

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa *psychological well being* pada narapidana wanita dilihat dari masing-masing dimensi sebagai berikut:

Pada dimensi penerimaan diri kedua responden mengatakan dapat menerima diri baik kelebihan dan kekurangannya. Responden DD, penerimaan diri sebagai seorang narapidana wanita di peroleh ketika responden sudah menjalani tiga bulan masa penahanan dirinya sudah bisa menjalani kehidupannya dan menerima keadaan masalahnya. Sementara responden HS, penerimaan diri diperoleh ketika lima bulan menjalani masa penahanan dirinya bisa menerima keadaan dirinya dan menganggap masalah sebagai takdir yang harus dijalani. Perbedaan masa penerimaan diri pada responden DD dan HS dipengaruhi oleh faktor dukungan sosial dan pendidikan pada ke dua responden. Dukungan sosial yang diterima DD dan HS meliputi dukungan, cinta kasih, pengertian dan bantuan yang diterima DD melalui orang tua, keluarga, suami, anak, dan teman menyangkut status yang di milikinya.

Pada dimensi hubungan positif dengan orang lain pada kedua responden memiliki kualitas hubungan baik dengan orang lain, khususnya antara keluarga dan teman sesama narapidana. Keluarga DD dan HS sering datang berkunjung untuk menjenguk dan memberikan dukungan terhadap mereka. DD dan HS saling

memberikan dukungan serta nasehat kepada teman-temannya, mereka juga sering berdiskusi dan menceritakan hal-hal positif. DD memiliki seorang teman dekat untuk meminta pertolongan dan nasehat saat menghadapi masalah maupun mengambil keputusan. Sementara HS merasa dirinya dan teman-teman sesama narapidana sama-sama jauh dari keluarga, sehingga HS menganggap teman-temannya merupakan keluarga kedua. HS bercerita tentang hal-hal positif dengan teman-temannya dan saling mendukung dalam segala hal. Baginya semua teman sama penting, tidak ada yang merasa jauh dan dekat.

Pada dimensi otonomi pada kedua responden berbeda dalam hal pengambilan keputusan. Responden DD ketika merasa jika keputusan tersebut masih bisa untuk didiskusikan, dirinya akan mendiskusikan dan meminta pendapat orang lain. Namun bila keputusan tersebut akan membawa dampak positif untuk hidupnya, DD akan memegang kendali dalam mengambil keputusan. Sementara responden HS tidak bisa untuk mengambil keputusan sendiri, dirinya membutuhkan orang lain sebagai teman diskusi untuknya mengambil keputusan. HS merasa sesak jika menyimpan permasalahan sendiri tanpa ada jalan keluar. Faktor usia berperan penting dalam proses pengambilan keputusan pada kedua responden yang sudah mencapai usia dewasa madya. DD (32) menunjukkan kematangan diri dalam mengambil keputusan, namun HS (40) kurang mampu untuk mengambil keputusan dan menyelesaikan tanpa bantuan orang lain. Dalam hal melakukan aktivitas di Lapas DD dan HS memiliki aktivitas tersendiri. DD merasa bersyukur karena masih bisa memanfaatkan ilmu yang dimilikinya dengan menjadi seorang pengajar di Lapas, dirinya merasa santai dan bersyukur karena

memiliki aktivitas untuk menghilangkan rasa bosannya seperti, membuat kerajinan tangan, membaca, menulis dan pengajian. Hal yang sama ditunjukkan oleh HS, dirinya merasa tidak terlalu dituntut dan merasa bebas mengerjakan aktivitas di Lapas seperti, memasak, kerajinan tangan, pengajian dan dzikir.

Pada dimensi penguasaan lingkungan kedua responden mampu mengontrol pada saat terjadi konflik. DD tidak bisa membiarkan konflik terjadi di antara teman-temannya, dirinya akan berusaha untuk menjadi penengah, memberikan nasehat serta mencoba untuk menyelesaikan masalah secara kekeluargaan ketika terjadi konflik. Sebaliknya HS tidak ingin ikut campur ketika terjadi konflik, dirinya merasa tidak nyaman ikut campur dengan permasalahan orang lain. Namun HS berusaha memberitahu dan menasehati supaya jangan sampai terjadi konflik. Dalam menghadapi teman yang bersikap “*bossy*”. DD memilih untuk mengalah dari pada harus terlibat konflik selama itu masih mampu untuk dirinya kerjakan. Dirinya akan menggunakan cara lain untuk menegur atau berbicara baik-baik kepada teman tersebut. Sementara responden HS merasa harus memberikan nasehat kepada teman yang merasa “*bossy*” jika sudah membuatnya jengah. Ketika dihadapkan dengan murid yang keras kepala dan tidak bisa bisa berkerja sama DD akan bersikap tegas dan tidak segan untuk memberikan hukuman. HS juga merasa dirinya tidak segan tidak segan menegur dan memberikan peringatan jika salah satu temannya bersikap memberontak dan tidak ingin diatur. Dirinya tidak segan untuk melaporkan hal tersebut kepada petugas Lapas.

Pada dimensi tujuan hidup kedua responden mempunyai gambaran berbeda. Kedua responden merasa yakin suatu saat akan berhasil dalam mencapai tujuan hidupnya. Responden DD sudah mengambil langkah untuk mencapai tujuannya. Sementara HS merasa belum bisa untuk mengambil langkah untuk mencapai tujuan hidupnya dikarenakan masih terkurung di dalam Lapas. Dukungan dari keluarga dan teman-teman membuat kedua responden yakin akan mampu untuk mencapai tujuan hidupnya.

Pada dimensi terakhir yaitu dimensi pertumbuhan pribadi. Kedua partisipan menyadari potensi diri yang dimiliki dan selalu mengembangkan potensi yang dimiliki untuk kualitas hidup yang lebih baik. Berbagai kegiatan dilakukan oleh kedua responden untuk merealisasikan potensi yang dimilikinya. DD dan HS merasa banyak perubahan yang terjadi terhadap mereka selama berada di dalam Lapas. Mereka yakin akan mampu menjadi individu yang lebih baik dengan usaha memperbaiki diri dan merespon masalah yang muncul. Responden DD percaya apa yang terjadi di masa lalu merupakan teguran dari Tuhan Yang Maha Esa untuk lebih meningkatkan ibadah. Menurut HS semenjak berada di Lapas dirinya banyak memiliki waktu untuk beribadah, dirinya juga lebih menghargai arti kebersamaan serta interaksi kekeluargaan dan menghargai arti kejujuran. Sementara responden HS merasa lebih banyak bersyukur dan beribadah selama berada di Lapas. Dirinya lebih menyadari kekurangan-kekurangan, sedikit demi sedikit mengubah sifat dan sikap negatif serta berusaha berubah untuk menjadi lebih baik. HS juga lebih dekat dengan keluarganya semenjak menjadi seorang narapidana.

## B. Saran

Berdasarkan hasil dan proses penelitian yang telah dilakukan maka peneliti mengajukan beberapa saran untuk berbagai pihak, sebagai berikut:

1. Bagi narapidana disarankan untuk lebih meningkatkan *psychological well being* yang positif dikarenakan fasilitas-fasilitas dan kegiatan-kegiatan yang diadakan di Lapas mendukung narapidana wanita yang berada di dalam Lapas memiliki *psychological well being* yang positif. Narapidana wanita di Lapas diharapkan tetap mempertahankan bahkan dikembangkan sehingga dapat membantu *psychological well being* pada narapida wanita lain yang juga tinggal di Lapas.
2. Bagi Lembaga Pemasyarakatan Klas II B Tanjung Pandan, Belitung. Untuk lebih melihat kondisi psikologis narapidana seperti memaksimalkan peran petugas di lapangan untuk berinteraksi lebih dalam kepada narapidana supaya narapidana merasa lebih baik dan menerima keadaan diri mereka serta memiliki tujuan hidup yang benar-benar mereka inginkan.
3. Untuk peneliti selanjutnya dapat menggunakan hasil ini sebagai sumber referensi dan kerangka berfikir dengan menyesuaikan konteks penelitian. Selain itu, bagi penelitian berikutnya metode penelitian seperti *focus group discussion* (FGD) dapat ditambahkan untuk memperkaya data.