

HJK

HOLISTIK JURNAL KESEHATAN

ISSN 1978-3337 (Print)

ISSN 2620-7478 (Online)

DOI: 10.33024



INFORMASI ARTIKEL

Received: February, 25, 2023

Revised: July, 08, 2023

Available online: July, 13, 2023

at : <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik>

**Kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas: *Literatur review***

Neli Hartini<sup>1</sup>, Nur Oktavia Hidayati<sup>2\*</sup>, Iceu Amira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Rumah Sakit Amanda Cikarang, Jawa Barat

<sup>2</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Korespondensi Penulis: Nur Oktavia Hidayati. \*Email: [nur.oktavia@unpad.ac.id](mailto:nur.oktavia@unpad.ac.id)

**Abstract**

**Background:** Anxiety is a feeling where a person feels uncomfortable and afraid of a situation in the future. Anxiety can also be felt by inmates of the penitentiary before being released due to the bad stigma from society so they are afraid to return to society.

**Purpose:** To find out the anxiety of prisoners in prison (WBP) before being released.

**Method:** The research method uses literature studies, article searches through PubMed and Google Scholar, with the keywords anxiety, prison inmates and before being released. The inclusion criteria were articles published between 2010-2022.

**Results:** Found seven articles that match the inclusion criteria. The anxiety felt by prisoners before being released is caused by their status as former prisoners, so that individuals feel ashamed and worried. Inmates will lose their role in the family as well as in the social environment so that inmates think it will be difficult to return to their role and to get a job after they are released from their sentence.

**Conclusion:** Most of the articles stated that the anxiety of prisoners still greatly affects the live of prisoners in facing their freedom, so that guidance and nursing interventions are needed to reduce the anxiety of prisoners before being released as well as guidance and motivation to prepare themselves back to society.

**Keywords:** Anxiety; Discharge; Prisoners.

**Pendahuluan:** Kecemasan adalah suatu perasaan dimana seseorang merasa tidak nyaman dan ketakutan pada suatu keadaan di masa mendatang. Kecemasan bisa dirasakan juga oleh para warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas dikarenakan oleh stigma yang buruk dari masyarakat sehingga mereka takut untuk kembali ke lingkungan masyarakat.

**Tujuan:** Untuk mengetahui kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan (WBP) menjelang bebas.

**Metode:** Menggunakan studi literatur, pencarian artikel melalui PubMed dan Google Scholar, dengan kata kunci kecemasan, warga binaan pemasyarakatan dan menjelang bebas. Kriteria inklusi adalah artikel yang dipublikasikan antara tahun 2010-2022.

**Hasil:** Ditemukan tujuh artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi. Kecemasan yang dirasakan warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas diakibatkan oleh status sebagai mantan warga binaan pemasyarakatan, sehingga individu merasa malu dan khawatir. Warga binaan akan kehilangan perannya di dalam keluarga juga di lingkungan sosial sehingga warga binaan beranggapan akan sulit untuk mengembalikan perannya dan untuk mendapatkan pekerjaan setelah mereka terbebas dari masa hukumannya.

**Simpulan:** Sebagian besar artikel menyatakan kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan masih sangat mempengaruhi kehidupan warga binaan pemasyarakatan dalam menghadapi kebebasannya, sehingga sangat diperlukan bimbingan dan intervensi keperawatan untuk menurunkan kecemasan warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas serta bimbingan dan motivasi untuk mempersiapkan diri kembali ke masyarakat.

**Kata Kunci:** Kecemasan; Pembebasan; Narapidana.

## PENDAHULUAN

Tingkat kriminalitas di Indonesia bisa dikatakan cukup tinggi, hal ini dapat dilihat dari sistem database pemasyarakatan yang menyatakan bahwa jumlah warga binaan dan tahanan tercatat berjumlah 264.924 jiwa sedangkan kapasitas hunian berjumlah 129.252 jiwa, hal ini menyebabkan over kapasitas. Menurut data terakhir jumlah penghuni perkanwil, Jawa Barat merupakan salah satu provinsi yang mengalami over kapasitas dengan jumlah warga binaan dan tahanan berjumlah 23.641 jiwa sedangkan kapasitas hunian 15.629 jiwa dengan tingkat persentase 51%.

Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) merupakan seseorang yang sudah terbukti melakukan tindak pidana, lalu oleh pengadilan dijatuhi hukuman. Setelah itu pengadilan akan mengirim warga binaan tersebut ke lapas untuk menjalani hukuman sesuai dengan masa pidananya (Mariah, Manurung, & Halim, 2013; Nainggolan, 2019; Putri, 2019).

Kecemasan merupakan suatu perasaan gelisah yang tidak jelas akibat dari ketidaknyamanan ataupun perasaan takut yang disertai sebuah respon. Rasa takut yang tidak jelas yaitu firasat yang menandakan bahwa adanya peringatan tentang adanya bahaya yang akan muncul dan membuat individu menjadi lebih kuat mengambil keputusan dalam menghadapi ancaman (Martua, Wendra, & Simon, 2019; Narayana 2022; Nugraha, 2020). Kecemasan adalah perasaan yang berisi ketakutan dan kekhawatiran tentang masa yang akan datang tanpa adanya sebab yang khusus, kekhawatiran berlebih pada kecemasan ringan atau rasa takut, kekhawatiran atau ketakutan yang kuat dan tinggi, selain itu juga dapat diartikan sebagai suatu dorongan sekunder mencakup suatu reaksi menghindari dan pengajaran (Amelia, 2010).

Ada empat klasifikasi kecemasan yaitu kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat dan tingkat panik. Warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas yaitu WBP yang telah menjalani masa hukuman sekurang-kurangnya 2/3 masa pidananya, maka akan mendapat kesempatan untuk diberikan pembebasan bersyarat (Stuart, Laraia, & Sundeen, 1998; Amelia, 2010; Joseph, 2018).

Kecemasan bisa terjadi pada siapapun termasuk pada WBP yang menjelang bebas dari lapas. Ini terjadi karena stigma negatif masyarakat yang memandang buruk para mantan warga binaan (Utari, Fitria, & Rafiyah, 2012). Semakin dekatnya masa pembebasan pada warga binaan maka akan semakin meningkatnya kecemasan yang dirasakan oleh warga binaan itu sendiri, apalagi jika waktu menjelang bebas kurang dari 1 bulan (Shinkfield, & Graffam, 2010; Utari et al., 2012).

Kecemasan warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas sangat beragam ada yang ringan, sedang, berat bahkan sampai ke tahap panik tetapi rata-rata mereka mengalami kecemasan sedang dan berat. Hal ini disebabkan oleh kekhawatiran tentang pandangan masyarakat terhadap seorang mantan warga binaan, malu terhadap keluarga, takut tidak di terima oleh lingkungan dan kebingungan setelah keluar akan melakukan kegiatan apa dan bekerja dimana. Warga binaan yang sedang mengalami kecemasan biasanya mereka lebih susah tidur dan nafsu makan menurun, warga binaan juga terkadang terlihat gelisah, lebih banyak melamun dan tertutup terhadap sesama penghuni Lembaga Pemasyarakatan. Banyak yang masih menganggap kecemasan yang dirasakan oleh warga binaan pemasyarakatan itu bukanlah suatu hal yang penting, padahal didalam keperawatan harus memperhatikan kesehatan, tidak hanya kesehatan fisik tetapi kesehatan mentalnya juga. Ada beberapa faktor resiko penyebab terjadinya kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas yaitu seperti usia, lama hukuman, waktu menjelang bebas, dukungan keluarga dan dukungan social (Shinkfield, & Graffam, 2010; Salim, Komariah, & Fitria, 2016).

## METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah studi literatur. Data yang digunakan yaitu data sekunder yang diambil dari artikel ilmiah nasional maupun internasional di mulai dari tahun 2010-2020. Search Engine yang digunakan adalah Google Scholar dan database dari PubMed. Kata kunci yang digunakan menggunakan bahasa

Neli Hartini<sup>1</sup>, Nur Oktavia Hidayati<sup>2\*</sup>, Iceu Amira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Rumah Sakit Amanda Cikarang, Jawa Barat

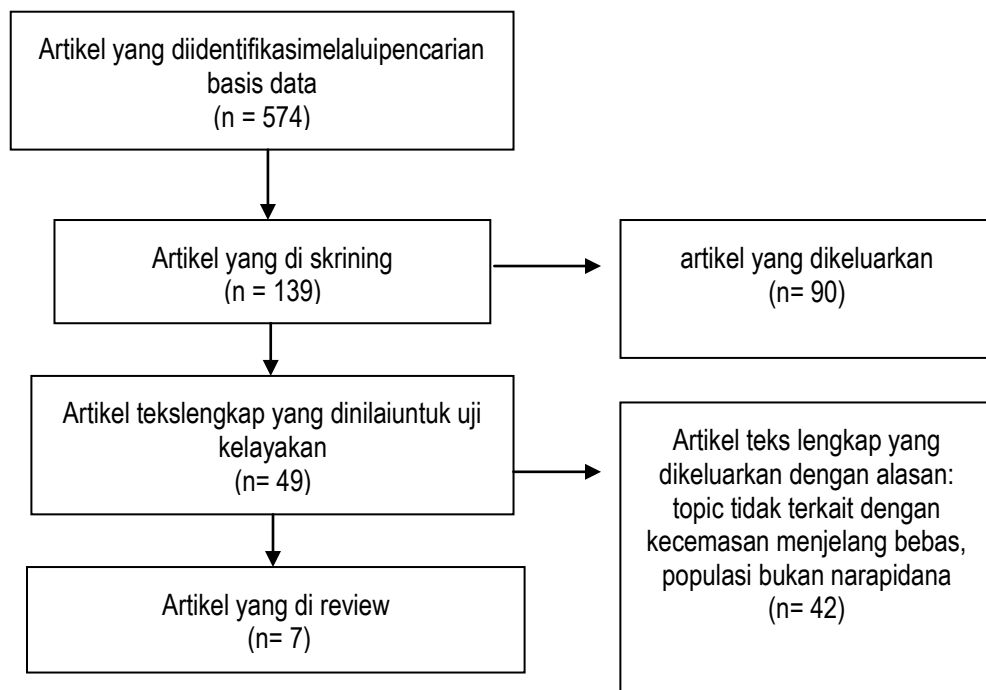
<sup>2</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Korespondensi Penulis: Nur Oktavia Hidayati. \*Email: nur.oktavia@unpad.ac.id

Indonesia dan bahasa Inggris yaitu kecemasan/anxiety, warga binaan pemasyarakatan/prisoners, dan menjelang bebas/before being released.

Kriteria inklusi pada studi literature ini yaitu: Artikel full texts, sampel warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas, tahun terbit artikel 2010-2022, artikel berbahasa Indonesia dan bahasa Inggris, artikel kecemasan warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas. Pencarian artikel dilakukan dengan penyaringan dan identifikasi melalui judul, tahun terbit, ketersediaan full text sehingga didapatkan 574 artikel yang relevan dari seluruh pencarian melalui database PubMed dan Google Scholar, kemudian dilakukan penyaringan dan pemeriksaan kembali sehingga didapatkan 139 artikel yang di skringing, dari hasil skringing diperoleh 49 artikel lengkap yang dinilai untuk uji kelayakan, dan didapatkan 7 artikel yang sesuai kriteria inklusi dan siap dilakukan review.

## HASIL



**Gambar. Diagram Prisma Pencarian Artikel**

Neli Hartini<sup>1</sup>, Nur Oktavia Hidayati<sup>2\*</sup>, Iceu Amira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Rumah Sakit Amanda Cikarang, Jawa Barat

<sup>2</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Korespondensi Penulis: Nur Oktavia Hidayati. \*Email: nur.oktavia@unpad.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.9401>

**Tabel. Analisis Artikel Penelitian**

Penulis/ Tahun/ Judul	Sampel	Metode	Instrumen	Hasil
Utari, Fitria & Rafiyah/ 2012/ Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Warga Binaan Wanita Menjelang Bebas di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Bandung	50	Kuantitatif	Taylor manifest anxiety scale	Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan sebanyak 19 orang responden (38%) mengalami kecemasan berat, sedangkan 14 responden (28%) mengalami kecemasan sedang, dan sebanyak 17 responden (34%) mengalami kecemasan ringan. Jadi dapat disimpulkan bahwa warga binaan wanita di lapas kelas II B Bandung mengalami kecemasan berat menjelang bebas.
Salim, Komariah, & Fitria/ 2016/ Gambaran Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan WBP Menjelang Bebas Di LP Wanita Kelas II A Bandung	49	Kuantitatif	Instrumen yang digunakan yaitu modifikasi teori Jacobson dan Sarafino dan Taylor Manifest Anxiety Scale	Berdasarkan hasil penelitian menurut faktor usia warga binaan sebanyak 62,23% dengan rentan usia 18-40 tahun, sedangkan di rentan usia 41-60 tahun sebanyak 36,37% dan sebanyak 2,04% dengan usia 60 tahun. Jadi pada masa usia dewasa awal memiliki resiko cukup tinggi untuk mengalami kecemasan. Menurut faktor waktu menjelang bebas WBP akan bebas dalam waktu 1 bulan sebanyak 30,62%, warga binaan akan bebas dalam waktu 2 bulan sebanyak 16,33%, WBP akan bebas dalam waktu 3 bulan sebanyak 10,20%, WBP yang akan bebas dalam waktu 4 bulan sebanyak 12, 25%, yang akan bebas dalam waktu 5 bulan sebanyak (14,28%, dan yang akan bebas dalam waktu 7 bulan sebanyak 6,12%. Jadi WBP yang akan bebas dalam kurun waktu 1 bulan memiliki kecemasan menjelang bebas paling tinggi yaitu sebanyak 30,62%. Berdasarkan faktor lama hukuman WBP yang menjalani masa hukuman < 1 tahun sebanyak 7 orang (14,28%), masa hukuman dengan kurun waktu 1-3 tahun sebanyak 19 orang (38,77), dan masa hukuman dengan kurun waktu >3 tahun sebanyak 23 orang (46,95%). Jadi lama hukuman >3 tahun sangat mempengaruhi tingkat kecemasan warga binaan karena merasa tidak percaya diri untuk kembali ke masyarakat. Berdasarkan faktor dukungan sosial dan keluarga. WBP yang akan menjelang bebas pada tahun 2014 sebanyak 70,25% dipengaruhi oleh dukungan keluarga dan sebanyak 77,66% dipengaruhi oleh dukungan sosial. Jadi faktor dukungan sosial sangat mempengaruhi tingkat kecemasan WBP menjelang bebas dikarenakan oleh kekhawatiran untuk menyesuaikan diri di lingkungan sosial nantinya.

Neli Hartini<sup>1</sup>, Nur Oktavia Hidayati<sup>2\*</sup>, Iceu Amira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Rumah Sakit Amanda Cikarang, Jawa Barat

<sup>2</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Korespondensi Penulis: Nur Oktavia Hidayati. \*Email: nur.oktavia@unpad.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.9401>

Atikasuri, Mediani, & Fitria/ 2018/ 56	Kuantitatif	Zung Self Rating Anxiety Scale (ZSAS)	Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebanyak 44,64% Andikpas tidak mengalami kecemasan, kemudian sebanyak 33,93% Andikpas mengalami kecemasan ringan, dan sebanyak 16,07% mengalami kecemasan berat, serta sebanyak 5,35% Andikpas mengalami panik. Jadi sebagian andikpas tidak mengalami kecemasan menjelang bebas dan sebagian besar. Andikpas mengalami kecemasan menjelang bebas yang beragam mulai dari kecemasan ringan sampai panik.
Kusumawardi & Astuti/ 2014/ 174	Kuantitatif	Tidak diketahui	Berdasarkan hasil penelitian menurut uji mannwhitney untuk variabel jenis kelamin didapatkan nilai 0,495 ( $p < 0,05$ ), dan untuk variabel tindak pidana didapatkan nilai 0,027 ( $p < 0,05$ ) jadi tidak ada perbedaan kecemasan jika dilihat dari jenis kelamin dan ada perbedaan kecemasan jika dilihat dari tindak pidana. Sedangkan menurut uji kruskalwhallis untuk variabel lama pidana didapatkan nilai 0,00 ( $p < 0,05$ ) dan untuk variabel sisa masa pidana didapatkan nilai 0,600 ( $p < 0,05$ ) jadi ada perbedaan kecemasan jika dilihat dari lama pidana dan tidak ada perbedaan jika dilihat dari sisa masa pidana. Maka dapat disimpulkan jika semakin berat tindak pidana yang di lakukan maka akan semakin lama masa pidana yang akan di terima sehingga menimbulkan kecemasan menjelang bebas.
Martha & Annatagia/ 2014/ 50	Kuantitatif	Kuesioner kecerdasan emosi Oryza yang disusun berdasarkan aspek-aspek Goleman (kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati dan keterampilan sosial).	Berdasarkan hasil penelitian pada kecerdasan emosi didapatkan sebanyak 2% berada pada kategori sangat tinggi, sebanyak 76% pada kategori tinggi, sebanyak 16% kategori sedang, sebanyak 6% kategori rendah dan sebanyak 0% pada kategori sangat rendah. Sedangkan pada tingkat kecemasan menghadapi masa pembebasan sebanyak 0% pada kategori sangat tinggi, sebanyak 4% pada kategori tinggi, sebanyak 18% kategori sedang dan sebanyak 68% pada kategori rendah. Jadi, terdapat korelasi negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan narapidana dalam menghadapi masa pembebasan, yaitu semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin rendah kecemasan narapidana dalam menghadapi masa pembebasan dan sebaliknya.

Neli Hartini<sup>1</sup>, Nur Oktavia Hidayati<sup>2\*</sup>, Iceu Amira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Rumah Sakit Amanda Cikarang, Jawa Barat

<sup>2</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Korespondensi Penulis: Nur Oktavia Hidayati. \*Email: nur.oktavia@unpad.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.9401>

---

<p>Oktaviany &amp; Halim/ 2014/ 19 Pendekatan Expressive Writing Pada Narapidana Wanita Yang Mengalami Kecemasan Menjelang Masa Bebas.</p>	<p>Kuantitatif</p>	<p>Depression Anciey Stress Scale (DASS) dan NEO PI-R</p>	<p>Berdasarkan hasil penelitian pada saat pre-test mayoritas narapidana mengalami kecemasan yang tinggi dan sedang dengan persentase sebanyak 18,63% mengalami kekhawatiran akan pandangan masyarakat setelah bebas nanti. Setelah melakukan intervensi melalui pendekatan expressive writing hasil dari post-test tingkat kecemasan turun menjadi 16,42%, turunnya kecemasan disebabkan oleh adanya perasaan lega setelah mengekspresikan emosi sebuah melalui tulisan. Maka dapat disimpulkan bahwa expressive writing memiliki indikasi dapat menurunkan kecemasan.</p>
<p>Ekajaya &amp; Jufriadi/ 2019/ 72 Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial pada Narapidana Menjelang Bebas di Lembaga Pemasyarakatan klas IIA Muaro Padang.</p>	<p>Kuantitatif</p>	<p>kuesioner kepercayaan diri dan kecemasan sosial</p>	<p>Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan besarnya koefisien korelasi sebesar -0,627 dengan taraf signifikan <math>p=0,000</math> (<math>p&lt;0,01</math>) dengan sumbangan efektif 39% sisanya 61% dipengaruhi oleh faktor yang lain. Maka dapat disimpulkan adanya hubungan yang negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial narapidana menjelang bebas di lapas kelas II A Muaro Padang.</p>

---

Neli Hartini<sup>1</sup>, Nur Oktavia Hidayati<sup>2\*</sup>, Iceu Amira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Rumah Sakit Amanda Cikarang, Jawa Barat

<sup>2</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Korespondensi Penulis: Nur Oktavia Hidayati. \*Email: nur.oktavia@unpad.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.9401>

## PEMBAHASAN

Hasil analisis dari tujuh artikel menyebutkan bahwa warga binaan pemasyarakatan mengalami kecemasan menjelang kebebasan. Hal ini disebabkan oleh ketakutan para warga binaan akan stigma masyarakat yang buruk tentang mantan warga binaan, juga takut tidak diterima kembali oleh masyarakat maupun keluarga setelah terbebas dari masa tahanannya.

Beberapa faktor yang menyebabkan kecemasan warga binaan menjelang bebas, menurut penelitian Salim, Komariah, & Fitria (2016), antara lain dukungan sosial, bagi warga binaan yang akan menghadapi masa kebebasannya dianggap sangat penting karena dengan adanya dukungan sosial dari lingkungan ataupun keluarga itu akan mengurangi tingkat kecemasan saat akan menghadapi masa kebebasan, juga tanpa adanya dukungan sosial nantinya akan menyulitkan beradaptasi bagi mantan warga binaan itu sendiri. Selanjutnya yaitu faktor dari waktu menjelang bebas, semakin dekat dengan masa pembebasan maka warga binaan akan semakin merasa cemas. Hal ini dikarenakan ketakutan akan tidak diterimanya lagi dirinya lingkungan masyarakat.

Faktor lama masa hukuman juga mempengaruhi tingkat kecemasan seorang warga binaan. Semakin berat tindak kejahatan yang dilakukan maka semakin lama pula masa hukuman yang didapatkan. Lamanya masa hukuman akan menimbulkan tingkat kecemasan yang dirasakan oleh warga binaan, karena warga binaan tersebut hanya akan melakukan sangat sedikit kontak dengan dunia luar dan akan merasa tidak percaya diri untuk kembali lagi ke masyarakat. Warga binaan yang sudah terbebas dari masa hukumannya dan akan kembali ke masyarakat akan merasa takut dikucilkan oleh masyarakat di lingkungannya karena terlalu lama dirinya menghilang dari lingkungan tersebut. Warga binaan yang sudah bebas akan merasa kehilangan status atau perannya di masyarakat ataupun di lingkungan keluarganya sehingga lama hukuman menjadi ancaman harga diri bagi warga binaan pemasyarakatan itu sendiri (Salim, Komariah & Fitria, 2016).

Adapun faktor usia yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan seorang warga binaan. Usia warga binaan yang masih muda memiliki resiko lebih mudah mengalami kecemasan, karena warga binaan dengan usia yang masih muda belum memiliki pengalaman hidup yang banyak sehingga akan sulit untuk menghadapi permasalahan yang dirasakannya. Sedangkan pada usia yang lebih tua mereka sudah memiliki pengalaman hidup yang lebih banyak sehingga akan mudah beradaptasi dengan keadaan yang dialaminya dan pengalaman hidup juga berpengaruh terhadap bagaimana cara seseorang dalam menghadapi suatu masalah (Salim, Komariah & Fitria, 2016).

Antara warga binaan pemasyarakatan laki-laki dan wanita tidak ada perbedaan kecemasan yang signifikan saat akan menjelang bebas, jadi jenis kelamin tidak mempengaruhi kecemasan warga binaan pemasyarakatan yang menjelang bebas. Warga binaan pemasyarakatan laki-laki maupun perempuan merasa sangat kehilangan perannya di keluarga maupun di lingkungan masyarakat saat mereka dinyatakan harus menjalani masa hukuman yang cukup lama, dan diantara mereka banyak sekali yang menjalani peran sebagai kepala keluarga atau tulang punggung keluarga sehingga mereka memikirkan kelanjutan hidup keluarganya di rumah (Kusumawardi & Astuti, 2014).

Kecerdasan emosi juga sangat mempengaruhi tingkat kecemasan warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas, dari hasil analisis didapat bahwa adanya korelasi negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan warga binaan pemasyarakatan dalam menghadapi menjelang kebebasan, yaitu semakin tingginya kecerdasan emosi maka semakin rendahnya kecemasan warga binaan dalam menghadapi waktu menjelang bebas dan semakin rendah kecemasan emosi warga binaan pemasyarakatan maka semakin tinggi kecemasan warga binaan menjelang kebebasan (Martha & Annatagia, 2014; Iqbal, 2020)

Kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan bisa diatasi dengan dilakukan beberapa terapi ataupun kegiatan untuk menurunkan tingkat kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan. Dari artikel yang di

Neli Hartini<sup>1</sup>, Nur Oktavia Hidayati<sup>2\*</sup>, Iceu Amira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Rumah Sakit Amanda Cikarang, Jawa Barat

<sup>2</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Korespondensi Penulis: Nur Oktavia Hidayati. \*Email: nur.oktavia@unpad.ac.id

analisis ada beberapa terapi yang bisa di terapkan pada warga binaan pemasyarakatan yang mengalami kecemasan menjelang bebas salah satunya adalah expressive writing. Expressive writing yaitu salah satu cara untuk mengatasi kecemasan yang bisa dilakukan pada warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas. Expressive writing adalah intervensi yang dilakukan dengan cara menuliskan mengenai isi dari pikiran seseorang, perasaan yang dirasakan terhadap pengalaman yang berkaitan dengan kejadian yang menekan atau bersifat traumatik atau menuliskan isi dari pikiran yang di anggap mengganggu. Dilakukannya expressive writing pada warga binaan pemasyarakatan, mereka dapat menuliskan semua emosi yang di rasakan atau kecemasan yang dialaminya sehingga setelah mereka mencurahkan semuanya dalam bentuk tulisan maka diharapkan para warga binaan pemasyarakatan akan merasakan kelegaan dalam dirinya dan dapat menurunkan kecemasan yang dirasakan oleh mereka selama ini (Oktaviany & Halim, 2014).

Warga binaan pemasyarakatan yang menjalani masa hukuman akan rentan terhadap penyakit kejiwaan yang disebabkan oleh beban psikologis pada warga binaan tersebut seperti mereka merasa dikucilkan dan dirampas hak-hak kebebasannya, perpisahan mereka dengan keluarganya, adaptasi yang sulit di lingkungan penjara dan ketidakpastian akan masa depan mereka setelah bebas dari masa tahanan nya. Orang yang dirampas kebebasannya kemungkinan besar akan memiliki perilaku untuk melukai dirinya sendiri dan memiliki kecemasan akan mengalami kematian di dalam penjara yang dipengaruhi oleh kurangnya perawatan kesehatan dan kepedulian para staf di penjara tersebut (Osasona & Koleoso, 2015). Kecemasan yang dirasakan oleh warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas yaitu berada pada tingkat kecemasan berat yaitu sebanyak 38% (Utari et al, 2012). Hasil penelitian di Andikpas di LPKA kelas II Bandung, didapatkan sebanyak 16,07% mengalami kecemasan berat, penelitian di Lembaga Permasyarakatan Wanita (LPW) Kota M, sebanyak 41,60% warga binaan mengalami kecemasan, dan di Lembaga Pemasyarakatan kelas IIA Muaro Padang, sebanyak

39% warga binaan mengalami kecemasan menjelang bebas (Atikasuri, Mediani & Fitria, 2018; Rahmah dan Hasanati, 2016; Ekajaya & Jufriadi, 2019).

## SIMPULAN

Kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas diakibatkan oleh ketakutan para warga binaan pemasyarakatan tentang stigma masyarakat yang buruk terhadap mantan warga binaan, juga dikarenakan warga binaan kehilangan peran dan tugas di masyarakat serta di keluarga, maka warga binaan beranggapan akan sulit untuk diterima lagi di masyarakat sehingga akan menyulitkan dirinya untuk mendapatkan pekerjaan saat setelah bebas dari masa tahanan nya. Tingkat kecemasan yang dirasakan oleh warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas yaitu berada pada tingkat kecemasan berat.

## SARAN

Sangat diperlukan pemberian intervensi keperawatan untuk mengatasi kecemasan warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas, serta bimbingan dan motivasi untuk mempersiapkan diri kembali ke masyarakat dengan beberapa pelatihan-pelatihan dan optimalisasi keterampilan kerja bagi warga binaan pemasyarakatan agar setelah bebas nanti mereka dapat kembali produktif dan diterima masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, K. R. (2010). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pembebasan Pada Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Pekanbaru. (105), 1–102.
- Atikasuri, M., Mediani, H. S., & Fitria, N. (2018). Tingkat kecemasan pada andikpas usia 14-18 tahun menjelang bebas di lembaga pembinaan khusus anak kelas II description of anxiety disorder among inmate 14 – 18 years old pre release at lembaga pembinaan khusus anak class II. 1(February), 78–84. Retrieved from

Neli Hartini<sup>1</sup>, Nur Oktavia Hidayati<sup>2\*</sup>, Iceu Amira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Rumah Sakit Amanda Cikarang, Jawa Barat

<sup>2</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Korespondensi Penulis: Nur Oktavia Hidayati. \*Email: nur.oktavia@unpad.ac.id



- file:///F:/semester 7/SKRIPSI/15773-37051-1-SM.pdf.
- Semester Who Have Not. *Oceana Biomedicina Journal*, 2(1), 20. <https://doi.org/10.30649/obj.v2i1.20>.
- Ekajaya, D. S., & Jufriadi, J. (2019). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial pada Narapidana Menjelang Bebas di Lembaga Pemasyarakatan kelas IIA Muaro Padang. *Jurnal Psyche*, Vol 12(1), 93–102.
- Nainggolan, I. (2019). Lembaga Pemasyarakatan Dalam Menjalankan Rehabilitasi Terhadap Narapidana Narkotika. *EduTech: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 5(2).
- Iqbal, M. C. (2020). *Pengaruh Bimbingan Agama Terhadap Kecerdasan Emosi Warga Binaan Pria Pada Rumah Tahanan Negara (Rutan) Kelas I Cipinang Jakarta Timur* (Bachelor's thesis, Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Narayana, I. (2022). *Asuhan Keperawatan Ansietas Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Di Ruang Belimbing RSUD Klungkung* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan 2022).
- Joseph, M. C. (2018). Penerapan Terapi Penerimaan Dan Komitmen Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Narapidana Menjelang Pembebasan Bersyarat Di Lapas X. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 1(2), 239. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i2.965>.
- Nugraha, A. D. (2020). Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam. *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(1), 1-22.
- Kusumawardi, D. A., & Astuti, T. P. (2014). Perbedaan Kecemasan Menjelang Bebas Pada Narapidana Ditinjau Dari Jenis Kelamin, Tindak Pidana, Lama Pidana, Dan Sisa Masa Pidana. *Empati*, 3(3), 52–60.
- Oktaviany, A., & Halim, M. S. (2014). Pendekatan Expressive Writing Pada Narapidana Wanita Yang Mengalami Kecemasan Menjelang Masa Bebas. 59–71.
- Mariah, L., Manurung, I., & Halim, A. (2013). Aspek Spiritual Narapidana Narkotika yang Menjalani Masa Tahanan di Lembaga Perasyarakatan. *Jurnal Keperawatan*, IX(2), 192–196.
- Osasona, S. O., & Koleoso, O. N. (2015). Prevalence and correlates of depression and anxiety disorder in a sample of inmates in a Nigerian prison. *International Journal of Psychiatry in Medicine*, 50(2), 203–218. <https://doi.org/10.1177/0091217415605038>.
- Martha, S. I., & Annatagia, L. (2014). Hubungan kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pembebasan pada narapidana. *Jurnal Psikologi Integratif*, 2(2). <https://doi.org/10.14421/jpsi.2014.%x>.
- Putri, M. T. (2019). *Dimensi religiusitas perempuan dalam masa pidana penjara: Penelitian terhadap warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Kota Bandung* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Gunung Djati Bandung).
- Martua, E. T., Wendra, S., & Simon, E. I. (2019). Comparison of Anxiety Level on Medical Skill Examination Between Students of Medical Faculty of Hang Tuah University Surabaya in 1st Semester Who Have Received Mental Health Tests During The Entrance Test with 3rd
- Rahmah, H., & Hasanati, N. (2016). Efektivitas Logo Terapi Kelompok Dalam Menurunkan Gejala Kecemasan Pada Narapidana. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 8(1), 53–66. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol8.iss1.art4>.
- Salim, S. U., Komariah, M., & Fitria, N. (2016a). Gambaran Faktor Yang Mempengaruhi

Neli Hartini<sup>1</sup>, Nur Oktavia Hidayati<sup>2\*</sup>, Iceu Amira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Rumah Sakit Amanda Cikarang, Jawa Barat

<sup>2</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Korespondensi Penulis: Nur Oktavia Hidayati. \*Email: nur.oktavia@unpad.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.9401>

Kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas: *Literatur review*

- Kecemasan WBP Menjelang Bebas Di LP Wanita Kelas II A Bandung. 4(1), 32–42.
- Shinkfield, A. J., & Graffam, J. (2010). The relationship between emotional state and success in community reintegration for ex-prisoners. *International journal of offender therapy and comparative criminology*, 54(3), 346-360.
- Stuart, G. W., Laraia, M. T., & Sundeen, S. J. (1998). Stuart & Sundeen's principles and practice of psychiatric nursing. (*No Title*).
- Utari, D. I., Fitria, N., & Rafiyah, I. (2012). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Warga Binaan Wanita Menjelang Bebas di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Bandung. (October 2018), 1–15.

**Neli Hartini<sup>1</sup>, Nur Oktavia Hidayati<sup>2\*</sup>, Iceu Amira<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Rumah Sakit Amanda Cikarang, Jawa Barat

<sup>2</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Korespondensi Penulis: Nur Oktavia Hidayati. \*Email: nur.oktavia@unpad.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.9401>