

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Hidup dengan kebebasan tentunya menjadi keinginan setiap manusia. Arti dari kebebasan disini sama seperti yang dikatakan oleh Franz Magnis Suseno, dimana Suseno mengatakan bahwa kebebasan itu diartikan menjadi dua. Pertama, kebebasan sosial, yaitu sebuah kebebasan yang diterima oleh kita dari orang lain. Dan yang kedua, kebebasan eksistensial, yaitu kemampuan yang ada pada diri kita dalam menentukan tindakan atau perbuatan kita sendiri¹. Namun, dalam realitasnya pasti banyak sekali manusia yang belum mampu mewujudkan hal tersebut karena beberapa masalah yang sedang mereka alami, salah satunya adalah seorang narapidana.

Mengikuti pengertian dari Pasal 1 ayat (7) Undang-undang nomor 12 tahun 1995 tentang pemasyarakatan, narapidana adalah terpidana yang sedang menjalankan hukuman pidana hilang kemerdekaan di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas). Adapun pendapat lain, sebagaimana yang dikatakan oleh Harsono dalam Arsita, narapidana adalah individu yang sudah divonis bersalah oleh hukum, wajib menjalani hukuman yang telah di tetapkan, dan nantinya akan ditempatkan di penjara, rutan atau lembaga pemasyarakatan². Hal itu tentunya sudah menjadi konsekuensi dari tindakan yang mereka lakukan.

Bagi narapidana, untuk mendapatkan kebebasannya tentulah cukup sulit. Jangankan untuk meraih kebebasan, untuk menjalankan kehidupan di lapas rasanya sangat kurang menyenangkan. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Lubis dan Maslihah dalam Egin, Monika dan Sofia, mereka menyebutkan bahwa semua kebebasan dan tingkah laku yang bisa dilakukan

¹ Franz Magnis Suseno, *Etika Dasar*, (Yogyakarta: Kanisius, 1997), cet. VII, h. 22.

² Misi Arsita, "*Strategi Regulasi Emosi Narapidana Narkoba di Lembaga Pemasyarakatan*

² Misi Arsita, "*Strategi Regulasi Emosi Narapidana Narkoba di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIB Bengkulu*" Skripsi. (Bengkulu: IAIN Bengkulu, 2020), h. 3.

sangat terbatas. Karena memang sudah diatur oleh peraturan yang ada³. Maka dari itu, pasti menimbulkan tekanan psikologis bagi narapidana. Begitupun yang dirasakan oleh narapidana yang ada di Lapas Narkotika kelas IIA Bandung. Hal tersebut terbukti ketika peneliti melakukan Praktek Profesi Mahasiswa di Lapas tersebut, para narapidana bercerita bahwa mereka memiliki tekanan ketika menjalani kehidupan di lapas. Kebanyakan yang mereka ceritakan ialah mengenai perasaan mereka yang rindu pada keluarga, perasaan mereka ketika mengetahui vonis yang diberikan kepada mereka, dan salah satu yang cukup membuat mereka tertekan adalah bagaimana menghadapi stigma dari masyarakat jika nanti keluar dari lapas apakah warga masih bisa menerimanya atau tidak. Dan hal tersebut seringkali dirasakan oleh narapidana terlebih lagi narapidana kasus pembunuhan.

Narapidana kasus pembunuhan ialah seseorang yang divonis dengan kasus menghilangkan nyawa orang lain. Di lingkungan masyarakat, seringkali narapidana kasus pembunuhan dianggap tidak memiliki sifat kemanusiaan. Hal itu sejalan dengan pendapat Anom, bahwa narapidana kasus pembunuhan dianggap sebagai seorang yang melakukan penyimpangan sosial paling besar karena telah merenggut nyawa orang lain. Atas dasar hal tersebut, makin membuat narapidana kasus pembunuhan memiliki emosi yang tidak stabil dan tekanan perasaan yang cukup besar. Dan untuk mengatasi emosi dan tekanan tersebut maka sangat diperlukan regulasi emosi yang baik dalam diri narapidana kasus pembunuhan tersebut.

Menurut Gross, regulasi emosi ialah sebuah proses yang dilakukan oleh seseorang dalam mengontrol, mengatasi, menerima dan mengatur reaksi emosi yang dirasakannya, baik itu secara sadar maupun secara tidak sadar. Pendapat lain yang dikutip dari Reivich dan Shatte dalam Morgan, regulasi emosi merupakan kebiasaan seseorang untuk merasa tenang ketika di bawah

³ Egin Elga Dean Sum, Monika Veronika & Sofia Pulosusan, “*Kehidupan Narapidana di Lapas (Lembaga Pemasyarakatan)*”, Jurnal Schoulid 2 (2), 2017, h. 21.

tekanan⁴. Adapun menurut Aprisandityas menyebutkan bahwa regulasi emosi adalah cara yang digunakan seseorang yang bertujuan untuk mengubah pengalaman dalam mengungkapkan emosinya⁵.

Dalam menjalani masa tahanannya, para narapidana terlebih lagi narapidana kasus pembunuhan seringkali mengalami beberapa masalah dan tekanan-tekanan yang menghampirinya. Hal itu juga terjadi pada narapidana kasus pembunuhan di lapas Narkotika kelas IIA Bandung. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan beberapa narapidana, dalam mengatasi masalah tersebut mereka lebih memperbaiki sifat atau kepribadiannya menjadi lebih baik lagi agar mampu mengendalikan emosinya ketika menghadapi masalah dan tekanan.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi yang diungkapkan Gross adalah sebagai berikut: budaya, religiusitas, sikap/kepribadian, usia, jenis kelamin, dan kondisi psikologis.

Salah satu faktor yang diyakini dapat mempengaruhi regulasi emosi adalah sikap/kepribadian seseorang tersebut. salah satu yang mungkin ialah sikap sabar. Menurut Sulthani dalam Mirna, sikap sabar ialah kemampuan dalam menjaga emosi agar tetap stabil, kemampuan menjaga persepsi agar tetap terarah, yang semuanya itu bertujuan agar tidak terjerumus pada perilaku yang menyimpang, sehingga kita mampu mencari jalan yang diridhoi untuk mengatasi sebuah masalah⁶. Sikap sabar sangat penting sekali dimiliki oleh narapidana kasus pembunuhan. Karena sikap sabar mampu membuat kita lebih bisa mengontrol emosi yang ada pada diri kita.

Selain sabar, sikap tawakal juga mampu menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi regulasi emosi. Menurut Hasbi, tawakal ialah penyerahan diri

⁴ Nicola Morgan, *Panduan Mengatasi Stress Bagi Remaja*, (Tangerang Selatan: Gemilang, 2014), h. 139.

⁵ Aprisandityas Annie, "Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Kecemasan pada Ibu hamil". *Jurnal Psikologi* 8(2), 2012), h. 81.

⁶ Mirna Aryanti, Skripsi: "Gambaran Sabar pada Guru yang Mengajar Anak Retardasi Mental di Yayasan Pembinaan anak Cacat (YPAC) Palembang", (Palembang: UIN Raden fatah, 2017), h. 28.

kepada yang maha Tinggi dan berpegang teguh kepada-Nya⁷. Dengan sikap tawakal, maka narapidana kasus pembunuhan akan selalu berpikir bahwa apa yang sedang dialaminya adalah salah satu bentuk pengubahan diri mereka menjadi lebih baik lagi, dan memandang tekanan yang dihadapinya sebagai bentuk kepercayaan yang maha Tinggi kepada mereka, bahwa mereka mampu melewatinya.

Bertolak dari pemaparan latar belakang di atas, maka dapat diasumsikan bahwa sikap sabar dan tawakal memiliki hubungan dengan regulasi emosi. Maka dari itu peneliti mengambil judul “Hubungan Sikap Sikap Sabar dan Tawakal dengan Regulasi Emosi Narapidana Kasus Pembunuhan di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Bandung” dalam penelitian ini.

B. Rumusan Masalah

Yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu:

1. Bagaimana gambaran umum dari sikap sabar, sikap tawakal dan regulasi emosi narapidana kasus pembunuhan di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Bandung?
2. Apakah ada hubungan antara sikap sabar dengan regulasi emosi narapidana kasus pembunuhan di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Bandung?
3. Apakah ada hubungan antara sikap tawakal dengan regulasi emosi narapidana kasus pembunuhan di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Bandung?
4. Apakah ada hubungan secara bersama-sama antara sikap sabar dan tawakal dengan regulasi emosi narapidana kasus pembunuhan di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Bandung?

⁷ TM. Hasbi Ah Shiddieqy, *Al-Islam*, (Semarang: Pustaka Rizki Putr, 2001), h. 534.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka yang menjadi tujuan dalam penelitian ini, yaitu:

1. Untuk mengetahui gambaran umum sikap sabar, sikap tawakal dan regulasi emosi narapidana kasus pembunuhan di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Bandung.
2. Untuk mengetahui hubungan antara sikap sabar dengan regulasi emosi narapidana kasus pembunuhan di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Bandung.
3. Untuk mengetahui hubungan antara sikap tawakal dengan regulasi emosi narapidana kasus pembunuhan di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Bandung.
4. Untuk mengetahui hubungan antara sikap sabar dan tawakal dengan regulasi emosi narapidana kasus pembunuhan di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Bandung.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan mampu memberikan kontribusi pada bidang keilmuan tasawuf dan psikologi pada umumnya. Dan khususnya ialah diharapkan mampu memberikan pencerahan lebih dalam lagi mengenai cara untuk menghentikan atau mengatur emosi sebelum melakukan sesuatu dalam suatu peristiwa melalui sikap sabar (menahan diri) dan tawakal (berpasrah diri) kepada Dzat yang lebih tinggi. Selain itu, diharapkan bahwa nantinya penelitian ini mampu memberikan sumbangan referensi kepada penelitian selanjutnya dan juga mampu digunakan sebagai perbandingan dengan penelitian lainnya yang tentunya memiliki tema penelitian dengan kajian dibidang yang sama.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti

Sangat diharapkan, penelitian ini mampu menjadi sarana bagi peneliti dalam mengimplementasikan dan meningkatkan lagi sikap sabar, tawakal dan regulasi emosinya.

b. Bagi narapidana kasus pembunuhan

Penelitian ini sangat diharapkan agar mampu membuat narapidana kasus pembunuhan itu sendiri bisa mengembangkan spiritualitasnya dengan lebih dalam lagi, khususnya dalam penelitian ini ialah mengembangkan sikap sabar dan tawakal. Juga diharapkan narapidana kasus pembunuhan lebih mampu memiliki regulasi emosi yang tinggi sebagai upaya pencegahan dalam pengulangan kesalahan yang sama.

c. Bagi pembaca

Hasil penelitian ini, diharapkan mampu memberikan sebuah pemahaman kepada pembaca bahwa sangatlah penting untuk terus meningkatkan sikap sabar, tawakal dan regulasi emosi pada diri sendiri, agar tidak terjadi sesuatu hal yang tidak diinginkan.

E. Kerangka Berpikir

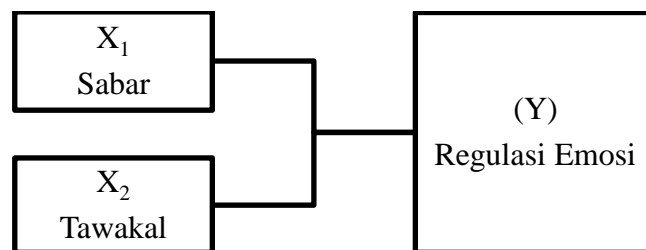
Menjalani kehidupan di Lembaga Pemasyarakatan (lapas), para narapidana terlebih lagi bagi narapidana kasus pembunuhan tidak akan mudah jika kita tidak mempunyai regulasi emosi yang baik. Hal itu sejalan dengan pendapat Agus dariyono bahwa salah satu faktor perilaku pembunuhan adalah konflik sosio-emosi yang ada pada diri mereka. Ketika mereka tidak mampu mengatur emosinya, maka tindakan yang pernah mereka lakukan bisa saja terulang kembali.

Oleh sebab itu, narapidana kasus pembunuhan sangat perlu strategi untuk meregulasi emosinya. Salah satu strategi yang mungkin bisa digunakan

adalah strategi cognitive reappraisal yang dikemukakan oleh Gross. Cognitive reappraisal adalah cara individu dalam mengatasi tekanan yang dirasakannya dengan cara memperbaiki cara pandangnya mengenai peristiwa yang terjadi dengan lebih positif. Dalam memperbaiki cara pandang agar lebih positif tersebut, maka sangat diperlukan sikap sabar.

Sabar merupakan kemampuan seseorang dalam menahan sesuatu yang ada di hatinya. Dengan begitu ketika narapidana kasus pembunuhan merasakan suatu emosi, mereka akan mampu mengendalikan emosinya dan berpikir bahwa apa yang menimpa mereka bukan semata-mata karena Tuhan ingin melihat mereka menderita, melainkan itu sudah menjadi kehendak-Nya. Selain itu, tawakal juga menjadi salah satu faktor pengaruh dari regulasi emosi. Tawakal ialah berserah diri kepada Dzat yang Maha Tinggi. Ketika narapidana kasus pembunuhan memiliki sikap tawakal, mereka akan lebih memandang apa yang sedang mereka alami itu merupakan suatu jalan untuk memperbaiki diri kearah yang lebih baik lagi.

Dari penjelasan di atas dapat dikatakan bahwa, ketika sikap sabar narapidana kasus pembunuhan tinggi, maka regulasi emosinya juga tinggi, dan sebaliknya. Dan dapat dikatakan juga ketika sikap tawakal narapidana kasus pembunuhan tinggi, maka regulasi emosinya juga tinggi, dan begitupun sebaliknya.



Gambar 1.1 Kerangka Berpikir

Keterangan:

1. Hubungan antara sikap sabar (X_1) dengan regulasi emosi (Y)
2. Hubungan antara sikap tawakal (X_2) dengan regulasi emosi (Y)

3. Hubungan antara sikap sabar (X_1) dan sikap tawakal (X_2) dengan regulasi emosi (Y)

F. Hipotesis

Bermula dari kerangka pemikiran di atas, maka dapat diajukan bahwa hipotesis dalam penelitian ini, yaitu:

1. $H_0: \rho = 0$ (tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap sabar dengan regulasi narapidana kasus pembunuhan).
 $H_1: \rho \neq 0$ (terdapat hubungan yang signifikan antara sikap sabar dengan regulasi emosi narapidana kasus pembunuhan).
2. $H_0: \rho = 0$ (tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap tawakal dengan regulasi narapidana kasus pembunuhan).
 $H_1: \rho \neq 0$ (terdapat hubungan yang signifikan antara sikap tawakal dengan regulasi emosi narapidana kasus pembunuhan).
3. $H_0: \rho = 0$ (tidak terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara sikap sabar dan tawakal dengan regulasi narapidana kasus pembunuhan).
 $H_1: \rho \neq 0$ (terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara sikap sabar dan tawakal dengan regulasi emosi narapidana kasus pembunuhan).

G. Tinjauan Pustaka

Tentunya pembahasan mengenai sikap sabar dan tawakal sudah sangat banyak dibahas di berbagai literatur, baik itu pada buku, skripsi maupun jurnal. Namun belum ditemukan pembahasan mengenai hubungan keduanya yaitu sikap sabar dan tawakal dengan regulasi emosi pada narapidana. Dan dalam membantu penulisan penelitian ini, ada beberapa penelitian terdahulu yang memiliki bahan yang relevan dengan penelitian ini. Penelitian terdahulu yang dimaksud, yaitu:

Penelitian terdahulu yang mengkaji beberapa variabel yang sama dengan penelitian ini, yaitu penelitian oleh Anom Sarianingsih pada tahun 2019, dengan skripsi yang berjudul “Regulasi Emosi pada Narapidanan Kasus Pembunuhan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Yogyakarta”. Hasil dari penelitian ini mengemukakan bahwa ada beberapa strategi yang digunakan oleh narapidana kasus pembunuhan dalam meregulasi emosinya, yaitu strategi pemilihan situasi, modifikasi situasi, penyebaran perhatian, perubahan kognitif dan perubahan respon. Persamaan penelitian Anom dengan penelitian ini ialah sama-sama membahas mengenai regulasi emosi pada narapidana kasus pembunuhan. Adapun perbedaannya bisa dilihat dari metode penelitian yang digunakan, penelitian Anom menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif, sedangkan penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasi.

Kemudian penelitian oleh Ayu Miwesfa Sukma JR yang dibuat pada tahun 2021 dengan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku *Cyberbullying*”. Dari hasil penelitian Ayu ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying*, dimana regulasi emosi ini mampu memberikan sumbangan yang signifikan dengan nilai presentase 23,8% terhadap perilaku *cyberbullying*. Persamaan yang mampu ditemukan dari penelitian Ayu dan penelitian ini yaitu sama-sama membahas mengenai variabel regulasi emosi. Selanjutnya, perbedaan yang ada dari penelitian Ayu dengan penelitian ini yaitu terlihat pada subjek yang dituju, dimana penelitian Ayu menggunakan subjek penelitian mahasiswa sedangkan penelitian ini menggunakan subjek penelitian narapidana kasus pembunuhan.

Selanjutnya penelitian karya ilmiah oleh Anri Saputra pada tahun 2020, dengan tesis yang berjudul “Pengaruh Sabar dan Tawakal terhadap Stres Guru Sekolah Luar Biasa di Kota Pekanbaru”. Hasil dari penelitian ini adalah bahwa terdapat pengaruh negatif antara tawakal dengan stres secara langsung, sedangkan sabar tidak memiliki pengaruh secara langsung terhadap stres, karena sabar memiliki pengaruh terhadap stress melalui tawakal. Adapun

persamaan antara penelitian Anri dengan penelitian ini ialah dari segi banyaknya variabel dan metode penelitian. Penelitian ini sama-sama menggunakan tiga variabel, dimana kedua variabel sama yaitu sabar dan tawakal, selain itu juga penelitian ini sama-sama menggunakan metode penelitian korelasi. Sedangkan perbedaan penelitian Anri dengan penelitian yang sedang diteliti ialah dari segi variasi variabel terakhir atau variabel Y dan subjek yang dituju. Dimana variabel Y dalam penelitian oleh Anri ini menggunakan variabel stress dengan objek penelitian guru SLB di kota Pekanbaru, sedangkan variabel Y yang digunakan peneliti ialah regulasi emosi dengan subjek penelitian narapidana kasus pembunuhan di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Bandung.

Penelitian lain ialah penelitian oleh Shafira Dzata Shabrina Wuladari dan Ari Khusumadewi yang diterbitkan pada tahun 2021, dengan Artikel Jurnal yang berjudul “Kesabaran dalam Regulasi Emosi pada Santri di SMA Al Muqoddasah”. Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa kesabaran menjadi salah satu kunci regulasi emosi, juga menjadi faktor yang mampu mempengaruhi regulasi emosi pada santri di SMA Al Muqoddasah. Persamaan dari penelitian Shafira dan Ari dengan penelitian peneliti ialah sama-sama membahas mengenai variabel sabar dan regulasi emosi. Adapun perbedaannya bisa dilihat dari metode penelitian yang digunakan, dimana penelitian Shafira dan Ari menggunakan metode penelitian kualitatif sedangkan penelitian peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif. Juga dalam variabel yang digunakan, peneliti menambahkan variabel tawakal kedalam penelitian yang sedang dilakukan. Selain itu juga subjek yang dituju dalam penelitian Shafira dan ialah santri di SMA Al Muqoddasah, sedangkan subjek penelitian peneliti ialah narapidana kasus pembunuhan.

Dan yang terakhir ialah penelitian oleh Sri Andri Astuti yang diterbitkan pada tahun 2018, dengan Artikel Jurnal yang berjudul “Pengaruh Sikap Tawakal terhadap Kestabilan Emosi Siswa Madrasah Negeri 1 Metro”. Hasil dari penelitian ini dapat dibuktikan bahwa tawakal memiliki pengaruh

terhadap kestabilan emosi siswa yang diperoleh dengan nilai $r_{hitung} = 0,676 > r_{tabel} = 2,29$ dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Adapun persamaan dari penelitian Sri dan penelitian peneliti ialah sama-sama membahas mengenai variabel tawakal. Kemudian perbedaan yang dapat ditemukan ialah penelitian Sri menggunakan dua variabel yaitu tawakal dan kestabilan emosi dengan subjek penelitian siswa Madrasah, sedangkan penelitian peneliti menggunakan tiga variabel yaitu sabar, tawakal dan regulasi emosi dengan subjek penelitian narapidana kasus pembunuhan.

