

# Hubungan Self Esteem dengan State Anxiety pada Warga Binaan Menjelang Bebas di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas IIA Kota Bandung

Puteri Alya Fauziah Rahman, Farida Coralia

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung,  
Bandung, Indonesia

puterialyafr@gmail.com, coralia\_04@yahoo.com

**Abstract**—The status as a ‘prisoner’ is a stressor for the inmates before being released. Prisoners are worried about things that might happen when they are released. This is due to the prisoners’ low self-esteem before being released. According to Coopersmith, self-esteem is an evaluation made by an individual regarding their attitude of accepting or rejecting, and an indication of the amount of individual confidence in their ability, meaningfulness, success and worth. This study aims to determine the relationship between self-esteem and state anxiety in prisoners before being released at the Women's Penitentiary Class II A in Bandung. This research was conducted on 119 prisoners before being released. Data were collected using a questionnaire from Coopersmith, Self-Esteem Inventory (SEI) and State-Trait Anxiety Inventory (STAI) from Spielberger. Based on the Spearman correlation test, it is known that there is a fairly close relationship between self-esteem and state anxiety in prisoners before being released at the Women's Penitentiary Class II A in Bandung with  $r=-0,478$  and  $p: 0,000 < 0,5$ .

**Keywords**—*self esteem, state anxiety, prisoners.*

**Abstract**—Status sebagai “mantan warga binaan” merupakan stressor bagi warga binaan menjelang bebas. Warga binaan merasa khawatir akan hal-hal yang kemungkinan akan terjadi ketika mereka keluar. Hal ini dikarenakan adanya self esteem rendah pada warga binaan menjelang bebas. Menurut Coopersmith self esteem merupakan evaluasi yang dibuat individu mengenai sikap dirinya menerima atau menolak dan indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self esteem dengan state anxiety pada warga binaan menjelang bebas di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas IIA Kota Bandung. Penelitian ini dilakukan pada 119 warga binaan menjelang bebas. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dari Coopersmith (Self esteem Inventory) untuk pengukuran self esteem dan State-Trait Anxiety (STAI) dari Spielberger. Berdasarkan uji korelasi Spearman, diketahui bahwa terdapat hubungan yang cukup erat antara self esteem dengan state anxiety pada warga binaan menjelang bebas di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas IIA Kota Bandung dengan  $r=-0,478$  dan  $p=0,000 < 0,5$ .

**Kata kunci**—*self esteem, state anxiety, warga binaan.*

## I. PENDAHULUAN

Lembaga Pemasyarakatan atau yang biasa dikenal

dengan sebutan Lapas adalah tempat untuk melakukan pembinaan terhadap warga binaan di Indonesia. Lembaga pemasyarakatan yang ada akan menjadi tempat seorang warga binaan menjalani pembinaan untuk kebaikan dirinya. Warga binaan adalah terpidana yang menjalani pidana di Lembaga Pemasyarakatan (UU RI No.12 tahun 1995 tentang pemasyarakatan Pasal 1 ayat 7).

Saherodji [1] menyatakan bahwa hukuman penjara saat ini menganut falsafah pembinaan warga binaan atau yang dikenal dengan sebutan pemasyarakatan. Lembaga Pemasyarakatan berfungsi sebagai wadah pembinaan perilaku melalui pendidikan pemasyarakatan. Kebijakan perlakuan terhadap warga binaan bersifat mengayomi dan memberikan bekal hidup ketika warga binaan kembali ke masyarakat. Warga binaan memiliki hak untuk mendapatkan kesejahteraan kesehatan baik fisik maupun mental selama masa pembinaan.

Namun, sekalipun mendapatkan pembinaan, harapan warga binaan untuk kembali ke masyarakat tentu tidaklah mudah. Kurniawan [2] mengatakan bahwa mantan warga binaan sering mengalami kesulitan ketika mereka kembali ke masyarakat, hal ini dikarenakan mereka dipandang buruk oleh masyarakat. Tentunya, menyandang status sebagai warga binaan serta menjalani hukuman dalam waktu yang cukup lama, terkadang menimbulkan permasalahan psikologis tersendiri bagi para warga binaan salah satunya kecemasan. Kecemasan adalah suatu reaksi emosional yang tidak menyenangkan terhadap bahaya yang disertai dengan perubahan pada sistem saraf otonom dan pengalaman subjektif sebagai “tekanan”, “ketakutan”, dan “kegelisahan” [3].

Tinggi rendahnya kecemasan menghadapi masa bebas yang dirasakan warga binaan berhubungan dengan harga diri atau yang biasa disebut dengan self esteem. Seorang individu yang mempunyai harga diri rendah biasanya mudah untuk mengalami anxiety yang berat (Stuart dan Sundeen, 1998 dalam Nugraha). Self esteem merupakan evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya terutama mengenai sikap dirinya menerima atau menolak dan indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuannya, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan [4]. Coopersmith menyebutkan harga diri mengacu kepada evaluasi seseorang tentang dirinya, baik positif ataupun negatif dan menunjukkan tingkat dimana

individu meyakini dirinya sendiri sebagai individu yang mampu, penting, berhasil dan berharga.

Dalam penelitian ini, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan self esteem dengan state anxiety pada warga binaan menjelang bebas di Lembaga Pemasarakatan Wanita Kelas IIA Kota Bandung.

## II. LANDASAN TEORI

Menurut Coopersmith mendefinisikan self esteem sebagai persepsi individu sejauh mana ia mengartikan dirinya sebagai seseorang yang mampu, sukses dan berharga. Penilaian tersebut akan menentukan kemampuan individu untuk menerima dan menghargai dirinya sendiri, hal inilah yang menunjukkan harga diri.

Terdapat 4 aspek dalam self esteem (1) power yaitu kemampuan untuk mempengaruhi diri sendiri ataupun orang lain, (2) Significance yaitu penerimaan, perhatian dan kasih sayang yang diterima dari orang lain, (3) Virtue yaitu kepatuhan terhadap prinsip-prinsip etis, moral dan agama, (4) Competence kemampuan yang dimiliki individu dalam mealaksanakan tugas yang bervariasi.

Menurut [3] kecemasan adalah reaksi emosional yang tidak menyenangkan terhadap bahaya yang disertai dengan perubahan pada sad=raf otonom dan pengalaman subjektif sebagai “tekanan”, “ketakutan”, dan “kegelisahan”.

Speilberger membagi 2 jenis kecemasan yaitu state anxiety dan trait anxiety. State anxiety adalah kondisi emosional yang bersifat sementara dalam diri individu ketika menghadapi sesuatu yang dianggap mengancam dan betbahaya. Sedangkan trait anxiety adalah kecenderungan seseorang menjadi cemas yang sifatnya relatif stabil.

## III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Hubungan Self esteem dengan State anxiety

Berikut adalah hasil penelitian mengenai hubungan self esteem dengan state anxiety menggunakan teknik analisis korelasi Rank Spearman :

**TABEL 1.** HUBUNGAN SELF ESTEEM DENGAN STATE ANXIETY

VARIABEL	R	P
SELF ESTEEM DAN STATE ANXIETY	-0,478	0,000

Dari tabel 1, korelasi antara self esteem dengan state anxiety dapat diketahui  $r=-0,478$  dan nilai  $p=0,000<0,05$ . Artinya, terdapat korelasi yang signifikan antara self esteem dan state anxiety dengan tingkat hubungan cukup erat.

Oleh karena itu, dalam penelitian ini self esteem cukup dapat menjadi prediktor bagi munculnya state anxiety. Hal ini seperti apa yang dikatakan Coopersmith (1967:119-143 dalam Videlia,2009) yang menyatakan karakteristik

individu yang memiliki penilaian diri positif, memungkinkan memiliki tingkat kecemasan yang rendah.

Warga binaan memperoleh perhatian dan kasih sayang dari keluarga, teman-teman dan petugas Lapas. Semakin banyak mendapatkan penghargaan, penerimaan dan kasih sayang dari orang-orang terdekatnya, hal ini semakin dapat mendukung self esteem warga binaan ke arah yang lebih positif. Ketika warga binaan menilai dirinya secara positif ini akan meningkatkan harga dirinya sehingga mereka lebih siap untuk bebas. Warga binaan tidak akan mengkhawatirkan hal-hal yang terjadi ketika mereka bebas nanti terkait pekerjaan, status, bahkan keberlanjutan hubungan dengan suami. Karena kekhawatiran-kekhawatiran tersebut merupakan stressor pemicu munculnya state anxiety ketika mereka akan menghadapi masa bebas.

## IV. KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang cukup erat antara self esteem dengan state anxiety pada warga binaan menjelang bebas di Lembaga Pemasarakatan Wanita Kelas IIA Kota Bandung

## V. SARAN

Berdasarkan simpulan yang dismapaikan diatas, maka saran yang dapat disampaikan pada penelitian ini adalah :

1. Bagi pihak Lapas agar dapat memberikan program untuk tetap mempertahankan self esteem dengan memberikan layanan konseling, pelatihan yang melatih kompetensi/skill mereka, sehingga ketika menjelang bebas ataupun kembali masyarakat mereka akan siap secara mental.
2. Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema kecemasan diharapkan dapat mempertimbangkan variabel lain yan kemungkinan mempengaruhi seperti dukungan sosial.
3. Untuk masyarakat umum, memberikan kesempatan kepada warga binaan agar mereka dapat kembali ke lingkungannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Firotussalamah. (2016). Hubungan Konsep Diri dengan Kecemasan Warga binaan Remaja di LPKA Kelas 1 Blitar Menjelang Bebas. Jurnal Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
- [2] Nugroho, H. Y. (2015). Hubungan Konsep Diri dan Kecemasan Warga binaan Menjelang Bebas di Lembaga Pemasarakatan kela IIA Wirogunan Yogyakarta. Universitas Sanata Dharma.
- [3] Spielberger. (1972). ANXIETY Current Trends in theory and Research. New York and London: Academic Press.
- [4] Coopersmith, S. (t.thn.). The Antecedents of Self esteem. London.
- [5] Anggit, F. (2017). Tingkat Stress dan Harga Diri Warga binaan Wanita di Lembaga Pemasarakatan Kelas IIA Kota Bogor. Jurnal Riset Kesehatan.

- [6] Ariny Oktaviany dan Magdalena S.Halim. (t.thn.). Pendekatan Ekspresive Writing pada Warga binaan Wanita yang mengalami Kecemasan Menjelang Masa Bebas. Psikologi Profesi Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya.
- [7] Dewi Eka Putri. (2014, Oktober). Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan Warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Muaro Padang. Ners Jurnal Keperawatan, 10, 118-135.
- [8] Dian Ayu Kusumawardhani, Tri Puji Astuti. (t.thn.). Perbedaan Kecemasan Menjelang Bebas pada Warga binaan ditinjau dari Jenis Kelamin, Tindak Pidana, Lama Pidana dan sisa Masa Pidana (Studi Komparasi pada Warga binaan Lembaga Pemasyarakatan A dan Lembaga Pemasyarakatan B). Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro.
- [9] F Ardila, I Herdiana. (2013). Penerimaan Diri Warga binaan Wanita. Journal Unair, 2.
- [10] Fatmahendra, I. (2018). Hubungan Kecemasan dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Islam Bandung.
- [11] Hairina, Komalasari. (2016). Kondisi Psikologis Warga binaan Narkotika di Lembaga Pemasyarakatan kelas IIA Karang Intan Martapura.
- [12] Hidayati, N. O. (2017). Gambaran Harga Diri Warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan X Bandung. Jurnal Keperawatan BSI.
- [13] Husnia, H. N. (2016). Hubungan antara Social Support dengan Self esteem pada Andikpas di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Bandung.
- [14] Juniarta, I. G. (t.thn.). Hubungan antara Harga Diri (Self-Esteem) dengan Tingkat Stress Warga binaan Wanita di Lapas Kelas IIA Denpasar.
- [15] Niken Widiyastuti, Vitri Melinda Q Pohan. (2004, Desember). Hubungan antara Komitmen Beragama dengan Kecemasan pada Warga binaan Perempuan Menjelang Bebas. Journal Psikologi Universitas Tarumanegara Jakarta, 2.
- [16] Nurrahma, E. (t.thn.). Perbedaan Self esteem pada Warga binaan Baru dan Residivis di Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Malang. Universitas Brawijaya Malang.
- [17] Pemasyarakatan, D. J. (t.thn.). Kementrian Hukum dan HAM. Dipetik Oktober 17, 2018, dari <http://smslap.ditjenpas.go.id/>
- [18] Sugiyono. (2016). Metode Penelitian. Jakarta.