap subjek

Subjek 1 *“Ya biasanya kalau lagi senggang atau lagi gakada aktivitas pasti menyesali kaya diem ajaa kadang nangis kalau inget keluarga , saya alihkan mba dengan melakukan kegiatan dengan ke tempat pangkas ajaa biar sedihnya ga berlarut larut”*

Subjek 2 *“ awal nya cemas sih disini mba, takut juga tapi lama lama saya enjoy aja disini banyak teman ngobrol , saya merasa menyesal karena sudah merasa jenuh disini Tapi saya kalo stres ya keluar main sama temen-temen disini, enjoy aja “*

Subjek 3 *“Saya bingung jelasin nya mba. Saya mau marah ke diri saya tapi Kaya yaudah jalanin aja gitu mba pasrah dan Menyesal, pasti ada . Tapi Saya berdoa, menenangkan diri aja gak mau gimana gimana lagi”*

Subjek 4 *“Saya ya kadang Stress disini karena menyesal .tapi ya saya berusaha gimana caranya saya menyesuaikan dengan belajar masak didapur bareng yang lain”*

Setiap Subjek ketika di hadapkan pada kondisi yang membuatnya marah, sedih, dan menyesal subjek mengabaikannya dan tetap bertahan untuk tidak berlarut pada keadaan tersebut , kemudian ke 4 subjek kembali melakukan aktivitasnya



Kedua pada aspek penyesuaian diri adalah **Mekanisme Pertahanan Diri** seseorang dikategorikan normal jika bersedia mengakui kesalahan atau kegagalan yang dialami dan berusaha kembali untuk memperbaikinya serta mencapai tujuan yang telah ditetapkan, seperti yang diungkapkan oleh setiap subjek :

Subjek 1 *“balik lagi ke diri sendiri mba , bagaimana cara kita menanggapi nya , kalau saya biasanya jalanin aja , nomor 1 kalau saya ibadah mba mendekatkan diri sama tuhan , minta ampun ke yang maha kuasa, yang kedua ya kegiatan aja seperti olahraga di lingkungan sini. yang saya rasain ada sedikit2 lah perubahan pada diri saya seperti saya bisa merubah pola tidur dari yang tadinya suka begadang sekarang disini tidurnya teratur , makan disini juga teratur , saya juga banyak belajar mengenai perilaku banyak orang disini untuk nantinya bisa saya jadiin pelajaran lah kalau saya udah keluar dari sini “*

Subjek 2 *“ Saya sih main ya mba kalau lagi ngerasain perasaan gaenak, ngobrol sama temen-temen disini. Saya juga Selama saya disini, saya jadi lebih dewasa sih mba berpikir nya. Lebih baik dari sebelum nya “*

Subjek 3 *“Menyibukan diri, berdoa juga. Pokoknya sibuk aja jangan sampe sendirian karena kalau sendirian kerasa terus sedihnya, Karena kesibukan disini juga bawa perubahan lebih baik ke diri saya “*

Subjek 4 *“ Hmm Kalau sendirian suka pengen marah sendiri mba makannya saya ca cari hiburan, ke kamar temen-temen ngobrol , saya disini sih bisa lebih bagus yaa, bisa bertaubat lebih bertanggung jawab “*

Setiap Subjek mengungkapkan Apapun kesalahan yang mereka lakukan, Setiap subjek tetap berusaha memperbaikinya dan berusaha belajar menjadi pribadi yang lebih baik

Ketiga aspek penyesuaian diri **Frustasi Personal yang Minimal**, seseorang yang mampu menghadapi masalah dengan tenang, apabila seseorang dihadapkan dengan situasi yang menuntut penyelesaian dalam aktivitasnya sehari – hari akan kesulitan menghadapinya jika seseorang tersebut merasa kehilangan harapan dan tidak mampu mengatasi permasalahan. Seperti yang diungkapkan oleh subjek :

Subjek 1 *“ Yang penting kita jangan inget- inget kapan pulang aja mba, yang ada bakalan murung terus jalanin sesuai alurnya , enjoy aja dan jangan banyak pikiran, dan cari kesibukan. Kadang sering merasa frustrasi mba , tapi ya balik lagi seperti yang awal banyak berdoa, solat,dan sharing sama teman2 disini tentang kehidupan disini dan lakuin banyak kegiatan aja nanti akan ga terasa “*



Subjek 2 *“Kalo disini? Paling gimana ya, kalo jenuh ataupun ngerasa gabetah kalau gitu denger kabar dari luar atau gimana gitu ya.. ya sibukin diri aja sih supaya pikiran saya ga kesitu terus”*

Subjek 3 *“ Saya kalo lagi mengalami situasi yang membuat frustrasi ini tuh sebenarnya ya dibawa enjoy aja dengan ya sama aja kaya tadi, bermain sama teman-teman ngobrolin aja apa yang bisa dibahas supaya pikiran saya ga kesitu terus “*

Subjek 4 *“ Saya kalau lagi ngerasa frustrasi banget saya bergaul sama temen-temen aja sih, ngobrol, sharing pokoknya dibuat nyaman aja “*

Setiap subjek mengungkapkan ke 4 subjek bangkit dari keterpurukan yang mereka rasakan dan tetap menjalani aktivitas hingga selesai sesuai dengan aturan yang berlaku.

Keempat aspek penyesuaian diri **Realistik dan Objektif** Sikap yang realistis dan objektif merupakan sesuatu yang didasari oleh pembelajaran, pengalaman masa lalu, dan pemikiran rasional, yang memungkinkan individu untuk menyadari situasi, permasalahan, atau keterbatasan diri sebagaimana mestinya. Kemampuan untuk memandang diri sendiri secara realistis dan objektif merupakan pertanda jelas dari sebuah kepribadian dengan penyesuaian yang normal. Seperti yang diungkapkan oleh subjek :

Subjek 1 *“ Kalau sekarang sih udah difase menerima aja mba , Kalau awal awal masih ga percaya dan kaya mimpi masuk sini, soalnya kan emang baru kali ini saya masuk kesini dan menyesali dan saya menyalahkan diri sendiri, saya merasa belum berhasil membimbing anak dan istri saya dan malah sayanya masuk sini. Saya kedepannya mau merubah sikap saya mba karena disini banyak pelajaran yang bisa saya ambil dan yang pertama saya pengen nemuin kedua orang tua saya dulu mba saya mau sungkem (nangis dan mata memerah) (suara berat) , dan mau minta maaf ke anak sama istri intinya jadi lebih baik dan jangan sampe hal kaya gini keulang lagi “*

Subjek 2 *“Iya mba sudah menerima menjalani hukuman disini, kan juga ini kesalahan saya mau ga mau ya terima . saya mau nanti klo udah bebas mau daftar cpns disini mba dan saya mencoba belajar lebih banyak disini”*

Subjek 3 *“Inshaallah mba menerima dengan lapang dada, udah ikhlas.Saya kalau bebas mau cari kerja lagi, Udah mau 3 tahun disini Semua saya ikuti, ga ada yang berat sih. Soalnya saya kesibukan nya masak. Saya shift shift an gitu tadi malem saya shift malam”*

Subjek 4 *“Realistik aja mba udah terima dan sekarang juga udah dijalani hukumannya disini, setelah ini saya mau balik ke papua mau buka usaha”*

Setiap Subjek mengungkapkan bahwa dirinya sudah menerima keadaanya saat ini dan berpikir realistis untuk menjalani kehidupan kedepannya selama subjek menghadapi permasalahan



tersebut disertai dengan pertimbangan yang matang agar tidak salah melakukan kesalahan Kembali dikemudian hari .

Kelima aspek penyesuaian diri adalah **Pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri** kemampuan mengarahkan diri, merupakan seseorang yang mampu memecahkan masalah dalam kondisi sulit dan mempertimbangkan kondisi yang dihadapi dengan kemampuan berpikir secara logis serta melakukan tindakan pengalihan yang positif untuk mengatasi permasalahan . Seperti yang diungkapkan oleh subjek :

Subjek 1 “ *Banyak mba hal yang membantu perkembangan diri saya saya bisa belajar cukur rambut, melakukan hobi olahraga main bola sama temen temen disini , kedua saya yasinan mba hehe saya jujur ya mba diluar saya gapernah ngaji disini saya kebentuk lagi pribadi yang baru dan positif” ...” kalau ada yng ngajak kejahatan atau macem macem lagi Wah jelas saya tolak mba gak akan mau saya ngelakuin kejahatan apapun lagi disini kasusnya macem macem mba, udah ngeri masuk disini lagi dan jangan sampai”*

Subjek 2 “ *Banyak yang membuat saya menjadi pribadi yang baik mba salah satunya Keluarga mba dan disini itu petugas nya baik-baik banget mba. Saya selalu dikasih motivasi atau dikasih semangat sama petugas-petugas disini dan banyak yang baik disini juga orang orang nya jadi saya jalanin aja nerima aja selama ada disini” ...” Saya tegur sih kalo begitu dan saya udah jelas gak akan mau diajak kejahatan apapun lagi kalau saya udah bebas”*

Subjek 3 “ *Saya pikir 2 kali mba kalau mau melakukan apapun karena saya gak mau masuk kesini lagi untuk ke 2 kalinya “*

Subjek 4 “*yaaa nyesel aja dan lebih berpikir mateng dan mungkin saya bisa usaha dulu sebelum ngambil jalan pintas untuk ngambil motor “*

Setiap Subjek dalam mengambil keputusan untuk kedepannya lebih berhati hati dalam bertindak dan mengambil keputusan untuk melakukan sesuatu yang berhubungan dengan Kriminal, karena setiap subjek mengungkapkan bahwa mereka enggan berhadapan dengan kejahatan dan kasus Kriminal . Sehingga setiap subjek berusaha untuk mengarahkan diri menjadi lebih baik dari pelajaran yang didapatkan selama menjalani masa tahanan .

Keenam aspek penyesuaian diri **Kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu** merupakan seseorang mampu belajar mengatasi kesulitan yang dihadapi dengan proses pengalaman pribadi atau pengalaman orang lain agar dapat membantu melewati kesulitan yang dihadapi . Subjek mengungkapkan :



Subjek 1 “ *Dari pengalaman kelam saat saya masuk sini saya ambil hikmahnya dan belajar salah satunya saya bisa belajar pangkas rambut mba diluar kan saya monoton aja mba saya karyawan biasa dan saya disini orang pangkas ada keahlian baru dan saya penanggung jawabnya*”

Subjek 2 “ *Setelah kejadian pencurian kemaren dan saya masuk disini Saya jadi bisa belajar dan menanamkan ke diri saya Lebih ke kalo ada apa apa berpikir dulu seribu kali, jadi ga menyesal dikemudian hari. Pokoknya apa apa sekarang harus dipikirin mateng mateng dulu deh , tapi ya dari kejadian itu ada manfaatnya mba jadi saya bisa ngembangin skill lain*”

Subjek 3 “*Pengalaman kemaren gak mau saya inget dan Gak ada sih karena buruk ya, paling ya lebih berpikir aja kalo oh seperti ini ternyata salah ga bener. , dari kejadian kemaren disini Saya terbuka, saya sering mengikuti pelatihan disini sih. Di hari-hari tertentu. Tapi klo keterampilan gitu saya ga ikut. Paling saya olahraga sendiri sih keliling-keliling lari-lari sendiri karena disini udah jarang, disini juga saya belajar masak mba, dan saya penanggung jawab dapur / koki disini*”

Subjek 4 “ *Ada plus minus mba minusnya saya masuk disini dan plusnya saya berusaha memanfaatkan pelatihan yang dikasih Petugas disini dengan dapet ilmu masak, dapet banyak lah pokoknya*”

Setiap subjek mampu belajar untuk menjalani masa tahanan serta belajar dari pengalaman yang mereka dapatkan dan berusaha belajar untuk memperbaiki diri dan mengatasi permasalahan yang mereka hadapi dengan mengembangkan kemampuan dan keterampilan baru yang didapatkan ke 4 subjek .

Penyesuaian diri pada narapidana ,merupakan kemampuan individu yang sedang menjalani proses hukuman dan kehilangan kemerdekaan atau kebebasan dalam menghadapi tuntutan-tuntutan, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan. Hal ini sesuai dengan keadaan ke 4 subjek, penyesuaian diri yang dimiliki ke 4 subjek narapidana Pencurian yang berada di lingkungan Lapas yaitu narapidana dapat mengikuti kegiatan – kegiatan yang bermanfaat dan mampu beradaptasi yang baik terhadap kondisi yang menekan, baik tuntutan diri dalam diri seperti menginginkan kebebasan maupun tuntutan dari lingkungan seperti belajar membiasakan diri dengan aktivitas – aktivitas sehingga narapidana dapat menerima kehidupan dan menjalankan kehidupan dengan baik di Lapas. Sejalan dengan pendapat (Ningrum, 2013:70) bahwa penyesuaian diri merupakan



kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar dengan lingkungan sehingga individu merasa puas terhadap diri dan lingkungannya dan mampu untuk berkembang menjadi individu yang lebih baik

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, diketahui bahwa keempat subjek narapidana pelaku pencurian yang berada di lembaga pemasyarakatan kelas II A Bekasi menunjukkan kemampuan penyesuaian diri yang berbeda-beda. Meskipun mereka menghadapi tantangan yang sama yaitu kehilangan kebebasan dan menghadapi aturan yang ketat di dalam lapas, namun cara mengatasi dan berinteraksi dengan lingkungan juga beragam. Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan, ditemukan bahwa setiap subjek memiliki cara tersendiri dalam mengontrol emosi yang berlebihan untuk menghadapi permasalahan, menghadapi frustrasi, menyesuaikan diri yaitu dengan menggunakan mekanisme pertahanan diri seperti subjek 1 yang mengalihkan pikiran dengan ke tempat pangkas, subjek 2 dengan cara bermain dengan teman-teman, subjek 3 dengan berdoa, subjek 4 dengan belajar memasak. Keempat subjek menunjukkan sikap realistis dan objektif dengan keadaan mereka serta kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu sebagai suatu pembelajaran seperti subjek 1 belajar pangkas rambut dan menjadi penanggung jawabnya, subjek 2 menjadi lebih dewasa dengan memikirkan seribu kali sebelum memutuskan sesuatu, subjek 3 mengasah kemampuan bermasaknya dan menjadi koki di dapur, dan subjek 4 memanfaatkan pelatihan seperti memasak. Dengan pemahaman yang lebih dalam tentang dinamika penyesuaian diri ini, diharapkan dapat membantu dalam pengembangan program rehabilitasi yang lebih efektif bagi narapidana untuk mempersiapkan mereka dalam menghadapi kehidupan luar penjara setelah mereka bebas.

Daftar Pustaka

- Agbaria, Q., & Mahamid, F. (2023). The association between parenting styles, maternal self-efficacy, and social and emotional adjustment among Arab preschool children. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 36:10.
- Antoniucci, C., Basili, E., Pistella, J., & Baiocco, R. (2024). Gender Typicality, Social Self-Efficacy, and Adjustment in Italian Sexual Minority Young Adults. *Sexuality Research and Social Policy*, 21:1–13.
- Chazawi, A. (2010). *Pelajaran Hukum Pidana Bagian I*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Choirudin, M. (2015). PENYESUAIAN DIRI: SEBAGAI UPAYA MENCAPAI KESEJAHTERAAN JIWA. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, Vol.12 No 1.
- Databooks. (2023, July 18). Pencurian, Kejahatan Paling Banyak di Indonesia sampai April 2023. pp. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/07/18/pencurian-kejahatan-paling-banyak-di-indonesia-sampai-april-2023>.
- Firstian, W., Darviana, V. D., & Sulismadi, S. (2020). UPAYA PENYESUAIAN DIRI MANTAN NARAPIDANA DALAM MENANGGAPI STIGMA NEGATIF DI KECAMATAN KLAKAH. *Jurnal Hukum dan Kemanusiaan*, Vol. 14, No. 1.
- Haber, A., & Runyon, R. P. (1984). *Psychology Of Adjustment*. Illinois: The Dorsy Press.
- Hendrayanti, T. (2021). The Relationship Between Social Support Of Coolers And The Self Adjusment Of Employees With The Deaf. *Jurnal Academia Open*, Vol 5.
- Herdiansyah, H. (2015). *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Psikologi*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Naidoo, P., & Oosthuizen, M. (2024). Self-compassion as a Mechanism to Facilitate the Adjustment of first-year Students to University Environments. *Journal Positive Psychology*, 9:347–366.
- Ningrum, W. (2013:70). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian DIri*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Patton, M. Q. (1990). *Qualitative Evaluation and Research Methods* . Newbury Park: Sage Publication.
- Schneiders. (1964). *Personal adjusment and mental health*. USA: Brosh Publishing Company.



- Schneiders, A. A. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York, Holt, Rinehart and Winston.
- Semiun, Y. (2006). *Kesehatan Mental 1*. Yogyakarta: Kanisius.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Triasti, P. (2015). Gambaran Penyesuaian Diri Narapidana Korupsi di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas IIA Tangerang. *Fakultas Psikologi Universita Mercu Buana*.
- Undang-Undang No 12 Tahun 1995 . (1995). *Tentang Pemasyarakatan*.
- Wilson. (2005). *Dunia di Balik Jeruji: Kesaksian*. Resist Book.
- Windaniati. (2015). Meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa melalui teknik cognitive restructuring pada kelas x tkr 1 smk negeri 7 Semarang tahun 2012/2013. *Jurnal Penelitian Pendidikan Unnes*, 32(1), 1–9.