

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kejahatan dalam kehidupan manusia merupakan gejala sosial yang akan selalu dihadapi oleh setiap manusia, masyarakat, dan bahkan negara. Tahun 2002, di Amerika dari 100.000 orang 902 orang laki-laki menjadi narapidana, sedangkan perempuannya sekitar 60 orang (Ely Fay: 2004). Di Indonesia berdasarkan database pemasyarakatan Ditjen Pemasyarakatan Kementerian Hukum dan HAM setiap tahunnya jumlah tahanan maupun napi selalu meningkat sehingga daya tampung lapas yang ada sudah tidak memadai. Tahun 2012 jumlah tahanan sebanyak 48.309, jumlah napi sebanyak 102.379. Tahun 2013 jumlah tahanan sebanyak 51.393, jumlah napi sebanyak 108.668. Tahun 2014 jumlah tahanan sebanyak 52.935, jumlah napi sebanyak 110.469. Tahun 2015 jumlah tahanan sebanyak 54.953, jumlah Napi sebanyak 114.746. Hal ini membuktikan, bahwa kejahatan hanya dapat dicegah dan dikurangi, tetapi sulit diberantas tuntas. Untuk menekan tingkat kejahatan, maka salah satu cara menanggulangnya dengan cara menerapkan hukum pidana. Dari hukum pidana ini nantinya diharapkan bahwa hukum pidana dapat melindungi masyarakat terhadap bahaya yang ditimbulkan oleh orang yang melakukan kejahatan.

Selama di dalam tahanan seorang napi seyogyanya mendapatkan tempat dan fasilitas yang layak. Seperti makan, minum, tempat tinggal serta fasilitas

pembinaan atau bimbingan dan pelatihan sebagai bekal mereka untuk kembali ke masyarakat kelak. Namun hal tersebut masih jauh dari angan-angan, sehingga kebanyakan napi akan mengalami perubahan kehidupan yang sangat drastis selama di penjara. Hilangnya Kebebasan, harga diri, perasaan malu, perasaan sedih, rasa bersalah, adanya sanksi social dan ekonomi merupakan permasalahan yang harus dijalani seorang narapidana (Gussak: 2009). Permasalahan-permasalahan tersebut akan semakin memburuk dikarenakan kehidupan dalam penjara penuh dengan tekanan psikologis, daya tampung penjara yang tidak signifikan dengan jumlah tahanan serta ruang gerak yang terbatas. Hal ini akan sangat berpengaruh terhadap pemikiran, emosi, kontrol diri, serta konsep diri seorang napi selama di dalam penjara. Sehingga ada juga narapidana yang sengaja ingin melakukan bunuh diri dikarenakan tidak tahan dengan kehidupan di penjara (wawancara dengan seorang napi).

Tidak selamanya seorang napi tinggal dalam penjara. Setelah menyelesaikan masa hukumannya mereka harus kembali ke tengah-tengah keluarga / masyarakat. Kebingungan yang dialami oleh narapidana terhadap peran apa yang akan dimainkannya nanti setelah keluar dari penjara akan berkaitan dengan regulasi diri narapidana tersebut. Regulasi diri adalah suatu proses yang memungkinkan seseorang untuk mengatur aktivitasnya, mengontrol pikiran dan perilaku dengan usaha yang lebih besar untuk mencapai tujuan yang diinginkannya. Sebagai seorang narapidana sudah barang tentu individu memiliki regulasi diri tentang diri mereka secara keseluruhan termasuk apa yang membuat mereka akhirnya harus mendekam

dalam penjara dan apa yang harus dilakukan setelah keluar dari penjara. Regulasi diri merupakan kemampuan untuk mengontrol perilaku sendiri dan salah satu dari sekian penggerak utama kepribadian manusia yang terdiri dari pengamatan, penilaian dan respon diri (George. Boeree, C.:2004). Regulasi diri merupakan kemampuan mengatur tingkah laku sebagai strategi yang berpengaruh terhadap performansi seseorang untuk mencapai tujuan sebagai bukti peningkatan (Bandura: 2005). Selanjutnya penelitian DeWall dkk di Amerika Serikat menyatakan bahwa regulasi diri yang kurang efektif dapat menimbulkan perilaku agresif, sedangkan mereka yang memiliki regulasi diri efektif akan lebih mampu mengendalikan dirinya (DeWall, C.N., Baumeister, Roy F., Stillman, T.F., & Gailliot, M.F: 2007). Selain itu regulasi diri yang bagus juga dapat mengurangi perilaku antisosial remaja (Gardner, Dishion & Connell: 2007). Dengan demikian regulasi diri mempengaruhi keberhasilan seseorang melalui pengendalian perilaku yang akan dimunculkan, tentunya yang dianggap sesuai dalam mencapai tujuan tersebut Gailliot, DeWall, Nathan dan Oaten: 2006).

Oleh karena itu memiliki regulasi diri yang bagus sangat dibutuhkan bagi seorang narapidana untuk kembali ke tengah-tengah masyarakat. Regulasi diri yang bagus dapat membantu individu untuk menyadari siapa dirinya (sisi positif dan negatif), serta apa yang boleh dan tidak boleh dilakukannya. Dengan kata lain, regulasi diri yang bagus merupakan alat kontrol bagi sikap dan perilaku seseorang. Termasuk di sini adalah para narapidana. Banyak diantara mereka yang kehilangan regulasi dirinya manakala mereka sedang

menjalani kehidupan sebagai seorang narapidana, meskipun dulunya mereka adalah orang yang terpuja, dihormati di masyarakat, atau bahkan seorang pemimpin. Predikat sebagai seorang narapidana telah membuat mereka kehilangan segalanya, mereka beranggapan bahwa keluarga dan masyarakat sudah tidak membutuhkan kehadirannya lagi. Dengan kondisi seperti inilah tak jarang dari mereka banyak yang mengalami frustrasi berat atau bahkan sampai ada yang ingin mengakhiri hidupnya atau bahkan mereka menjadi residivis setelah mereka bebas. Oleh karena itu untuk membantu klien yang mengalami hal tersebut sangatlah dibutuhkan pembinaan dan bimbingan bagi mereka yang kehilangan regulasi dirinya.

Bentuk dari bimbingan yang diberikan lembaga pemasyarakatan bermacam-macam, mulai dari pemberian pembinaan tentang agama, keterampilan, sampai pada pembinaan kepribadian. Bimbingan ini diberikan dengan tujuan agar klien dapat hidup dengan baik di dalam masyarakat sebagai warga negara yang bertanggung jawab, memberikan motivasi kepada napi agar memiliki semangat lagi manakala kembali ke masyarakat serta tidak mengulangi tindak kejahatannya lagi. Proses pembinaan pada narapidana di lapas selain untuk mendidik dan mengembangkan serta membekali keterampilan bagi narapidana, juga dapat berfungsi sebagai sarana untuk membentuk sikap dan mental yang positif bagi narapidana. Namun kenyataannya bimbingan yang ada di lembaga pemasyarakatan saat ini belum begitu maksimal, kendala yang biasanya dihadapi Lapas dalam menjalankan program bimbingan meliputi kendala dalam hal pendanaan, kendala dalam

hal SDM, kendala dalam hal fasilitas sehingga proses pembinaan dan bimbingan terhadap napi seringkali terhambat.

Memiliki regulasi diri yang positif dapat membantu narapidana dalam beradaptasi kembali dengan kehidupan di masyarakat, sehingga narapidana dapat kembali optimis dalam menjalani kehidupan di masyarakat, serta dapat kembali membentuk kehidupan baru yang lebih baik. Sehingga dapat mencegah mantan narapidana untuk kembali terjerumus ke dalam dunia kejahatan dan kriminalitas. Untuk meningkatkan regulasi diri narapidana sangat dibutuhkan bimbingan dari pembimbing yang dalam hal ini adalah pembimbing kemasyarakatan. Bentuk pendekatan konseling yang dipandang relevan adalah konseling kognitif islami. Model konseling kognitif merupakan model konseling kontemporer (Spiegler, Michael D & Guevremont, David G: 2003). Terapinya mengarahkan klien untuk memodifikasi fungsi berfikir, merasa dan bertindak, dengan menekankan peran otak dalam menganalisa. Jika klien mampu merubah status pikiran dan perasaannya, klien diharapkan dapat merubah tingkah lakunya dari negative menjadi positif.

Namun untuk meningkatkan regulasi diri napi peneliti membingkai model konseling kognitif dalam bingkai islami. Bingkai islami disini dimaksudkan bahwa konseling kognitif yang akan peneliti gunakan dengan memasukkan nilai-nilai islami yang sesuai dengan ajaran agama Islam yaitu Al Quran dan Al Hadist. Pendekatan agama mampu memberikan beberapa solusi terkait permasalahan kesehatan, kesejahteraan, kepuasan pernikahan

dan fungsi psikologis dan asosiasi negatif terhadap bunuh diri, penyimpangan, kriminalitas, serta penggunaan alkohol dan narkoba (Seybold, K. S., & Hill, P. C: 2001). Sehingga konseling kognitif Islami di sini dimaksudkan adalah bagaimana nanti konselor bisa merubah pikiran klien berdasarkan nilai-nilai yang islami. Terkait dengan perintah untuk berpikir yang islami, Al-Qur'an berkali-kali merangsang manusia, khususnya orang beriman, agar banyak memikirkan dirinya, lingkungan sekitarnya, dan alam semesta. Karena dengan berpikir itu, manusia akan mampu mengenal kebenaran (al-haq), yang kemudian untuk diimani dan dipegang teguh dalam kehidupan. Allah berfirman, "Hanyalah orang-orang yang berakal saja yang dapat mengambil pelajaran." Oleh karena itu berpikir islami merupakan suatu perintah agama Islam kepada semua hambaNya.

Sejumlah konselor telah banyak menggunakan model konseling kognitif dikarenakan pada kelebihan-kelebihan yang dimilikinya. Kelebihannya itu diantaranya bahwa konseling kognitif merupakan sebuah tritmen yang *powerful* karena menggabungkan keilmiahan, filosofis dan aspek perilaku, pada satu model yang komprehensif untuk memahami dan mengatasi problem-problem psikologis. Dari aspek keilmiahan, model konseling kognitif menghadapkan klien untuk menjadi lebih seperti saintis. Misalnya selama konseling kognitif klien mengembangkan kemampuan untuk memperlakukan pikiran-pikirannya sebagai teori dan dugaan tentang realitas yang diuji (hipotesis), dari sekedar sebagai fakta, sedangkan dari aspek filosofis konseling kognitif mengakui bahwa orang memegang nilai-nilai dan

keyakinan tentang dirinya, dunia dan orang lain. Satu dari tujuan-tujuan konseling kognitif adalah untuk menolong orang mengembangkan fleksibilitas, tidak ekstrim, menolong diri keyakinan yang menolongnya beradaptasi dengan realitas dan mencapai tujuan-tujuannya. Sedangkan dari aspek aktif, konseling kognitif secara kuat menekankan perilaku. Banyak teknik konseling kognitif melibatkan perubahan cara berpikir dan merasa dengan memodifikasi cara seseorang berbuat (Wilson, Rob & Branch, Rhena: 2006).

Model konseling kognitif Islami yang akan peneliti gunakan dalam meningkatkan regulasi diri napi, diasumsikan karena sebagian besar napi yang berada di Lapas Purwokerto beragama Islam. Sehingga dengan model konseling kognitif Islami yang didalamnya terkandung ajaran nilai-nilai agama islam diharapkan akan lebih mudah untuk merubah keyakinan dan perilakunya yang selama ini kurang sesuai. Konseling islami merupakan model konseling yang memiliki pandangan hidup tentang hakekat manusia yang paling komprehensif, dan juga sebagai rujukan dalam mengembangkan potensi individu dan atau membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi individu yang dalam hal ini adalah regulasi diri (Sutoyo, Anwar: 2013).

Berdasarkan sejumlah kelebihan model konseling kognitif yang kemudian peneliti modifikasi dengan pendekatan islami peneliti berasumsi pendekatan konseling ini mampu meningkatkan regulasi diri narapidana. Maka sebagai bagian dari upaya pengembangan ilmu penting dilakukan

penelitian dengan judul “*Penerapan Konseling Kognitif Islami untuk Meningkatkan Regulasi Diri Narapidana di Lapas Kelas II A Purwokerto*”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah peneliti paparkan maka rumusan masalahnya adalah :

1. Bagaimanakah pelaksanaan konseling di Lapas Kelas II A Purwokerto dalam meningkatkan regulasi diri narapidana selama ini?
2. Apakah model konseling kognitif Islami efektif untuk meningkatkan regulasi diri narapidana di Lapas Kelas II A Purwokerto?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk:

1. Menggambarkan pelaksanaan bimbingan dan konseling di Lapas Kelas II A Purwokerto selama ini.
2. Mendiskripsikan bagaimana efektivitas konseling kognitif islami untuk meningkatkan regulasi diri narapidana di Lapas Kelas II A Purwokerto.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki kemanfaatan sebagai berikut :

1. Secara teoritik hasil penelitian ini dapat memperkuat asumsi dan keyakinan bahwa konseling kognitif Islami memiliki kekuatan untuk membangun kembali regulasi diri klien yang menurun. Hasil penelitian

dapat menjadi bahan masukan bagi para petugas bimbingan di Lapas serta memperkaya dan menambah wawasan tentang model-model konseling.

2. Secara praktis, hasil penelitian dapat meningkatkan kegairahan dalam proses pembimbingan narapidana, meningkatkan motivasi para napi, serta mengefektifkan pencapaian tujuan pembimbingan bagi napi yang ditargetkan.

E. Telaah Pustaka

Penelitian mengenai regulasi diri sebelumnya sudah banyak dilakukan oleh peneliti yang berasal dari luar negeri maupun dari dalam negeri. Demikian juga dengan penelitian terkait dengan narapidana dan konseling kognitif. Penelitian-penelitian tersebut diantaranya adalah:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Selarosa yang berjudul “Hubungan Pembelajaran Berpusat pada Mahasiswa dan *Locus of Control Internal* dengan belajar berdasar regulasi diri pada mahasiswa...”. Subyek dalam penelitian ini adalah 50 orang mahasiswa, sedangkan variable bebas yang digunakan dalam penelitian ini adalah Pembelajaran Berpusat pada Mahasiswa dan *Locus of Control Internal* (Selarosa, O.K.C : 2010).

2. Penelitian yang dilakukan oleh Djamhoer dengan judul penelitian “Hubungan dukungan social dan konsep diri akademik dengan belajar berdasar regulasi diri...”. Dalam penelitian ini subjeknya adalah 120 siswa salah satu SMA di kota Bandung. Variabel bebas yang digunakan adalah dukungan social dan konsep diri akademik (Djamhur DT: 2008).

3. (Hasan et al: 2011) yang melakukan penelitian mengenai prevalensi dan predictor dari simptomp psikiatri pada narapidana selama penahanan awal. Persamaan penelitian ini terletak pada populasi penelitian.

4. Penelitian Duana dengan judul penelitian “*Cognitive Behavioral Therapy in group* untuk kecemasan social pada remaja putri dengan obesitas” dalam penelitian ini kesamaanya terletak pada variable bebasnya yaitu terapi kognitif. Namun dalam penelitian ini terapi kognitifnya bukan terapi kognitif islami (Duana: 2012).

5. Penelitian Yacoob tentang pendekatan terapi kognitif dari konsepsi psiko spiritual islam. Perbedaan dari penelitian ini terletak pada variable terikatnya dan juga populasi. Variable terikat dalam penelitian ini adalah kecemasan, sedangkan populasi dari penelitian ini adalah siswa SMA (Yacoob: 2013).

6. Penelitian H Hidayat, dengan judul penelitian “Model Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Regulasi Diri Kaum Lansia di Panti Jompo” dalam penelitian ini kesamaannya terletak pada variable terikat yaitu regulasi diri, sedangkan variable bebasnya menggunakan konseling kelompok. Subyek dalam penelitian ini juga berbeda yaitu kaum lansia di panti jompo (H Hidayat: 2013).

Berdasarkan dari penjelasan tersebut, kebanyakan penelitian yang ada meneliti terkait regulasi belajar, maka peneliti menyimpulkan bahwa belum ditemukan penelitian sebelumnya yang mengkaitkan hubungan antara konseling kognitif islami dengan regulasi diri narapidana. Oleh karena itu

penelitian ini sangat perlu dilakukan guna memperkaya khasanah ilmu di bidang Bimbingan dan Konseling.

F. Kerangka Teori

Salah satu fungsi pokok konseling ditinjau dari kegunaan atau manfaat, ataupun keuntungan-keuntungan apa yang diperoleh melalui pelayanan yang tersedia adalah fungsi pengentasan. Fungsi pengentasan bertujuan memberikan solusi terhadap masalah sehingga teratasinya berbagai permasalahan klien. Solusi tersebut biasanya melalui pendekatan konseling. Model pendekatan konseling yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan konseling kognitif islami.

Pendekatan kognitif sangat sering digunakan oleh ahli psikologi sosial, berpendapat bahwa manusia pada dasarnya bersifat konsisten dan orang akan berbuat sesuai dengan sikap dan pembawaannya. Terapi ini menggunakan pendekatan struktur, aktif, direktif dan berjangka waktu singkat untuk menghadapi berbagai hambatan dalam kepribadian. Pendekatan ini didasarkan pada satu teori bahwa keadaan emosi, perasaan dan tindakan seseorang sebagian besar ditentukan oleh bagaimana perasaan serta reaksinya dapat berlangsung dengan baik dan menghasilkan perubahan positif pada klien. Perubahan tersebut meliputi cara paradigma berpikir, cara menggunakan potensi nurani, cara beriman, berkeyakinan dan bertingkah laku berdasarkan al-Qur'an dan al-Hadits.

Dalam pendekatan kognitif islami pikiran seseorang memberikan gambaran tentang rangkaian kejadian didalam kesadarannya. Gejala perilaku yang berlainan yang menyimpang yang jauh dari fitrahnya sebagai manusia. Sebagai seorang narapidana, hilangnya control diri dan konsep diri yang akhirnya mempengaruhi regulasi dirinya menyebabkan seorang narapidana merasa pesimis untuk kembali ke masyarakat. Dalam hal ini, terapi kognitif digunakan untuk mengidentifikasi dan memperbaiki gejala perilaku yang *malasuai* (menyimpang), dengan kata lain terapi kognitif mengajarkan klien agar berpikir lebih realistik dan sesuai dengan fitrah keagamaannya, sehingga dengan demikian akan menghilangkan atau mengurangi gejala yang berlainan atau tingkah laku yang menyimpang.

Konseling kognitif islami merupakan jenis konseling yang bertujuan untuk membantu klien mengatasi permasalahannya dengan mengidentifikasi dan mengubah pemikiran disfungsional, irasional, dengan pemikiran yang fungsional dan rasional yang sesuai dengan ajaran agama islam yakni selalu berpegang teguh pada ajaran Al Quran dan Al hadist. Konseling kognitif merupakan model konseling yang efektif untuk mengatasi berbagai persoalan atau kondisi psikologis dan juga mampu untuk membangkitkan motivasi klien yang menurun (Chambless, D. L., & Ollendick: 2001). Dengan pendekatan konseling kognitif, klien yang semula memiliki pemikiran yang maladaptive, irasional akan diubah pemikirannya menjadi pemikiran yang adaptif dan rasional (Beck, J.S.: 1998). Dalam istilah sederhana, cara berfikir mempengaruhi cara kita berperilaku. Proses konseling kognitif menantang pikiran yang maladaptive kemudian memodifikasi dan menggantinya dengan

pemikiran yang konstruktif sehingga akan mempengaruhi emosi dan perilaku seseorang. Demikian juga dalam hal meningkatkan regulasi diri narapidana. Pemikiran narapidana yang saat ini kurang rasional terkait dengan perilakunya, control dirinya, mereka ditantang untuk memikirkan ulang sehingga mereka dalam bertindak berdasarkan pemikiran yang rasional dan terkontrol.

Kondisi emosional seorang narapidana yang menjalani kehidupan di lembaga pemasyarakatan kebanyakan mengalami banyak tekanan, baik itu tekanan secara psikologis maupun secara fisik. Kondisi inilah yang menjadikan mereka kehilangan motivasi, control diri, dan penilaian diri sehingga regulasi dirinya menurun. Kebanyakan mereka merasa pesimis dalam menatap masa depannya kembali. Mereka pesimis apakah nantinya mereka dapat diterima kembali di masyarakat atau keluarga setelah keluar dari penjara. Sehingga bekal yang sangat dibutuhkan seorang narapidana adalah kemampuan regulasi diri dalam dirinya. Regulasi diri merupakan control diri, konsep diri, serta proses yang mengatur aktivitas seseorang untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Tujuan utama seorang napi selepas dari penjara adalah kembali ke tengah-tengah keluarga dan masyarakat serta menjalani kehidupan normal seperti sediakala. Tanpa memiliki regulasi diri yang kuat dikhawatirkan seorang narapidana setelah keluar dari penjara akan kembali mengulangi perbuatannya kembali atau menjadi residivis. Oleh karena itu salah satu bekal yang dibutuhkan seorang narapidana adalah kemampuan regulasi diri. Hal

inilah yang menjadi tugas pembimbing kemasyarakatan untuk membantu narapidana meningkatkan regulasi diri yang selama di penjara mengalami penurunan.

Fokus dari penelitian ini adalah meningkatkan regulasi diri narapidana yang menurun dengan menggunakan model pendekatan konseling kognitif islami. Sebagaimana tujuan dari konseling kognitif islami yaitu merubah pola pemikiran klien yang irasional menjadi rasional dan sesuai dengan nilai-nilai islami yaitu Al Quran dan Al Hadist. Maka penelitian ini yang mengambil subyek narapidana di Lapas kelas II A Purwokerto, yang khususnya beragama Islam juga bertujuan untuk membantu narapidana yang selama ini regulasi dirinya mengalami keterpurukan karena kondisi dan situasi yang tidak memungkinkan di dalam penjara agar bisa berpikir rasional sehingga regulasi dirinya bisa bangkit lagi. Dari situlah nantinya dapat dilihat efektivitas konseling kognitif islami dalam meningkatkan regulasi diri narapidana.

G. Sistematika Penelitian

Hasil penelitian ini disusun dan dilaporkan menjadi lima bab. Bab I Pendahuluan yang meliputi latar belakang masalah, batasan dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, asumsi penelitian.

Bab II Kajian Teoretik meliputi konsep regulasi diri, permasalahan narapidana, konsep konseling kognitif islami, dan beberapa penelitian terdahulu. Bab III Metode Penelitian, yang mencakup lokasi penelitian, teknik pengumpulan data, keabsahan data, serta teknik analisis data.

Sedangkan bab IV tentang hasil dan pembahasan penelitian mencakup lokasi dan deskripsi lembaga pemasyarakatan kelas II A Purwokerto, serta deskripsi dan uraian bahasan hasil penelitian. Bab V Penutup meliputi simpulan dan rekomendasi.