

ANALISIS STRESS PERKAWINAN NARAPIDANA YANG SUDAH MENIKAH PADA
LAPAS KELAS IIB SINGKAWANG

Aldy Dwi Aryanto
Politeknik Ilmu Pemasarakatan
Aldydwi070717@gmail.com

Abstrak

Marital stress is a significant dynamic in the lives of prisoners that can affect their psychological condition while serving their sentence. This research aims to identify the factors that cause marital stress and the coping strategies used by prisoners. This research discusses marital stress experienced by married inmates at the Class IIB Singkawang Penitentiary. By using qualitative methods through interviews, observations, and documentation studies, it was found that physical separation, economic demands, and social stigma were the main factors causing stress. It is hoped that counseling and rehabilitation programs can help prisoners and their partners overcome these problems.

Key words: marital stress, prisoners, correctional institutions

ABSTRAK

Stress perkawinan merupakan salah satu dinamika yang signifikan dalam kehidupan narapidana yang dapat memengaruhi kondisi psikologis mereka selama menjalani hukuman. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor penyebab stress perkawinan dan strategi coping yang dilakukan oleh narapidana. Penelitian ini membahas tentang stress perkawinan yang dialami oleh narapidana yang sudah menikah di Lembaga Pemasarakatan Kelas IIB Singkawang. Dengan menggunakan metode kualitatif melalui wawancara, observasi, dan studi dokumentasi, ditemukan bahwa keterpisahan fisik, tuntutan ekonomi, dan stigma sosial adalah faktor utama penyebab stress. Program konseling dan rehabilitasi diharapkan dapat membantu narapidana dan pasangannya mengatasi masalah ini.

Kata Kunci: Stress Perkawinan, Narapidana, Lembaga Pemasarakatan

Article History

Received: Oktober 2024

Reviewed: Oktober 2024

Published: Oktober 2024

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Liberosis.v1i2.36

5

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

1. Pendahuluan

Perubahan status sosial seorang individu dari warga bebas menjadi narapidana membawa dampak yang signifikan, tidak hanya bagi individu itu sendiri, tetapi juga bagi keluarga yang ditinggalkannya. Menjalani hukuman pidana di lembaga pemsarakatan (lapas) sering kali menjadi pengalaman yang menimbulkan berbagai tantangan psikologis, termasuk stress akibat perubahan hubungan sosial, kondisi lingkungan yang terisolasi, dan keterpisahan dengan keluarga. Salah satu bentuk stress yang paling signifikan yang dialami oleh narapidana, terutama yang sudah menikah, adalah stress perkawinan. Stress ini muncul sebagai hasil dari keterpisahan fisik dan emosional antara narapidana dan pasangannya, serta berbagai tuntutan ekonomi dan sosial yang tetap ada meskipun salah satu pasangan sedang menjalani hukuman.

Dalam konteks lembaga pemsarakatan, stress perkawinan merupakan masalah yang kompleks karena mencakup berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Secara internal, stress ini disebabkan oleh keterbatasan komunikasi antara narapidana dan pasangannya, tidak terpenuhinya kebutuhan biologis, serta konflik yang mungkin terjadi akibat ketidaklampuan

untuk menyelesaikan masalah secara langsung. Secara eksternal, stress perkawinan juga dipengaruhi oleh stigma sosial yang melekat pada status narapidana, serta tekanan ekonomi yang harus dihadapi oleh pasangan yang tinggal di luar lapas. Selain itu, durasi hukuman yang panjang sering kali memperburuk kondisi psikologis narapidana, membuat mereka merasa terasing dan tidak berdaya dalam menghadapi tantangan rumah tangga.

Stress perkawinan pada narapidana memiliki dampak yang lebih luas daripada hanya sekadar gangguan psikologis. Hal ini dapat memengaruhi hubungan interpersonal narapidana dengan sesama penghuni lapas, petugas, dan bahkan keluarga yang ditinggalkan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa stress psikologis yang dialami narapidana sering kali berkontribusi terhadap ketidakmampuan mereka untuk menjalani proses rehabilitasi dengan efektif. Ketidakstabilan emosional akibat stress perkawinan dapat memicu perilaku agresif, depresi, bahkan niat untuk melakukan tindakan yang merugikan diri sendiri atau orang lain. Oleh karena itu, memahami stress perkawinan pada narapidana yang sudah menikah menjadi sangat penting untuk memastikan kesejahteraan psikologis mereka selama menjalani hukuman, sekaligus mempersiapkan mereka untuk reintegrasi yang lebih baik ke dalam masyarakat setelah masa hukuman berakhir.

Lembaga pemasyarakatan sebagai tempat pelaksanaan hukuman memiliki tanggung jawab besar dalam menjaga kesejahteraan narapidana, baik dari segi fisik maupun psikologis. Dalam konteks stress perkawinan, lembaga pemasyarakatan diharapkan mampu menyediakan program-program yang mendukung narapidana dalam mengatasi tekanan yang dihadapi. Program konseling yang komprehensif serta dukungan sosial dari lingkungan lapas dapat menjadi salah satu solusi dalam mengurangi dampak negatif stress perkawinan pada narapidana. Selain itu, kebijakan kunjungan keluarga, baik secara langsung maupun melalui media lain seperti panggilan video, juga diharapkan dapat membantu narapidana mempertahankan hubungan yang harmonis dengan pasangan mereka.

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang menyebabkan stress perkawinan pada narapidana yang sudah menikah, serta mengidentifikasi bentuk-bentuk coping stress yang dilakukan oleh narapidana selama menjalani hukuman di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Singkawang. Dalam penelitian ini, stress perkawinan dipahami sebagai tekanan yang dialami narapidana dalam konteks hubungan pernikahan mereka, yang timbul akibat keterbatasan fisik dan emosional selama mereka menjalani hukuman.

Pemilihan Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Singkawang sebagai lokasi penelitian didasarkan pada karakteristik lembaga ini, yang sebagian besar narapidananya merupakan individu dewasa yang sudah menikah. Kondisi ini memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai dinamika stress perkawinan yang dihadapi oleh narapidana dalam konteks lembaga pemasyarakatan. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan program rehabilitasi psikologis yang lebih baik, tidak hanya di Lapas Kelas IIB Singkawang, tetapi juga di lembaga pemasyarakatan lainnya.

Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan wawasan baru mengenai pentingnya dukungan psikologis dan emosional bagi narapidana yang sudah menikah. Stress perkawinan yang dialami oleh narapidana bukanlah masalah yang bisa dianggap sepele, mengingat dampaknya yang luas terhadap kesehatan mental dan proses reintegrasi narapidana ke dalam masyarakat. Dengan memahami penyebab dan strategi coping yang digunakan oleh narapidana, lembaga pemasyarakatan dapat lebih efektif dalam menyediakan layanan yang mendukung kesejahteraan narapidana, sekaligus meminimalkan resiko stress perkawinan yang dapat menghambat proses rehabilitasi mereka.

2. Tinjauan Pustaka

a. Pengertian stress perkawinan

Stres perkawinan merupakan keadaan di mana pasangan mengalami tekanan psikologis atau emosional yang disebabkan oleh berbagai masalah dalam hubungan pernikahan mereka. Stres dalam perkawinan dapat berasal dari ketidakpuasan terhadap peran dalam hubungan, konflik komunikasi, atau ketidakmampuan untuk memenuhi harapan satu sama

lain. Stres perkawinan dapat memengaruhi kualitas hidup individu dan hubungan pernikahan secara keseluruhan, serta dapat berdampak pada kesehatan fisik dan mental pasangan yang terlibat.

Menurut Lazarus dan Folkman (1984), stres adalah hasil dari interaksi antara individu dan lingkungan yang dianggap mengancam atau melampaui kemampuan seseorang untuk mengatasinya. Dalam konteks perkawinan, stres perkawinan bisa terjadi ketika pasangan merasa bahwa mereka tidak mampu menangani masalah yang muncul dalam hubungan mereka, yang kemudian dapat mengganggu keseimbangan emosional, sosial, dan fisik.

b. Dimensi Stres Perkawinan

Stres perkawinan dapat dilihat dari beberapa dimensi yang berpengaruh dalam hubungan suami – istri. Menurut Karney dan Bradbury dimensi stres perkawinan dapat diklasifikasikan menjadi beberapa aspek seperti emosional, kognitif, perilaku, dan fisik, yang masing-masing menunjukkan bagaimana individu menanggapi konflik dalam pernikahan (1995)

- Dimensi Emosional

Pada dimensi ini, stres perkawinan mengarah pada gangguan emosional seperti kecemasan, ketakutan, ketidakpuasan, frustrasi, atau marah. Pasangan yang mengalami masalah emosional biasanya memiliki kesulitan dalam mengungkapkan perasaan dan sering kali merasa tidak didukung oleh pasangannya.

- Dimensi Kognitif

Stres perkawinan juga dapat memengaruhi cara berpikir pasangan tentang hubungan mereka. Pikiran-pikiran negatif tentang pasangan, ketidakpercayaan, atau keyakinan bahwa hubungan mereka tidak bisa diselamatkan adalah contoh manifestasi stres dari aspek kognitif.

- Dimensi Perilaku

Pada dimensi ini, stres dapat terlihat dalam perubahan perilaku pasangan, seperti menarik diri dari interaksi sosial, meningkatkan konflik verbal, atau dalam beberapa kasus, munculnya kekerasan dalam rumah tangga. Perilaku-perilaku ini adalah respons terhadap tekanan yang dirasakan dalam hubungan perkawinan.

- Dimensi Fisik

Stres perkawinan juga berdampak pada kesehatan fisik pasangan, seperti gangguan tidur, kelelahan, masalah pencernaan, dan berbagai masalah kesehatan lainnya yang dipicu oleh stres berkepanjangan.

c. Sumber Stres Perkawinan

Sumber stres dalam perkawinan sangat bervariasi tergantung pada situasi dan latar belakang pasangan. Faktor-faktor seperti masalah keuangan, komunikasi yang buruk, ketidaksetiaan, dan tekanan eksternal dari keluarga besar merupakan beberapa sumber utama dari stres perkawinan (Neff & Karney, 2009). Beberapa sumber stres umum yang sering ditemukan dalam perkawinan antara lain:

- Masalah Ekonomi

Kesulitan ekonomi atau ketidakmampuan untuk mencukupi kebutuhan finansial sering kali menjadi penyebab utama stres dalam perkawinan. Tekanan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari, membayar hutang, atau merencanakan masa depan finansial bisa memicu konflik di antara pasangan.

- Masalah Komunikasi

Komunikasi yang buruk atau tidak efektif antara pasangan dapat menjadi sumber stres signifikan. Kesalahpahaman, ketidakmampuan untuk mendiskusikan masalah secara terbuka, atau kecenderungan untuk menghindari konflik sering kali memperburuk situasi.

- Perbedaan Harapan

Perbedaan harapan mengenai peran dalam perkawinan, pola pengasuhan anak, atau tujuan hidup dapat menyebabkan ketegangan dalam hubungan. Ketika satu pasangan merasa harapannya tidak terpenuhi, hal ini bisa menimbulkan kekecewaan dan rasa frustrasi yang berkepanjangan.

- Ketidaksetiaan

Ketidaksetiaan atau pengkhianatan dalam bentuk apapun, baik secara emosional maupun fisik, merupakan salah satu sumber stres yang sangat merusak dalam perkawinan. Pengalaman ini bisa menimbulkan luka emosional yang mendalam dan menghancurkan kepercayaan di antara pasangan.

- Tekanan dari Pihak Keluarga

Tekanan dari keluarga besar, baik dari pihak suami maupun istri, juga dapat menambah beban stres dalam perkawinan. Campur tangan keluarga dalam pengambilan keputusan atau tuntutan dari keluarga besar untuk mengikuti tradisi tertentu bisa menjadi sumber konflik.

Peran Ganda dan Tekanan Pekerjaan

3. Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi kasus di Lapas Kelas IIB Singkawang. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan narapidana yang sudah menikah, petugas lembaga pemasyarakatan, dan teman narapidana. Observasi langsung terhadap perilaku narapidana serta studi dokumentasi juga dilakukan untuk memperkaya data. Teknik triangulasi digunakan untuk memverifikasi validitas data, dengan menggabungkan berbagai sumber dan metode pengumpulan data.

4. Hasil dan Pembahasan

Dengan menggunakan pendekatan kualitatif, hasil penelitian ini dihasilkan dari wawancara mendalam dengan narapidana, petugas lapas, dan teman narapidana yang terlibat langsung dalam keseharian mereka. Berikut adalah pembahasan hasil penelitian yang dibagi menjadi beberapa tema utama: faktor penyebab stress, dampak stress terhadap narapidana, dan strategi coping yang digunakan oleh narapidana untuk mengatasi stress perkawinan.

a. Faktor Penyebab Stress Perkawinan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa stress perkawinan yang dialami narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Singkawang disebabkan oleh beberapa faktor utama, yaitu keterpisahan fisik, tuntutan ekonomi, stigma sosial, dan kurangnya komunikasi yang efektif dengan pasangan.

- Keterpisahan Fisik dengan Pasangan

Keterpisahan fisik antara narapidana dan pasangan merupakan faktor utama yang memicu stress perkawinan. Selama masa hukuman, narapidana kehilangan kemampuan untuk bertemu dan berinteraksi secara langsung dengan pasangan mereka secara reguler. Hal ini terutama berdampak pada narapidana yang memiliki hubungan yang sangat dekat dengan pasangannya sebelum masuk penjara. Keterbatasan kunjungan keluarga, yang sering kali disebabkan oleh jarak geografis antara tempat tinggal keluarga dan lapas, memperburuk situasi ini. Narapidana merasakan kehilangan kedekatan fisik dan emosional dengan pasangan, yang menyebabkan perasaan kesepian dan kecemasan. Keterpisahan fisik yang berkepanjangan, seperti yang dialami oleh narapidana, dapat menyebabkan perasaan keterasingan emosional dan mengurangi keintiman dalam hubungan. Hal ini seringkali memicu kecemasan dan ketidakamanan dalam hubungan perkawinan (Lopoo & Western, 2005).

- Tuntutan Ekonomi dari Keluarga

Selain keterpisahan fisik, narapidana juga menghadapi tekanan ekonomi dari keluarga. Sebelum menjadi narapidana, banyak dari mereka adalah tulang punggung keluarga yang bertanggung jawab atas kebutuhan finansial rumah tangga. Namun, setelah dipenjarakan, mereka kehilangan kemampuan untuk bekerja dan memenuhi tanggung jawab ekonomi tersebut. Keluarga, khususnya istri, sering kali harus

mengambil alih tanggung jawab finansial ini, yang tidak hanya menambah beban bagi keluarga yang ditinggalkan, tetapi juga menciptakan rasa bersalah pada narapidana. Tuntutan ekonomi yang tidak terpenuhi menjadi salah satu penyebab utama ketegangan dalam perkawinan narapidana. Ketidakmampuan narapidana untuk berkontribusi secara ekonomi kepada keluarga mereka menciptakan rasa bersalah dan ketegangan dalam perkawinan, di mana pasangan yang tinggal di rumah dihadapkan pada tanggung jawab finansial yang lebih besar (Turney & Wildeman, 2013).

- Stigma Sosial

Stigma sosial yang melekat pada status narapidana juga merupakan faktor penting yang menyebabkan stress perkawinan. Narapidana merasakan tekanan dari pandangan negatif masyarakat terhadap status mereka sebagai orang yang menjalani hukuman pidana. Stigma ini tidak hanya memengaruhi hubungan narapidana dengan masyarakat, tetapi juga hubungan mereka dengan pasangan. Banyak pasangan narapidana yang mengalami diskriminasi atau penolakan dari lingkungan sosial mereka, yang pada akhirnya memengaruhi stabilitas perkawinan. Selain itu, narapidana sering kali merasa malu atau bersalah karena telah membawa stigma ini ke dalam kehidupan keluarga mereka, yang menambah beban emosional.

- Kurangnya Komunikasi Efektif

Kurangnya komunikasi yang efektif antara narapidana dan pasangan juga menjadi faktor signifikan dalam menciptakan stress perkawinan. Keterbatasan akses komunikasi di dalam lapas, baik karena peraturan yang ketat maupun karena keterbatasan teknologi, membuat narapidana sulit untuk berkomunikasi dengan pasangan mereka secara rutin. Hal ini menyebabkan narapidana merasa terputus dari kehidupan keluarga dan tidak mampu menyelesaikan masalah rumah tangga dengan baik. Dalam beberapa kasus, narapidana melaporkan bahwa kurangnya komunikasi menyebabkan kesalahpahaman yang semakin memperburuk kondisi perkawinan mereka.

b. Dampak Stress Perkawinan Terhadap Narapidana

Stress perkawinan yang dialami narapidana di Lapas Kelas IIB Singkawang memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan mental dan emosional mereka. Beberapa narapidana melaporkan mengalami perasaan cemas, depresi, dan putus asa akibat ketegangan yang terjadi dalam perkawinan mereka. Dampak ini tidak hanya memengaruhi kondisi psikologis narapidana, tetapi juga interaksi sosial mereka di dalam lapas.

- Kecemasan dan Depresi

Banyak narapidana yang merasa cemas tentang kondisi rumah tangga mereka selama menjalani hukuman. Mereka merasa tidak berdaya untuk menyelesaikan masalah-masalah yang terjadi di luar lapas, seperti masalah ekonomi atau ketidakmampuan memenuhi kebutuhan biologis pasangan. Ketidakpastian tentang masa depan perkawinan mereka menambah kecemasan ini. Narapidana yang mengalami stres perkawinan cenderung lebih rentan terhadap gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi, yang disebabkan oleh ketidakmampuan mereka untuk secara aktif menyelesaikan masalah keluarga dari dalam penjara (Wildeman & Muller, 2012). Beberapa narapidana melaporkan mengalami gejala depresi, seperti kehilangan minat dalam kegiatan sehari-hari, sulit tidur, dan perasaan tidak berharga. Kondisi ini sering kali diperparah oleh kurangnya dukungan sosial di dalam lapas.

- Penarikan Diri dari Interaksi Sosial

Dampak lain dari stress perkawinan adalah penarikan diri narapidana dari interaksi sosial dengan sesama narapidana dan petugas lapas. Beberapa narapidana melaporkan bahwa mereka merasa malu atau tidak nyaman untuk berbagi masalah pribadi mereka dengan orang lain, sehingga mereka cenderung menutup diri dan mengisolasi diri. Narapidana yang merasakan tekanan akibat masalah perkawinan seringkali menarik diri dari interaksi sosial, yang pada akhirnya memperburuk kondisi mental mereka karena hilangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitar (Clear, 2001).

Hal ini menyebabkan narapidana kehilangan dukungan sosial yang penting dalam mengatasi stress, yang pada akhirnya memperburuk kondisi mental mereka.

c. Strategi Coping yang Digunakan Narapidana

Meskipun stress perkawinan memberikan dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan narapidana, beberapa dari mereka mampu mengembangkan strategi coping untuk mengatasi tekanan yang mereka alami. Strategi coping ini bervariasi, tergantung pada kondisi individu dan dukungan yang mereka terima dari lingkungan lapas.

- Menghindari Konfrontasi

Salah satu strategi coping yang paling umum digunakan oleh narapidana adalah menghindari konfrontasi atau pembicaraan tentang masalah perkawinan dengan pasangan mereka. Narapidana yang menggunakan strategi ini biasanya memilih untuk tidak membahas masalah-masalah yang terjadi di rumah karena mereka merasa tidak mampu menyelesaikan masalah tersebut dari dalam lapas. Meskipun strategi ini dapat membantu narapidana menghindari stress jangka pendek, dalam jangka panjang, strategi ini cenderung memperburuk masalah perkawinan karena masalah-masalah yang ada tidak terselesaikan.

- Mencari Dukungan Emosional dari Sesama Narapidana

Beberapa narapidana memilih untuk mencari dukungan emosional dari sesama narapidana yang mengalami situasi serupa. Mereka berbagi pengalaman dan saling memberikan nasihat tentang cara mengatasi tekanan perkawinan. Dukungan dari sesama narapidana ini membantu mereka merasa tidak sendirian dalam menghadapi masalah mereka, serta memberikan rasa solidaritas di antara mereka. Namun, dukungan ini sering kali terbatas karena narapidana enggan untuk terbuka sepenuhnya tentang masalah pribadi mereka karena takut diejek atau dihakimi.

- Mengikuti Program Konseling

Narapidana yang memiliki akses ke program konseling di lapas melaporkan bahwa konseling membantu mereka dalam mengatasi stress perkawinan. Program konseling memberikan ruang bagi narapidana untuk berbicara tentang masalah mereka secara terbuka dan mendapatkan nasihat dari konselor profesional. Meskipun tidak semua narapidana dapat mengakses program ini, bagi yang terlibat, konseling dianggap sebagai salah satu cara yang efektif untuk mengelola stress perkawinan dan memperbaiki hubungan dengan pasangan mereka.

d. Simpulan

Penelitian ini mengungkap bahwa stress perkawinan yang dialami narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Singkawang disebabkan oleh empat faktor utama: keterpisahan fisik dengan pasangan, tekanan ekonomi, stigma sosial, dan kurangnya komunikasi yang efektif. Keterpisahan fisik dan terbatasnya akses komunikasi memperparah perasaan kesepian dan ketidakmampuan narapidana untuk menyelesaikan masalah rumah tangga, sementara tuntutan ekonomi menambah beban psikologis karena narapidana merasa tidak mampu memenuhi tanggung jawab finansialnya. Stigma sosial terhadap status narapidana juga berdampak pada hubungan mereka dengan pasangan dan masyarakat.

Stress perkawinan ini memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental narapidana, seperti kecemasan, depresi, dan penarikan diri dari interaksi sosial. Untuk mengatasi stress tersebut, narapidana menggunakan berbagai strategi coping, termasuk menghindari masalah dan mencari dukungan dari sesama narapidana. Namun, strategi ini sering kali tidak menyelesaikan masalah mendasar dalam perkawinan. Program konseling yang ada di lapas terbukti membantu narapidana dalam mengatasi stress dan memperbaiki hubungan dengan pasangan. Lembaga pemasyarakatan perlu memperkuat program dukungan psikologis dan komunikasi yang lebih baik antara narapidana dan keluarga. Dukungan ini diharapkan dapat mengurangi stress perkawinan dan meningkatkan keberhasilan proses rehabilitasi narapidana.

Daftar Referensi

- Clear, T. R., Rose, D. R., & Ryder, J. A. (2001). Incarceration and the community: The problem of removing and returning offenders. *Crime & Delinquency*, 47(3), 335–351.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Lopoo, L. M., & Western, B. (2005). Incarceration and the formation and stability of marital unions. *Journal of Marriage and Family*, 67(3), 721–734.
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2009). Stress and reactivity to daily relationship experiences: How stress hinders adaptive processes in marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(3), 435.
- Turney, K., & Wildeman, C. (2013). Redefining relationships: Explaining the countervailing consequences of paternal incarceration for parenting. *American Sociological Review*, 78(6), 949–979.
- Wildeman, C., & Muller, C. (2012). Mass imprisonment and inequality in health and family life. *Annual Review of Law and Social Science*, 8(1), 11–30.