

**ANALISIS FAKTOR STRES PADA WARGA BINAAN DI LEMBAGA
PEMASYARAKATAN PEREMPUAN KELAS IIA
WAY HUI BANDAR LAMPUNG**

**Hernandi Ashari Jaya^{1*}, Lolita Sary¹, Nova Muhani², Octa Reni Setiawati³,
Yuliati Amperaningsih⁴**

¹⁻⁴Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati

^{*}Email Korespondensi: hernandiashari168@gmail.com

Abstract: Analysis of Stres Factors in Inmates at Class IIA Way Hui Bandar Lampung Women's Correctional Institution. The prevalence of stres in female prisoners worldwide is around 70%. Stres in female prisoners is a serious problem that requires special attention and treatment to improve their mental well-being in the correctional environment. Purpose of the study: This study aims to analyze stres factors in inmates at Class IIA Way Hui Bandar Lampung Women's Correctional Institution 2023. The type of research used is quantitative analytic with a cross-sectional design. Based on the inclusion and exclusion criteria, a sample of 134 people was obtained. Data analysis consists of univariate analysis, bivariate analysis. Most respondents did not experience stres (94.8%). lack of knowledge (52.8%), age 18-64 years (99.3%), good social support (59.7%), detention period <3 years (70.9%), good adjustment (64.2%), experiencing feelings of overcrowding (70.9%). There is a relationship between knowledge (p -value = 0.002: OR = 2.59) with stres and there is no relationship between social support (p -value = 0.70), length of sentence (p -value = 0.67), adjustment (p -value = 1.00) density of housing (p -value = 0.67), and age (p -value = 0.493) with stres. Social support, length of sentence, adjustment, density of housing are not related to stres in inmates at the Class IIA Way Hui Bandar Lampung Women's Correctional Institution in 2023. It is expected that inmates can understand their rights as prisoners, including the right to obtain information about the punishment process, access to health services and communication with family and friends.

Keywords: Inmates, Women, Stres Factors

Abstrak: Analisis Faktor Stres Pada Warga Binaan Di Lembaga Pemasayarakatan Perempuan Kelas IIA Way Hui Bandar Lampung. Prevalensi stres pada narapidana wanita di seluruh dunia adalah sekitar 70%. Stres pada narapidana wanita merupakan masalah serius yang memerlukan perhatian dan penanganan khusus untuk meningkatkan kesejahteraan mental mereka di dalam lingkungan pemsayarakatan. Penelitian ini bertujuan menganalisis faktor stres pada warga binaan di lembaga pemsayarakatan perempuan kelas IIA Way Hui Bandar Lampung 2023. Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik kuantitatif dengan rancangan *Cross Sectional*. Berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan sampel sebanyak 134 orang. Analisis data terdiri analisis univariat, analisis bivariat. Sebagian besar responden tidak mengalami stres (94.8%). pengetahuan kurang (52.8%), usia 18-64 tahun (99.3%), dukungan sosial baik (59.7%), masa tahanan < 3 tahun (70.9%), penyesuaian diri baik (64.2%), mengalami perasaan kepadatan hunian (70.9%). Ada hubungan pengetahuan (p -value = 0.002: OR = 2.59) dengan stres dan tidak ada hubungan dukungan sosial (p -value = 0.70), lama masa hukuman (p -value = 0.67), penyesuaian diri (p -value = 1.00) kepadatan hunian (p -value = 0.67), dan usia (p -value = 0.493) dengan stres. Dukungan sosial, lama masa hukuman, penyesuaian diri, kepadatan hunian tidak berhubungan dengan stres pada warga binaan permasyarakatan di Lembaga Permsayarakatan Perempuan Kelas IIA Way Hui Bandar Lampung Tahun 2023. Diharapkan bagi warga binaan hendaknya

dapat memahami tentang hak-hak sebagai narapidana, termasuk hak untuk mendapatkan informasi tentang proses hukuman, akses ke layanan kesehatan dan komunikasi dengan keluarga dan teman.

Kata Kunci: Warga Binaan Pemasyarakatan, Wanita, Stres Faktor

PENDAHULUAN

Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) merupakan lokasi yang digunakan untuk melakukan pembinaan terhadap tahanan dan anak didik pemasyarakatan di Indonesia. Lapas didirikan dengan tujuan membantu masyarakat yang mengalami berbagai masalah dalam kehidupan mereka. Salah satu tujuannya adalah meningkatkan pengendalian diri narapidana agar mereka dapat berperilaku baik selama di dalam Lapas dan setelah mereka bebas untuk kembali berpartisipasi dalam masyarakat. Kegiatan pembinaan narapidana di Lapas dilakukan berdasarkan sistim, struktur organisasi, dan metode pembinaan, yang merupakan tahap terakhir dari sistem peradilan pidana (*Undang-Undang RI Nomor 22 Tahun 2022 Tentang Pemasyarakatan, 2022*).

Masalah yang dialami narapidana dilapas sering menimbulkan masalah kesehatan jiwa salah satunya stres. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), prevalensi stres pada narapidana wanita di seluruh dunia adalah sekitar 70%. Stres pada narapidana wanita dapat disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain Pengalaman traumatik, seperti kekerasan fisik atau seksual, sebelum dan selama dipenjara, pemutusan hubungan dengan keluarga dan teman, kekhawatiran tentang masa depan, kondisi hidup di penjara yang tidak manusiawi (WHO, 2022)

Selama menjalankan masa penahanan, situasi ini bukanlah suatu hal yang menyenangkan bagi tahanan, karena ruang gerak mereka dibatasi oleh tembok bangunan Rutan dan mereka terisolasi untuk berinteraksi dengan keluarga dan masyarakat, kondisi ini lah yang menjadi stresor tersendiri bagi tahanan dan menyebabkan timbulnya kondisi stres. Stres ialah suatu kondisi yang akan sering terjadi dalam kehidupan sehari-

hari dan akan dialami oleh setiap orang termasuk tahanan (Sutardjo, 2018).

Stres dinilai sebagai sebuah situasi dimana stimulus lingkungan yang membuat seseorang merasakan tegang ketika berada di dalam kondisi tersebut. Menyandang status sebagai tahanan, tersendiri status tersebut telah menjadi stresor yang berat bagi mereka, karena stres yang dihadapi tahanan selama masa penahanannya adalah suatu kondisi yang mana mereka merasa tidak bisa menyeimbangkan antara kondisi yang menuntut dengan perasaannya, serta merasa bahwa dirinya berada didalam kondisi terendah dalam hidupnya dan berasumsi dengan kondisi terburuk tersebut sebagai tekanan yang melebihi batas kemampuan yang mereka miliki (Cahyani et al., 2020).

Data dari WHO menyatakan bahwa hasil dari 62 survei di 12 negara dan mencakup 22.790 narapidana menemukan tiap 6 bulan terjadinya prevalensi psikosis pada laki-laki 3,7% dan perempuan 4% depresi mayor pada laki-laki 10% dan perempuan 12% serta gangguan kepribadian pada laki-laki 65% dan perempuan 42% (Wuryansari & Subandi, 2019).

Prevalensi stres pada narapidana wanita di seluruh dunia adalah sekitar 70%. Stres pada narapidana wanita dapat disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain Pengalaman traumatik, seperti kekerasan fisik atau seksual, sebelum dan selama dipenjara, pemutusan hubungan dengan keluarga dan teman, kekhawatiran tentang masa depan, kondisi hidup di penjara yang tidak manusiawi (WHO, 2022).

Dalam laporan Kinerja Instansi Pemerintah Dit. Kesehatan Jiwa Tahun 2022 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menyebutkan bahwa prevalensi stres pada narapidana wanita di Indonesia adalah 67,1%. Angka ini berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Kemenkes pada tahun 2022. Survei

tersebut melibatkan 1.200 narapidana wanita dari 50 Lembaga Pemasyarakatan Perempuan (LPP) di Indonesia. Hasil survei menunjukkan bahwa narapidana wanita di Indonesia mengalami tingkat stres yang cukup tinggi. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain pengalaman traumatik, seperti kekerasan fisik atau seksual, sebelum dan selama dipenjara, pemutusan hubungan dengan keluarga dan teman, kekhawatiran tentang masa depan, kondisi hidup di penjara yang tidak manusiawi (Kemenkes RI, 2023).

Seperti halnya yang disampaikan oleh Siswati & Abdurrohman (2016) menyatakan bahwa pada manusia, perubahan kondisi lingkungan sangat dapat menimbulkan ketegangan atau stres pada manusia. Kondisi stres yang berat sangat berdampak bagi kondisi psikis dan kesehatan mental para tahanan, dampak yang akan diterima yaitu akan mengalami perubahan kondisi psikis berupa perasaan gelisah, cemas, mudah marah, gugup, takut, mudah tersinggung, sedih, stres hingga bunuh diri. Untuk dapat bertahan dengan kondisi tersebut, manusia harus melakukan penyesuaian diri, jika individu tersebut tidak dapat beradaptasi dengan baik di lingkungan barunya maka individu tersebut berkemungkinan besar akan mengalami kondisi stres. Jadi pengaruh lingkungan terhadap psikologi individu sangatlah besar, apabila keadaan lingkungan sesuai atau cocok dengan individu maka yang akan dirasakan individu tersebut adalah timbulnya rasa nyaman dan dapat bertahan di lingkungan tersebut, namun sebaliknya apabila individu merasa tidak sesuai atau tidak cocok dengan lingkungannya, maka yang akan mereka rasakan yaitu tertekan secara psikologis dengan lingkungannya.

Lama masa hukuman narapidana memang berhubungan dengan kondisi stres yang mereka alami. Lama masa hukuman yang harus dijalani oleh narapidana bervariasi tergantung pada tingkat keparahan tindakan kejahatan yang mereka lakukan, sesuai dengan ketentuan yang diatur dalam Kitab Undang-Undang Hukum Pidana yang

mencakup berbagai jenis tindak kejahatan dan sanksinya. Saat menjalani masa hukuman di dalam Lembaga Pemasyarakatan, narapidana seringkali menghadapi berbagai hambatan dalam memenuhi kebutuhan mereka, baik yang bersifat biologis maupun psikologis (Siswati & Abdurrohman, 2016).

Overcrowding dapat memengaruhi banyak aspek kehidupan narapidana dan tahanan, termasuk aktivitas harian mereka, meningkatkan risiko konflik dan kekerasan, serta berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental. Semua ini dapat berkontribusi pada peningkatan tingkat stres di dalam lingkungan pemasyarakatan. Oleh karena itu, langkah-langkah untuk mengatasi *overcrowding* dan meningkatkan kondisi fasilitas pemasyarakatan adalah hal yang penting dalam usaha untuk mengurangi stres di kalangan narapidana dan tahanan (Novian et al., 2018).

Pengetahuan yang baik tentang stres dapat membantu narapidana untuk mengenali peristiwa-peristiwa yang dapat menyebabkan stres dan mengambil langkah-langkah untuk mengurangi stres tersebut. Misalnya, narapidana yang mengetahui bahwa penahanan dapat menyebabkan stres dapat mencoba untuk mempersiapkan diri untuk penahanan tersebut. Selain itu, pengetahuan yang baik tentang stres juga dapat membantu narapidana untuk mengelola stres dengan cara yang sehat (Sarafino and Smith, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Kartika et al (2022) menunjukkan bahwa usia, tingkat pendidikan, status pernikahan, pekerjaan, lama hukuman, dan lama tinggal di lembaga pemasyarakatan tidak memiliki pengaruh terhadap stres narapidana. Usia responden remaja (18-25 tahun) memiliki rerata stres yang paling tinggi di antara usia dewasa dan lansia, walaupun secara keseluruhan masih tergolong dalam tingkat stres yang rendah.

Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas IIA Way-Hui di Bandar Lampung adalah fasilitas yang disediakan dan

dikelola oleh pemerintah untuk menampung, membina, dan mendampingi individu yang mengalami masalah hukum, telah dihukum oleh pengadilan sebagai narapidana. Tujuan pendampingan ini adalah agar masyarakat, khususnya perempuan atau wanita yang mengalami masalah hukum, dapat memperbaiki diri mereka sendiri dan tidak mengulangi pelanggaran hukum yang pernah mereka lakukan (Lembaga Pemasayarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung, 2023). Hal inilah yang menjadi alasan saya sebagai penulis ingin melakukan penelitian ini mengenai "analisis faktor stres pada warga binaan di Lembaga Pemasayarakatan Perempuan Kelas IIA Way Hui Bandar Lampung tahun 2023".

METODE

Jenis penelitian ini adalah observasional kuantitatif analitik dengan

pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2023 di Lembaga Pemasayarakatan Perempuan kelas IIA Way Hui Bandar Lampung. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah warga binaan permasyarakatan perempuan sebanyak 134 orang dengan teknik *total sampling*. Analisis data yang dilakukan yaitu analisis univariate untuk mengetahui distribusi frekuensi variable pengetahuan, usia, dukungan social, masa hukuman, penyesuaian diri, kepadatan hunian dan kejadian stres. Serta analisis bivariate menggunakan *chi-square* untuk mengetahui hubungan antara variabel dependen (kejadian stres) dengan variabel independen (pengetahuan, usia, dukungan social, masa hukuman, penyesuaian diri, kepadatan hunian). Penelitian ini telah mendapat persetujuan laik etik universitas malahayati dengan nomor 4076/EC/KEP-UNMAL/I/2024.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden

Variabel	Jumlah(n=134)	Persentase (%)
Pengetahuan		
Kurang	78	58.2
Baik	56	41.8
Usia		
18-64 thn	133	99.3
≥ 65 thn	1	0.7
Dukungan sosial		
tidak baik	54	40.3
Baik	80	59.7
Masa hukuman		
≥ 3thn	39	29.1
< 3 thn	95	70.9
Penyesuaian diri		
tidak baik	48	35.8
Baik	86	64.2
Kepadatan hunian		
Padat	95	70.9
tidak padat	39	29.1
Kejadian stres		
Mengalami	7	5.2
tidak mengalami	127	94.8

Dari tabel 1 dapat dilihat sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang baik sebanyak 78 orang (58.2%), berada pada kelompok usia 18-64 tahun sebanyak 133 orang (99.3%), memiliki dukungan sosial baik sebanyak 80 orang (59.7%), menjalani

masa tahanan < 3 tahun sebanyak 95 orang (70.9%), penyesuaian diri baik sebanyak 86 orang (64.2%), mengalami perasaan kepadatan hunian sebanyak 95 orang (70.9%) dan tidak mengalami stres sebanyak 127 orang (94.8%).

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan Dengan Kejadian Stres

Pengetahuan	Stres				Total	%	P value	OR (CI95%)
	Mengalami		Tidak mengalami					
	n	%	n	%				
Kurang	0	0.0	78	100.0	78	100	0.002	1.14 (1.03-1.26)
Baik	7	12.5	49	87.5	56	100		

Dari tabel 2 di atas dengan menggunakan uji statistik analisis bivariat diketahui dari 78 responden yang memiliki pengetahuan kurang, kesemuanya tidak mengalami kejadian stres. Sedangkan dari 56 responden yang memiliki pengetahuan baik, 7 orang (12.5%) mengalami kejadian stres dan 49 orang (87.5%) tidak mengalami kejadian stres. Dengan menggunakan uji *Chi Square (Fisher's*

Exact Test) menunjukkan *P-value* = 0.002 dimana kurang dari nilai kemaknaan yaitu 5% (0.05), hal tersebut menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kejadian stres. Dari analisis diatas didapatkan nilai OR = 1.14 yang menyatakan bahwa responden yang berpengetahuan baik memiliki kemungkinan 1.14 kali lipat menekan terjadinya stres.

Tabel 3. Hubungan Usia Dengan Kejadian Stres

Usia	Stres				Total	%	P value
	Mengalami		Tidak mengalami				
	n	%	N	%			
>= 65 thn	0	0.0	1	100.0	1	100	1.00
18-64 thn	7	5.3	127	94.8	133	100	

Dari tabel 3 di atas dengan menggunakan uji statistik analisis bivariat diketahui dari 1 responden yang memiliki usia ≥ 65 thn didapatkan tidak mengalami kejadian stres. Sedangkan dari 133 responden yang memiliki usia 18-64 thn, 7 orang (5.3%) mengalami kejadian stres dan 127 orang (94.8%)

tidak mengalami kejadian stres. Dengan menggunakan uji *Chi Square (Fisher's Exact Test)* menunjukkan *P-value* = 1.00 dimana lebih dari nilai kemaknaan yaitu 5% (0.05), hal tersebut menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan kejadian stres.

Tabel 4. Hubungan Dukungan sosial Dengan Kejadian Stres

Dukungan sosial	Stres				Total	%	P value
	Mengalami		Tidak mengalami				
	n	%	n	%			
Kurang	2	3.7	52	96.3	54	100	0.70
Baik	5	6.3	75	93.8	80	100	

Dari tabel 4 di atas dengan menggunakan uji statistik analisis bivariat diketahui dari 54 responden yang memiliki dukungan sosial kurang, 2 orang (3.7%) mengalami kejadian stres dan 52 orang (96.3%) tidak mengalami kejadian stres. Sedangkan dari 80 responden yang memiliki dukungan sosial baik, 5 orang (6.3%) mengalami kejadian stres dan 75 orang

(93.8%) tidak mengalami kejadian stres. Dengan menggunakan uji *Chi Square (Fisher's Exact Test)* menunjukkan *P-value* = 0.70 dimana lebih dari nilai kemaknaan yaitu 5% (0.05), hal tersebut menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan kejadian stres.

Tabel 5. Hubungan Lama Masa Hukuman dengan Kejadian Stres

Lama Masa Hukuman	Stres				Total	%	P value
	Mengalami		Tidak mengalami				
	n	%	n	%			
>= 3thn	1	2.6	38	97.4	39	100	0.67
< 3 thn	6	6.3	89	93.7	95	100	

Dari tabel 5 di atas dengan menggunakan uji statistik analisis bivariat diketahui dari 39 responden yang memiliki lama masa hukuman >= 3thn, 1 orang (2.6%) mengalami kejadian stres dan 38 orang (97.4%) tidak mengalami kejadian stres. Sedangkan dari 95 responden yang memiliki lama masa hukuman <3 thn, 6 orang (6.3%) mengalami kejadian stres

dan 89 orang (93.7%) tidak mengalami kejadian stres. Dengan menggunakan uji *Chi Square (Fisher's Exact Test)* menunjukkan *P-value* = 0.67 dimana lebih dari nilai kemaknaan yaitu 5% (0.05), hal tersebut menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara lama masa hukuman dengan kejadian stres.

Tabel 6. Hubungan penyesuaian diri Dengan Kejadian Stres

penyesuaian diri	Stres				Total	%	P value
	Mengalami		Tidak mengalami				
	n	%	N	%			
tidak baik	2	4.2	46	95.8	48	100	1.00
baik	5	5.8	81	94.2	86	100	

Dari tabel 6 di atas dengan menggunakan uji statistik analisis bivariat diketahui dari 48 responden yang memiliki penyesuaian diri tidak

baik, 2 orang (4.2%) mengalami kejadian stres dan 46 orang (95.8%) tidak mengalami kejadian stres. Sedangkan dari 86 responden yang

memiliki penyesuaian diri baik, 5 orang (5.82%) mengalami kejadian stres dan 81 orang (94.2%) tidak mengalami kejadian stres. Dengan menggunakan uji *Chi Square (Fisher's Exact Test)* menunjukkan *P-value* = 1.00 dimana

lebih dari nilai kemaknaan yaitu 5% (0.05), hal tersebut menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dengan kejadian stres.

Tabel 7. Hubungan Kepadatan Hunian Dengan Kejadian Stres

Kepadatan hunian	Stres				Total	%	P value
	Mengalami		Tidak mengalami				
	n	%	n	%			
Padat	6	6.3	89	93.7	95	100	0.67
Tidak padat	1	2.6	38	97.4	39	100	

Dari tabel 7 di atas dengan menggunakan uji statistik analisis bivariat diketahui dari 95 responden yang memiliki kepadatan hunian, 6 orang (6.3%) mengalami kejadian stres dan 89 orang (93.7%) tidak mengalami kejadian stres. Sedangkan dari 39 responden yang tidak memiliki kepadatan hunian baik, 1 orang (2.6%) mengalami kejadian stres dan

38 orang (97.4%) tidak mengalami kejadian stres. Dengan menggunakan uji *Chi Square (Fisher's Exact Test)* menunjukkan *P-value* = 0.67 dimana lebih dari nilai kemaknaan yaitu 5% (0.05), hal tersebut menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kepadatan hunian dengan kejadian stres.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kejadian stres. Dari analisis di atas diperoleh *p-value* = 0.002 dengan nilai OR = 2.59. Penelitian di atas sejalan dengan penelitian Rohmawati (2022) dimana terdapat hubungan antara pengetahuan dengan tingkat stres pada orang tua siswa di dalam pendampingan anak menghadapi pembelajaran daring (*p-value*=0.009). Sama halnya penelitian yang dilakukan Novitasari (2022) bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat stres (*p-value*=0.026).

Menurut Teori Stres Lazarus (1986), penilaian kognitif individu terhadap suatu situasi sangat berpengaruh terhadap pengalaman stres. Dalam konteks hubungan antara pengetahuan dan kejadian stres, individu yang memiliki pengetahuan yang baik mungkin lebih mampu untuk mengevaluasi situasi dengan lebih baik. Mereka dapat menggunakan pengetahuan mereka

untuk menghadapi tantangan dan mengatasi situasi yang menimbulkan stres, sehingga mengurangi tingkat stres yang mereka alami. Dengan demikian, individu dengan pengetahuan yang baik mungkin cenderung memiliki keterampilan penilaian yang lebih baik dalam menghadapi situasi stres, yang pada gilirannya dapat mengurangi dampak stres secara keseluruhan. Namun, penting untuk diingat bahwa hubungan antara pengetahuan dan kejadian stres adalah subjektif dan kompleks, dan dapat dipengaruhi oleh banyak variabel lain seperti dukungan sosial, kondisi lingkungan, dan faktor psikologis individu.

Dari penelitian, 78 responden dengan pengetahuan kurang tidak mengalami kejadian stres. Beberapa faktor yang mungkin memengaruhi kondisi ini adalah lingkungan sosial di dalam lembaga pemasyarakatan yang mungkin tidak mendukung perkembangan pengetahuan yang baik, tetapi pada saat yang sama, individu tersebut mungkin telah terbiasa dengan

lingkungan tersebut sehingga tidak mengalami stres. Selain itu, kondisi emosional juga bisa memainkan peran di mana warga binaan mungkin telah mengembangkan mekanisme coping tertentu yang membantu mereka mengatasi stres, sehingga mereka tidak merasakan stres meskipun memiliki pengetahuan yang kurang (Dwi Haryanti & Hei Prihatin, 2019).

Sedangkan dari 56 responden yang memiliki pengetahuan baik, 7 orang mengalami kejadian stres. Beberapa faktor yang mungkin memengaruhi kondisi ini termasuk konflik internal, di mana warga binaan mungkin mengalami pertentangan batin terkait masa lalu, situasi saat ini, atau masa depan mereka, yang dapat menyebabkan stres. Selain itu, ketidakpastian juga dapat menjadi faktor, di mana warga binaan yang memiliki pengetahuan baik tetapi mengalami stres mungkin merasa cemas atau khawatir karena ketidakpastian tentang masa depan mereka, termasuk rencana pembebasan, reintegrasi ke masyarakat, atau kehidupan setelah pembebasan. Selain itu, lingkungan sosial yang tidak mendukung di dalam lembaga pemasyarakatan juga dapat menyebabkan stres, meskipun seseorang memiliki pengetahuan yang baik. Selain itu, kondisi psikologis tertentu seperti kecemasan, depresi, atau trauma masa lalu juga dapat memainkan peran dalam menimbulkan stres meskipun seseorang memiliki pengetahuan baik (Fatimah, 2006).

Berdasarkan indikator pengetahuan mengenai stres sebagian besar responden setuju dengan pernyataan stres dapat menyebabkan perubahan perilaku seperti perubahan pola makan, pola tidur, dan pola aktivitas. Pernyataan bahwa stres dapat menyebabkan perubahan perilaku pada indikator pengetahuan mengenai stres seperti pola makan, pola tidur, dan pola aktivitas memang memiliki dasar kebenaran. Ketika seseorang mengalami stres, tubuh melepaskan hormon stres seperti kortisol dan adrenalin. Hormon-hormon ini memicu respons "fight-or-flight", yang mempersiapkan tubuh untuk menghadapi situasi yang berbahaya.

Namun, respons ini juga dapat berdampak pada perilaku, termasuk perubahan pola makan, perubahan pola tidur, perubahan pola aktivitas. Tingkat keparahan dan jenis perubahan perilaku yang dialami seseorang tergantung pada berbagai faktor, seperti kepribadian, riwayat kesehatan mental, keterampilan coping, dan dukungan sosial (Hawari, 2016)

Pengetahuan warga binaan memainkan peran penting dalam mempengaruhi tingkat stres mereka. Pemahaman tentang situasi, termasuk pengetahuan tentang sistem peradilan pidana dan proses hukuman, dapat membantu narapidana memahami kondisi mereka dan apa yang diharapkan. Hal ini memberikan rasa kontrol dan mengurangi ketidakpastian, yang dapat menurunkan tingkat stres. Pengetahuan tentang hak-hak dan sumber daya yang tersedia bagi narapidana membantu mereka mengakses dukungan dan layanan yang diperlukan, meningkatkan kesejahteraan mereka secara keseluruhan (Sarafino & Smith, 2014).

Pengetahuan tentang program dan kegiatan di penjara, seperti pendidikan, pelatihan kejuruan, dan konseling, membantu narapidana menemukan makna dan tujuan hidup, mengurangi perasaan putus asa, dan meningkatkan optimisme. Pengetahuan tentang cara membangun dan memelihara hubungan positif dengan sesama narapidana dan staf penjara membantu narapidana mendapatkan dukungan sosial yang mereka butuhkan. Ini membuat mereka merasa terhubung dan didukung, yang membantu mengatasi stres dan meningkatkan kesejahteraan mental. Menjaga hubungan dengan keluarga dan teman di luar penjara membantu narapidana merasa didukung dan dicintai, meningkatkan ketahanan mereka (Sarafino & Smith, 2014).

Terakhir, peningkatan keterampilan hidup, seperti komunikasi, pemecahan masalah, dan pengambilan keputusan, mempersiapkan narapidana untuk kembali ke masyarakat. Ini mengurangi kecemasan tentang masa depan dan meningkatkan rasa percaya diri, yang

menurunkan tingkat stres. Pengetahuan tentang cara mengelola keuangan, mencari pekerjaan, dan menemukan tempat tinggal membantu narapidana melakukan transisi yang sukses ke kehidupan di luar penjara, mengurangi stres yang terkait dengan reintegrasi, dan meningkatkan peluang sukses mereka (Hawari, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara usia dengan kejadian stres. Dari analisis diatas diperoleh p -value = 1.00. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Rachmayani, 2018) menunjukkan usia tidak berhubungan dengan stres (p -value=0.096). Teori Stres Lifespan oleh Richard M. Lazarus menyatakan bahwa stres terjadi sepanjang umur dari interaksi antara individu dan pengalaman yang dihadapi. Lazarus berpendapat bahwa stres muncul ketika individu merasa situasi tidak sesuai dengan kebutuhan, tuntutan, atau tujuan mereka. Ini berarti stres dapat terjadi pada siapa saja, tergantung pada situasi dan pengalaman yang dihadapi.

Penelitian menunjukkan bahwa dari 1 responden berusia ≥ 65 tahun, tidak ditemukan kejadian stres, sedangkan dari 133 responden berusia 18-64 tahun, 7 orang mengalami stres. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi hubungan antara usia dan tingkat stres pada narapidana meliputi kematangan emosional dan psikologis, di mana narapidana yang lebih muda mungkin lebih sulit mengelola emosi dan stres dibandingkan yang lebih tua; reaksi terhadap lingkungan penjara, di mana narapidana muda mungkin lebih rentan terhadap tekanan sosial dan lingkungan penjara yang keras; serta penyesuaian dengan kehidupan penjara, di mana narapidana muda mungkin lebih sulit menyesuaikan diri, yang dapat meningkatkan tingkat stres mereka (Kesuma, 2016).

Usia narapidana dalam pemahaman dan pengalaman stres adalah subjek yang penting untuk dikaji lebih dalam oleh ahli psikologi dan peneliti. Beberapa studi menunjukkan bahwa stres pada narapidana berkaitan dengan usia dan

fase hidup mereka. Anak-anak narapidana sering mengalami stres karena perubahan hidup seperti pindah sekolah dan masalah keluarga. Dewasa narapidana menghadapi stres dari kesulitan mengatasi identitas sosial, menjaga hubungan keluarga, dan menemukan tempat di masyarakat. Narapidana lama dapat mengalami stres karena kehilangan kemandirian, masalah kesehatan, dan kesulitan beradaptasi dengan perubahan hidup di usia tua (Kesuma, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan kejadian stres. Dari analisis diatas diperoleh p -value = 0.70. Hasil penelitian di atas sejalan dengan penelitian Ping (2016) terhadap napi wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Tenggara dimana menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan sosial dan nilai depresi (p -value=0.34). Hasil yang tidak bermakna ini dapat disebabkan bahwa alat ukur dukungan sosial yang digunakan bukan faktor utama dalam memicu depresi yang terjadi pada narapidana wanita.

Hasil penelitian di atas tidak sejalan dengan penelitian Mu'jizatullah (2019) diaman terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial terhadap stres pada narapidana wanita di Balikpapan Tahanan Kelas II B Balikpapan ($p = 0,001$). Hasil penelitian di atas tidak sejalan juga dengan penelitian Sisworo (2019) diperoleh adanya hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada narapidana wanita di Lembaga Pemasyarakatan Lubuk Pakam ($p = 0,000$). Penelitian Windistiar (2016) menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres terhadap narapidana wanita ($p = 0.000$).

Pernyataan bahwa dukungan sosial tidak ada hubungan dengan kejadian stres tidak sepenuhnya akurat. Faktanya, sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan cara individu mengatasi stres dan dampak stres pada kesehatan

mental dan fisik. Meskipun demikian, hubungan ini tidak selalu linier dan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti jenis dukungan sosial, kualitas dukungan sosial, karakteristik individu, konteks stres (Sarafino & Smith, 2014).

Berdasarkan indikator dukungan sosial responden sebagian besar memilih sangat tidak setuju di jumpai pada pernyataan "Keluarga saya selalu menyemangati saya ketika saya sedang terpuruk". Faktor umum yang mungkin memengaruhi jawaban "sangat tidak setuju" dari responden narapidana seperti pengalaman pribadi dengan dukungan keluarga dimana narapidana dengan hubungan keluarga yang renggang, berkonflik, atau tidak ada sama sekali, mungkin tidak merasa mendapatkan dukungan dan semangat dari keluarga saat terpuruk.

Penelitian menunjukkan bahwa dari 54 responden dengan dukungan sosial kurang, sebagian besar tidak mengalami stres. Beberapa faktor yang mungkin menjelaskan fenomena ini termasuk sifat kepribadian yang kuat yang memungkinkan individu mengelola stres secara mandiri, strategi koping yang efektif tanpa bergantung pada dukungan sosial, adaptasi yang berhasil terhadap lingkungan lembaga pemasyarakatan, faktor internal seperti keyakinan spiritual atau kepercayaan diri yang kuat, serta lingkungan lembaga pemasyarakatan yang stabil dan teratur yang membantu mengurangi tingkat stres (Sarafino & Smith, 2014).

Sementara ada 80 responden dengan dukungan sosial baik, masih ada 5 orang yang mengalami stres. Beberapa faktor yang mungkin menyebabkan hal ini termasuk kondisi lingkungan yang mencekam di dalam penjara, seperti ketidakamanan, konflik antar-penghuni, yang dapat menciptakan tingkat stres yang tinggi meskipun ada dukungan sosial. Ketidakpastian tentang masa depan juga dapat menyebabkan stres, di mana penghuni mungkin merasa cemas tentang apa yang akan terjadi setelah mereka keluar dari lembaga. Selain itu, trauma masa lalu yang tidak tertangani dengan baik juga dapat menyebabkan stres yang tinggi meskipun ada

dukungan sosial di sekitar mereka (Sarafino & Smith, 2014).

Bagi narapidana wanita, dukungan sosial dari lingkungan sekitar dapat meminimalisir stres yang dialami. Dukungan sosial menunjukkan hubungan interpersonal yang melindungi dari perilaku negatif dan sangat diperlukan untuk memperbaiki kondisi psikis narapidana. Ini juga dapat mengurangi stres dan membantu mereka menghadapi keadaan sulit. Dukungan sosial mencakup informasi atau umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban timbal balik (Bart, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara lama masa hukuman dengan kejadian stres. Dari analisis diatas diperoleh $p\text{-value} = 0.67$. Hasil penelitian di atas sejalan dengan penelitian Anggraini (2020) dimana diperoleh hasil bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara Masa Hukuman dengan Tingkat Stres pada narapidana di lapas perempuan kelas II A Samarinda ($p\text{-value}=0.22$). Sama halnya juga penelitian Rachmayani (2018) di mana di peroleh hasil tidak ada hubungan antara lama masa tahanan dengan stres ($p\text{-value}=0,26$). Hasil yang tidak bermakna ini dapat disebabkan oleh banyak faktor yang mempengaruhi tingkat stres yaitu Kepribadian, keluarga, tingkat sosial, dan lingkungan merupakan faktor resiko dari tingkat stres, menyebutkan bahwa stres yang terjadi pada narapidana dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, lama hukuman, Selain itu, efek psikologis akibat pemidanaan berbeda dari satu individu dengan individu yang lain (Fatimah, 2006).

Hasil penelitian di atas tidak sejalan dengan penelitian Zainuri (2022) dimana Hasil analisa data ada hubungan antara lama masa hukuman dengan tingkat stres pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas II B Mojokerto ($p\text{-value}= 0,022$). Sama halnya penelitian yang dilakukan oleh Welta (2017) dimana ada hubungan positif antara kesesakan

dan masa hukuman dengan stres (p -value=0.000).

Dari data, terlihat bahwa dari 39 responden dengan masa hukuman ≥ 3 tahun, hanya satu orang yang mengalami stres, sementara dari 95 responden dengan masa hukuman <3 tahun, 6 orang mengalami stres. Setiap individu dan situasi dapat berbeda, dan ada beberapa faktor yang mungkin memengaruhi tingkat stres selama masa tahanan, baik itu jangka pendek maupun panjang. Faktor-faktor tersebut termasuk adaptasi terhadap lingkungan penjara, rutinitas yang terstruktur, dukungan sosial yang kuat, harapan yang lebih besar terkait masa depan, akses yang lebih baik ke layanan di dalam penjara, dan kurangnya ketidakpastian tentang masa depan, yang semuanya dapat membantu menjelaskan mengapa mereka yang menjalani masa hukuman yang lebih lama cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah (Dwi Haryanti & Heri Prihatin, 2019).

Masa hukuman ditentukan oleh berat dan ringannya perbuatan narapidana melakukan pelanggaran hukum. Dalam menjalani masa hukuman di Lembaga Perumahan dan Pemasyarakatan narapidana sering mengalami hambatan-hambatan seperti kehilangan kesempatan hubungan seksual, kehilangan hak pribadinya, kehilangan mendapatkan kebaikan dan bantuan, kehilangan kerahasiannya akibat prasangka buruk dari masyarakat (Astuti, 2017).

Masa hukuman yang diterima juga dimaknai dengan adanya kondisi mengisolasi, kondisi kehilangan pekerjaan, kondisi hilangnya pelayanan pribadi dalam waktu yang lama sesuai masa hukuman yang dipidanakan. Kondisi yang dirasakan narapidana akibat masa hukuman pidana yang diterimanya menimbulkan perasaan tertekan, dan terancam. Korchin (1976) mengatakan bahwa cara merespon stresor dan tipe stres apa yang dialami tergantung pada proses kognitif individu. Jika pikiran dan persepsi positif maka tindakannya pun cenderung positif, karena proses kognitif merupakan filter

terhadap stresor sebelum individu melakukan reaksi. Taylor (1994) mengatakan bahwa reaksi fisiologis, psikologis dan perilaku yang ditunjukkan dengan peristiwa atau kejadian yang membahayakan, menekan dan mengancam akan menimbulkan kondisi stres pada individu. Kondisi stres yang ditimbulkan perasaan kesesakan dan masa hukuman pada narapidana ditunjukkan dengan ciri-ciri tidak berdaya, putus asa.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dengan kejadian stres. Dari analisis diatas diperoleh p -value = 1.00. Hasil penelitian di atas tidak sejalan dengan penelitian Yudhi (2020) dimana Penyesuaian diri memiliki korelasi dengan depresi memperoleh koefisien korelasi 0,582 dengan p -value 0,000. Hasil ini tidak sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan (Rachmayani, 2018). menunjukkan penyesuaian diri berhubungan negatif dan signifikan dengan stres (p -value=0.000).

Dalam penelitian ini, dari 48 responden dengan penyesuaian diri yang buruk, 46 orang tidak mengalami stres, sedangkan dari 86 responden dengan penyesuaian diri baik, 5 orang mengalami stres. Faktor-faktor yang menjelaskan mengapa orang dengan penyesuaian diri yang buruk tidak mengalami stres dibandingkan dengan mereka yang memiliki penyesuaian diri yang baik tetapi mengalami stres dapat melibatkan beberapa pertimbangan yang penting. Pertama, orang dengan penyesuaian diri yang buruk mungkin menggunakan strategi denial atau minimisasi untuk mengurangi tingkat stres mereka, mungkin karena mereka tidak sepenuhnya menyadari masalah mereka atau ketidakmampuan mereka dalam beradaptasi. Kedua, individu dengan penyesuaian diri yang buruk mungkin kurang mampu mengenali atau memproses emosi mereka sendiri, sehingga mereka mungkin tidak merasakan stres secara intens meskipun mereka sedang mengalami tekanan. Selanjutnya, mereka mungkin memiliki harapan yang rendah terkait perubahan

atau perbaikan dalam keadaan mereka, yang dapat mengurangi tingkat stres karena mereka mungkin sudah mengharapkan hal-hal yang negatif (Dwi Haryanti & Heri Prihatin, 2019). Mekanisme koping yang tidak sehat juga dapat menjadi faktor, di mana individu dengan penyesuaian diri yang buruk mungkin menggunakan cara yang tidak sehat untuk mengatasi stres, seperti penyalahgunaan zat atau perilaku merugikan. Terakhir, kurangnya kesadaran atau akses kepada alternatif cara untuk mengatasi masalah dan stres juga dapat menyebabkan mereka tidak merasakan stres karena mereka tidak tahu bagaimana cara mengatasinya (Kesuma, 2016).

Berdasarkan indikator penyesuaian diri responden menjawab STS banyak ditemukan pada pernyataan "Saya mudah terpengaruh oleh orang-orang yang memiliki pendapat yang kuat". Beberapa faktor umum yang mungkin memengaruhi jawaban "sangat tidak setuju" dari responden narapidana seperti faktor individual yang meliputi kepercayaan diri, kemampuan berpikir kritis, kemandirian, pengalaman hidup, budaya dan nilai-nilai. Setiap individu bereaksi secara berbeda terhadap stres dan penyesuaian diri mereka memiliki dampak yang berbeda pada cara mereka merasakan dan menangani stres. Faktor-faktor psikologis dan emosional ini dapat memainkan peran penting dalam mengapa seseorang dengan penyesuaian diri yang buruk mungkin tidak mengalami stres, sementara orang dengan penyesuaian diri yang baik mengalami stres (Sarafino & Smith, 2014).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara kepadatan hunian dengan kejadian stres. Dari analisis diatas diperoleh $p\text{-value} = 0.67$. Hasil penelitian di atas tidak sejalan dengan Cici (2021) di mana kesesakan yang menggambarkan kepadatan hunian memiliki hubungan dengan kejadian stres pada narapidana ($p\text{-value}=0.000$). Sama halnya juga penelitian oleh Sheila (2021) di mana kesesakan yang menggambarkan

kepadatan hunian memiliki hubungan dengan kejadian stres pada narapidana ($p\text{-value}=0.000$).

Dari penelitian tersebut, dari 95 responden yang mengalami kepadatan hunian, 89 orang tidak mengalami kejadian stres. Sedangkan dari 39 responden yang tidak mengalami kepadatan hunian, hanya 1 orang yang mengalami kejadian stres. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi mengapa seseorang yang mengalami kepadatan hunian yang buruk tidak mengalami stres dibandingkan dengan mereka yang merasa kepadatan diri yang baik tetapi mengalami stres di dalam tahanan. Pertama, mekanisme koping yang efektif dapat membantu seseorang mengatasi tekanan dari kepadatan hunian yang buruk tanpa mengalami stres yang signifikan, membantu mereka tetap tenang dan terkendali di lingkungan yang kurang kondusif. Kedua, cara seseorang menafsirkan dan merespons situasi kepadatan hunian yang buruk juga mempengaruhi tingkat stres yang mereka alami; individu dengan pola pikir adaptif dan optimis cenderung mengalami stres yang lebih rendah meskipun dihadapkan pada kondisi yang sulit. Ketiga, tingkat resiliensi individu juga berperan penting; individu yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi mungkin lebih stabil dan tidak terpengaruh secara signifikan oleh kondisi lingkungan yang buruk (Sarafino & Smith, 2014).

Semua faktor ini dapat berinteraksi dan memengaruhi bagaimana seseorang merespons terhadap kepadatan hunian yang buruk di tahanan. Namun, penting untuk diingat bahwa pengalaman individu dalam situasi seperti ini sangat kompleks dan dapat dipengaruhi oleh banyak variabel yang berbeda. Berdasarkan indikator kepadatan hunian responden yang menjawab STS di temukan pada pernyataan "Saya memiliki banyak teman baik di dalam sel". Faktor umum yang mungkin memengaruhi jawaban "sangat tidak setuju" dari responden narapidana seperti sifat hubungan antar narapidana yang meliputi ketidakpercayaan dan

kecurigaan, persaingan dan perebutan kekuasaan, ketidakcocokan kepribadian dan minat, keterbatasan ruang dan privasi. Kepadatan hunian menyebabkan keterbatasan ruang pribadi bagi narapidana. Hal ini dapat menciptakan lingkungan yang terasa sesak, kurangnya privasi, dan peningkatan konflik interpersonal, yang semuanya dapat menyebabkan tingkat stres yang tinggi. Lingkungan penjara yang padat dapat membuat narapidana merasa kehilangan kontrol atas kehidupan mereka. Ketidakpastian, perasaan tidak berdaya, dan kurangnya kontrol pribadi dapat menyebabkan tingkat stres yang tinggi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Sebagian besar responden tidak mengalami stres (94.8%). pengetahuan kurang (52.8%), usia 18-64 tahun (99.3%), dukungan sosial baik (59.7%), masa tahanan < 3 tahun (70.9%), penyesuaian diri baik (64.2%), mengalami perasaan kepadatan hunian (70.9%). Ada hubungan pengetahuan (p -value = 0.002: OR = 2.59) dengan stres dan tidak ada hubungan dukungan sosial (p -value = 0.70), lama masa hukuman (p -value = 0.67), penyesuaian diri (p -value = 1.00) kepadatan hunian (p -value = 0.67), dan usia (p -value = 0.493) dengan stres. Dukungan sosial, lama masa hukuman, penyesuaian diri, kepadatan hunian tidak berhubungan dengan stres pada warga binaan permasyarakatan di Lembaga Permasyarakatan Perempuan Kelas IIA Way Hui Bandar Lampung Tahun 2023. Diharapkan bagi warga binaan hendaknya dapat memahami tentang hak-hak sebagai narapidana, termasuk hak untuk mendapatkan informasi tentang proses hukuman, akses ke layanan kesehatan dan komunikasi dengan keluarga dan teman.

DAFTAR PUSTAKA

Anggraini, D., Hadiati, T., & Sarjana, W. (2019). Perbedaan tingkat stres dan tingkat resiliensi narapidana yang baru masuk dengan narapidana yang akan segera

bebas (studi pada narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Wanita Semarang). *Jurnal Kedokteran Diponegoro (Diponegoro Medical Journal)*, 8(1), 148-160.

Astuti, A. P. (2017). Hubungan lama menjalani masa pidana dengan tingkat kecemasan narapidana remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Pontianak. *Jurnal Mahasiswa PSPD FK Universitas Tanjungpura*, 4(1).

Anggraini, S., & Kurniasari, L. (2020). Hubungan Masa Hukuman dengan Tingkat Stres pada Narapidana di Lapas Perempuan Kelas II A Samarinda. *Borneo Studies and Research*, 2(1), 365-370.

Bart, Smet. (2012). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia

Cahyani, H., Asikin, M., & Hengky, H. K. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Masalah Kesehatan Mental Pada Narapidana Narkoba Di Rutan Kelas IIB Sidrap. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 1(1), 43-52. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>

Dwi Haryanti & Heri Prihatin. (2019). *Psikologi Penjara: Upaya Menangani Stres dan Kecemasan pada Narapidana*. Pustaka Cendekia Utama

Fatimah, Enung. 2006. *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: Pustaka Setia

Hawari, D. (2016). *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia

Kemenkes RI. (2023). *Laporan Akuntabilitas Instansi Pemerintahan Tahun 2023*. Direktorat Kesehatan Jiwa: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

Kartika, D. A., Hartono, B. E., & Supriyadi. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Stres pada Narapidana di Lapas Kelas IIA Perempuan Kota

- Semarang. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 10(1), 43-50.
- Kesuma, D. D. (2016). Stres Dan Strategi Coping Pada Anak Pidana
- Lazarus, R. S. A. S. F. (1986). *Stres, Appraisal, And Coping*, (Springer Publishing Company).
https://books.google.com/books/about/Stres_Appraisal_and_Coping.html?id=i-ySQQuUpr8C
- Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung. (2023). *Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung*.
- Lumban Gaol, N. T. (2016). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1.
- Mu'jizatullah, S. W. (2019). Pengaruh Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Pada Warga Binaan Pemasarakatan Wanita (Di Rutan Kelas II B Balikpapan). *Psikoborneo*, 7(2), 181-189.
- Mu'jizatullah, W. S. (2019). Pengaruh Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Pada Warga Binaan Pemasarakatan Wanita. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2).
- Notoatmodjo, soekidjo. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. PT RINEKA CIPTA.
- Novian, R., Eddyono, S. W., Kamilah, A. G., Dirga, S., Nathania, C., A.T, E. N., Wiryawan, S. M., & Andre, A. B. (2018). Strategi Menangani Overcrowding di Indonesia. In *Institute for Criminal Justice Reform (ICJR)*.
- Novitasari, R. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Stres terhadap Kejadian COVID-19 pada Remaja di SMKN 20 Samarinda.
- Rachmayani, K. A. U., Sutarjo, P., & Rahmat, I. (2018). Hubungan Penyesuaian Diri dengan Stres pada Narapidana Wanita di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIB Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas (Clinical and Community Nursing Journal)*, 2(3), 173-182.
- Rohmawati, A., & Suryani, S. K. (2022). Hubungan pengetahuan dengan tingkat stres orang tua dalam pendampingan pembelajaran daring: literature review.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons
- Siswati, T. I., & Abdurrohimi. (2016). Masa hukuman & stres pada narapidana. *Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang*, 4(2), 95-106.
- Sisworo, D. S. R. (2019). *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Stres Pada Narapidana Wanita di Lembaga Pemasarakatan Lubuk Pakam* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Sutarjo A. Wiramihardja. (2018). *Pengantar Psikologi Klinis*. Bandung: PT Refika Aditama
- Taylor, S. (2015). *Health psychology* (9th ed.). New York: McGraw-Hill Education
- Undang-undang (UU) Nomor 22 Tahun 2022 tentang Pemasarakatan. Jakarta
- Welta, O., & Agung, I. M. (2017). Kesesakan dan masa hukuman dengan stres pada narapidana. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 8(1).
- World Health Organization, & ICRC. (2005). *Mental Health and Prisons* 1. 39(3), 1-6.
- WHO Conference on Womens's Health in Prison. (2008). *Correcting Gender Inequities in Prison Health*. Consultative Document for Discussion at the WHO International. Conference on Prison Health Kyiv, Ukraine 13 November. Ukraine.
- Windistiar, D. E. (2016). *Hubungan dukungan sosial dengan stres narapidana wanita* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
- Wuryansari, R., & Subandi, S. (2019). Program Mindfulness for Prisoners (Mindfulners) untuk Menurunkan Depresi pada Narapidana. *Gadjah Mada Journal of Professional*

- Psychology (GamaJPP)*, 5(2), 196.
<https://doi.org/10.22146/gamajpp.50626>
- Yudhi Prabowo, Y. P. (2020). *Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Depresi Pada Narapidana Di Rumah Tahanan Klas I Kota Surakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta).
- Zainuri, I., Ma, L., Mustikasari, M., & Aprilia, N. (2022). Hubungan Lama Masa Hukuman Dengan Tingkat Stres Pada Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Klas Ii B Kota Mojokerto. *Nurse: Journal of Nursing and Health Science*, 1(1), 34-42.