INTENSITAS DUKUNGAN KELUARGA DALAM MENGURANGI TINGKAT STRES PADA WARGA BINAAN WANITA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS II B KOTA PADANGSIDIMPUAN

SKRIPSI

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Untuk Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S. Sos)
Dalam Bidang Bimbingan Konseling Islam

Oleh:

SARI HARAHAP
NIM: 15 302 00024

PRODI BIMBINGAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
PADANGSIDIMPUAN

TAHUN 2019

INTENSITAS DUKUNGAN KELUARGA DALAM MENGURANGI TINGKAT STRES PADA WARGA BINAAN WANITA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS II B KOTA PADANGSIDIMPUAN

SKRIPSI

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat untuk Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S. Sos) dalam Bidang Bimbingan Konseling Islam

OLEH

SARI HARAHAP
NIM. 15 302 00024

PEMBIMBING I	PEMBIMBING II
Dr. Ali Sati, M.Ag	Fauzi Rizal, M.A
NIP. 19620926 199303 1 001	NIP. 19730502 199903 1 003

PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

PADANGSIDIMPUAN

2019

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan Tengku Rizal Nurdin Km 4,5 Sihitang 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

Hal : Skripsi
an.**Sari Harahap**
Lampiran : 7 (Tujuh) Examplar

Padangsidimpuan, 10 Februari 2020
Kepada Yth:
Bapak Dekan FDIK
IAIN Padangsidimpuan
Di:
Padangsidimpuan

Assalamu alaikum Wr.Wb.

Setelah membaca, menelaah dan memberikan saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi a.n **Sari Harahap** yang berjudul: ***"Intensitas Dukungan Keluarga Dalam Mengurangi Tingkat Stres Pada Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan"*** maka kami berpendapat bahwa skripsi ini telah dapat diterima untuk melengkapi tugas dan syarat-syarat mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam bidang Ilmu Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidimpuan.

Seiring dengan hal di atas, maka saudari tersebut sudah dapat menjalani sidang munaqasyah untuk mempertanggung jawabkan skripsinya ini.

Dengan demikian kami sampaikan, semoga dapat dimaklumi dan atas perhatiannya, diucapkan terimakasih.

Wassalamu alaikum Wr.Wb.

PEMBIMBING I

Dr. Ali Sati, M.Ag
NIP. 19620926 199303 1 001

PEMBIMBING II

Fauzi Rizal, M.A
NIP. 19730502 199903 1 003

SURAT PERNYATAAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Sari Harahap
NIM	: 15 302 00024
Fakultas/Jurusan	: Dakwah dan Ilmu Komunikasi / BKI
Judul Skripsi	: Intensitas Dukungan Keluarga Dalam Mengurangi Tingkat Stres Pada Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan

Menyatakan menyusun skripsi sendiri tanpa meminta bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing dan tidak melakukan plagiasi sesuai dengan kode etik mahasiswa pasal 14 ayat 2.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sebagaimana tercantum dalam pasal 19 ayat 4 tentang kode etik mahasiswa yaitu pencabutan gelar akademik dengan tidak hormat dan sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padangsidimpuan, 27 Desember 2019
Saya yang menyatakan,

METERAI TEMPEL
TGL. 20
6C0DDAHF251445398
6000
ENAM RIBU RUPIAH

SARI HARAHAP
NIM. 15 302 00024

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang Padangsidimpuan, 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai civitas akademik Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan, saya yang bertandatangan di bawahini:

Nama	: SARI HARAHAP
Nim	: 15 302 00024
Jurusan	: Bimbingan Konseling Islam
Fakultas	: FDIK
Jenis Karya	: Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan **Hak Bebas Royalti Non Eksklusif** (*Non-exclusive Royalti-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul **Intensitas Dukungan Keluarga Dalam Mengurangi Tingkat Stres Pada Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.** Serta Perangkat Yang Ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Padangsidimpuan, 27 Desember 2019
Saya yang Menyatakan

METERAI TEMPEL
TGL. 20
26AFAAHF251445397
6000
ENAM RIBU RUPIAH

SARI HARAHAP
NIM. 15 302 00073

KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jln.H.T.Rizal Nurdin Km. 4,5Sihitang, Padangsidimpuan, 22733
Telp.(0634) 22080 Fax.(0634) 24022

DEWAN PENGUJI
SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI

Nama : Sari Harahap
Nim : 1530200024
Judul Skripsi : Intensitas Dukungan Keluarga Dalam Mengurangi Tingkat Stres Pada Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan

Ketua

Dr. Ali Sati, M.Ag
NIP.196209261993031001

Sekretaris

Ali Amran, S.Ag., M. Si
NIP. 197601132009011005

Anggota

Dr. Ali Sati, M.Ag
NIP.196209261993031001

Ali Amran, S.Ag., M. Si
NIP: 197601132009011005

Drs. Kamaluddin, M.Ag
NIP:196511021991031001

Fauzi Rizal, M.A
NIP: 197305021999031003

Pelaksanaan Sidang Munaqasyah:

Di	: Padangsidimpuan
Tanggal	: 10 Februari 2020
Pukul	: 08:00 Wib s/d. Selesai
Hasil/Nilai	: 67 (C)
Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)	: 3,42
Predikat	: (Sangat Memuaskan)

KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jln.H.T.Rizal Nurdin Km. 4,5Sihitang, Padangsidimpuan, 22733
Telp.(0634) 22080 Fax.(0634) 24022

PENGESAHAN

Nomor: 210 /In.14/F.4c/PP.00.9/02/2020

Ditulis oleh	: **Sari Harahap**
NIM	: **15 302 00024**
Program Studi	: **Bimbingan Konseling Islam**
Skripsi Berjudul	: **Intensitas Dukungan Keluarga Dalam Mengurangi Tingkat Stres Pada Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan**

Telah diterima untuk memenuhi salah satu tugas
dan syarat-syarat dalam memperoleh gelar
Sarjana Sosial (S.Sos)

Padangsidimpuan, 17 Februari 2020
Dekan

Dr. Ali Sati, M.Ag
NIP.19620926 199303 1 001

KATA PENGANTAR

بسم الله الرحمن الرحيم

Puji serta syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan perkuliahan di IAIN Padangsidimpuan. Shalawat serta salam kepada Nabi besar Muhammad SAW yang telah membawa ajaran Islam demi keselamatan dan kebahagiaan kita semua. Untuk mengakhiri perkuliahan di IAIN Padangsidimpuan, maka menyusun skripsi merupakan salah satu tugas yang harus diselesaikan untuk mendapat gelar sarjana. Skripsi ini berjudul: **Intensitas Dukungan Keluarga Dalam Mengurangi Tingkat Stres Pada Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan**

Dalam menyusun skripsi ini penulis banyak mengalami hambatan dan rintangan. Namun berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, baik yang bersifat material maupun inmaterial, akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan. Karena itu, penulis mengucapkan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Ibrahim Siregar, MCL selaku Rektor IAIN Padangsidimpuan, Bapak Wakil Rektor I, Dr. H. Muhammad Darwis Dasopang, M.Ag, Wakil Rektor II Dr. Anhar, M.A, dan Wakil Rektor III, Dr. Sumper Mulia Harahap, M.A.
2. Bapak Dr. Ali Sati, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidimpuan, Bapak Dr. Mohd Rafiq, S.Ag., MA selaku Wakil Dekan Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga, Bapak H. Agus Salim Lubis, M.Ag selaku Wakil Dekan Bidang

Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan dan Bapak Dr. Sholeh Fikri MA selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama.

3. Ibu Maslina Daulay, M.A selaku Kepala Akademik Prodi Bimbingan Konseling Islam IAIN Padangsidimpuan.
4. Bapak Dr. Ali Sati, M.Ag selaku pembimbing I dan bapak Fauzi Rizal, M.A selaku pembimbing II yang telah menyediakan waktunya untuk memberikan pengarahan, bimbingan dan petunjuk yang sangat berharga bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Drs. H. Agus Salim Lubis M.Ag dan Ibu Dra. Hj. Replita, selaku Penasehat Akademik penulis, yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingannya selama perkuliahan.
6. Bapak Abdul Riswan Nasution, S.Sos.I selaku Kasubbag Akademik dan Kemahasiswaan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi beserta stafnya yang telah memberikan banyak motivasi akademik yang memuaskan demi kesuksesan dalam perkuliahan dan penysusunan skripsi ini.
7. Bapak/ibu dosen, staf dan pegawai serta seluruh civitas Akademik IAIN padangsidimpuan yang telah memberikan ilmu serta dukungan moral kepada penulis selama dalam perkuliahan.
8. Bapak Yusri Fahmi, S.Ag, M. Hum selaku kepala unit perpustakaan serta pegawai perpustakaan IAIN Padangsidimpuan yang telah membantu penulis dalam hal mengadakan buku-buku penunjang skripsi.
9. Bapak Haposan Silalahi, Amd.IP., S.Sos. selaku Kepala Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan yang telah memberi

izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.

10. Ibu Efrida Sri Mulyana, S.H dan seluruh Staf Pegawai Lembaga Pemasyarakatan Kelas II b Kota Padangsidimpuan yang telah membantu penulis memperoleh informasi dalam penyusunan skripsi ini.
11. Nyuriani Harahap (Kakak), Omar Khadafi Harahap (Adik Laki-Laki), Annisa Syahfitri Harahap (Adik Perempuan), Amira Zatil Rahmah, Sri Wahyuni Hasibuan, Syahrina Pahma Lubis, Sri Dewanti Pane, Rezky Maiya, Wildah Andriani, Puja Sari Siregar, Marlina Nasution, Annisa Siregar, Siti Hajar Br. Pane, Nur Aliyah Pulungan dan seluruh rekan perjuangan di bki1 dan bki 3 dan kos cery dan juga keluarga besar yang telah memberikan dukungan serta mendoakan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Teristimewa kepada ayahanda (Ijon Harahap) dan ibunda (Ratni) tercinta yang telah mengasuh dan mendidik dan memberikan dukungan serta do’a yang tiada putus kepada saya dalam menjalankan perkuliahn sampai akhir dan keluarga besar dari Opung Rajamin Harahap, Nenek Tumiar, Kakek Ramin dn Nenek Miyem.

Akhirnya kepada Allah SWT jualah penulis serahkan segalanya serta memanjatkan do’a semoga amal kebaikan mereka diterima di sisi-Nya, serta diberikan pahala yang berlipat ganda sesuai dengan amal perbuatannya. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh

dari sempurna sehingga masih perlu dibenahi dan dikembangkan lebih lanjut.

Oleh karena itu penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun. Penulis berharap semoga skripsi ini memberi manfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Padangsidimpuan, 27 Desember 2019

Penulis

SARI HARAHAP
NIM. 15 302 00024

ABSTRAK

Nama : Sari Harahap
Nim : 1530200024
Judul : Intensitas Dukungan Keluarga Dalam Mengurangi Tingkat Stres Pada Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan

Penelitian ini dilatar belakangi oleh warga binaan mengalami kesulitan untuk menyesuaikan kehidupannya di lembaga pemasyarakatan. Selain itu, mereka harus berpisah dengan keluaganya, kehilangan barang dan jasa yang dimiliki, kehilangan kebebasan untuk tinggal di luar oleh karena itu, adanya dukungan keluarga agar warga binaan terhindar dari kondisi stres dikarenakan warga binaan wanita membutuhkan motivasi, kenyamanan dan ketenangan. Berdasarkan hal tersebut masalah yang dibahas dalam penelitian ini adalah bagaimana intensitas dukungan keluarga dalam mengurangi tingkat stres warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan, dan Bagaimana kondisi stress warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan sedangkan tujuannya yaitu untuk menjawab permasalahan dalam penelitian ini.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk menganalisis intensitas dukungan keluarga dalam mengurangi tingkat stres warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan, dan untuk mengetahui kondisi stres warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.

Jenis penelitian ini adalah penelitian *field research* (penelitian lapangan) yang bertujuan untuk memperoleh informasi dan mendeskripsikan pristiwa sesuai dengan fakta yang ada dilapangan, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan analisis deskriptif. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi dan studi dokumentasi. Sedangkan teknik pengecekan keabsahan data yang digunakan adalah triangulasi sumber data.

Hasil penelitian yaitu intensitas dukungan keluarga dalam menjenguk warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan mampu mengurangi tingkat stres warga binaan wanita karena dapat dilihat kondisi warga binaan wanita yang sangat sering dan sering di kunjungi keluarganya dalam sebulan mengalami tingkat stres sedang, adapun warga binaan wanita yang termasuk katagori kadang-kadang dan tidak pernah dikunjungi keluarganya dalam sebulan mengalami tingkat stres berat. Keadaan stress termasuk kondisi psikologis dan fisiologis warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan mengalami kondisi kurang baik atau kurang sehat karena warga binaan wanita masih sangat sering merasakan cemas, sulit tidur, suka menyendiri, pemurung, mudah tersinggung, mudah marah bahkan mudah terserang penyakit seperti sakit kepala dan kurang semangat dalam menjalankan aktivitas sehari-hari di Lapas.

Kata Kunci: Intensitas Dukungan Keluarga, Stres

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL
PERSETUJUAN PEMBIMBING
PENGESAHAN PEMBIMBING
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI
BERITA ACARA UJIAN MUNAQASYAH
PENGESAHAN DEKAN FDIK IAIN PADANGSIDIMPUAN
ABSTRAK i
KATA PENGANTAR ii
DAFTAR ISI vi
BAB I PENDAHULUAN
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Fokus Masalah 8
C. Batasan Istilah 9
D. Rumusan Masalah 11
E. Tujuan Penelitian 11
F. Kegunaan Penelitian 12
G. Sistematika Pembahasan. 13
BAB II LANDASAN TEORI
A. Stres 15
1. Pengertian Stres. 15
2. Tingkat dan Bentuk Stres. 16
3. Penyebab Stres. 17
4. Mengatasi Stres. 17
5. Gejala Stres 20
6. Mengatasi Stres Dalam Perspektif Islam 21
7. Indikator Stres 23
8. Strategi Dalam Manajemen Stres 23
9. Teori Stres 24
B. Keluarga 30
1. Peran Orang Tua 30
2. Tugas Perkembangan Keluarga yang Melepas Anak Dewasa Muda . 31
3. Peranan Keluarga Terhadap Perkembangan 32
4. Bentuk Keluarga 32
5. Fungsi Keluarga 33
6. Metode Dukungan Keluarga 36

C. Warga Binaan 37
D. Lembaga Pemasyarakatan 37
E. Penelitian Terdahulu 40

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian 45
B. Jenis dan Pendekatan Penelitian 45
C. Informan Penelitian 47
D. Sumber Data 47
   1. Sumber Data Primer 47
   2. Sumber Data Sekunder 48
E. Teknik Pengumpulan Data 48
   1. Observasi 49
   2. Wawancara 50
   3. Dokumen 51
F. Teknik Analisa Data 52
G. Pengujian Keabsahan Data 55

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. TemuanUmum 57
   1. Sejarah Berdirinya Lembaga Pemasyarakatan 57
   2. Visi dan Misi Lembaga 59
   3. Keadaan Pegawai dan Warga Binaan 59
   4. Struktur Lapas Kelas II B Padangsidimpuan 61
   5. Keadaaan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan 62
   6. Sarana dan Prasarana 62
   7. Pelaksanaan Kunjungan Warga Binaan Pemasyarakatan 64
B. Temuan Khusus 66
   1. Intensitas Dukungan Keluarga Dalam Mengurangi Tingkat Stres Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan 66
   2. Kondisi Fisiologis dan Psikologis Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan 77
C. Analisis Hasil Penelitian 91
D. Keterbatasan Penelitian 93

BAB V PENUTUPAN
A. Kesimpulan…….....94
B. Saran-saran…….....95

DAFTAR PUSTAKA
RIWAYAT HIDUP
LAMPIRAN-LAMPIRAN

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada umumnya, setiap orang mengalami perasaan tertekan atau mengalami ketegangan yang dalam dan tekanan hidup yang semakin tinggi. Hal itu disebabkan masalah kehidupan yang semakin kompleks sehingga banyaknya anggota masyarakat yang tidak mampu beradaptasi dengan perubahan lingkungan yang membuat banyak orang mengalami gangguan kejiwaan dan gangguan kecemasan. Apabila gangguan-gangguan ini tidak segera diatasi maka akan memicu kondisi stres.

Stres adalah gangguan atau kekacauan mental dan emosional yang disebabkan oleh faktor luar.[1] Sedangkan stresor merupakan suatu keadaan atau peristiwa yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang, sehingga dia terpaksa mengadakan adaptasi atau penyesuaian diri untuk menanggulanginya. Tidak semua orang mampu melakukan adaptasi dan mengatasi stresor tersebut, sehingga menimbulkan keluhan yaitu s jtres. Stresor dapat mengakibatkan reaksi tubuh dan bahkan gejala-gejala, seperti kehilangan nafsu makan, kelemahan otot, menurunnya minat terhadap dunia sekitar.

[1] Tim Penyusun, Kamus Pusat Bahasa. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta:Balai Pustaka, 2001), Ed.3, Cet.1, hlm. 1092.

Masalah-masalah emosional termasuk stres terletak pada pikiran yang tidak logis atau irrasional. Pada hakikatnya, ada beberapa gagasan/pikiran irrasional manusia yang dapat menyebabkan manusia mengalami stres, rasa bersalah, dan diliputi oleh rasa berdosa. Apabila kondisi stres ini tidak segera diatasi, maka akan lebih parah, bahkan berujung pada tindakan kriminal.

Seseorang yang melakukan tindakan-tindakan kriminal dan bahkan melanggar norma yang berlaku di masyarakat bisa menyebabkan seseorang medapatkan hukuman, seperti dipenjara dan ditempatkan di lembaga pemasyarakatan. Menjalani hidup di Lembaga Pemasyarakatan adalah perubahan kehidupan yang bersifat ekstrim dan bisa menyebabkan stres. Warga binaan wanita yang mengalami stres bisa berbentuk gangguan fisiologis, seperti sering pusing atau sakit kepala, batuk, terkena penyakit kulit dan susah tidur. Adapun gangguan psikologis, seperti kehilangan semangat dan gairah hidup, sering merasa bingung, sulit berkonsentrasi, rasa gelisah, resah serta mudah marah dan tersinggung.

Perasaan kesepian dan kehilangan atau terpisah dengan anggota keluarga, perubahan aktivitas sosial, perubahan lingkungan secara mendadak, kehilangan pekerjaan merupakan sumber stres. Sering kali warga binaan wanita merasa cemas dan depresi bahkan melakukan tindakan percobaan bunuh diri. Hal ini yang dirasakan warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B kota Padangsidimpuan. Oleh sebab itu, warga binaan yang berada di Lembaga Pemasyarakatan

Kelas II B kota Padangsidimpuan membutuhkan motivasi, kenyamanan dan ketenangan agar terhindar dari kondisi stres.

Dukungan dari orang lain terutama keluarga, dapat mengurangi rasa stres yang dialami warga binaan wanita di lembaga pemasyarakatan kelas II B kota Padangsidimpuan. Dengan meningkatkan dukungan keluarga, diharapkan stres yang dialami warga binaan berkurang atau mendekati kondisi normal. Warga binaan di lapas membutuhkan motivasi, hiburan, nasehat dari keluarga melalui adanya kunjungan keluarga ke lapas.

Di dalam keluarga, terdiri dari ayah, ibu, anak atau orang-orang yang memiliki tangung jawab serta peranan yang sangat penting dalam menyelesaikan masalah yang dialami di dalam keluarga. Oleh karena itu, orang tua lah yang menjadi tempat pertama untuk mengaduh ataupun tempat bercerita tentang masalah yang sedang dihadapi seorang anak karena memang merekalah yang mula-mula dikenal oleh anak-anak sejak lahir.[2]

Keluarga merupakan tempat pertama bagi anak untuk belajar dan menyatakan diri sebagai makhluk sosial dalam beinteraksi dengan kelompoknya. Interaksi keluarga merupakan kelompok primer dalam upaya penanaman atau pembentukan norma-norma sosial terlebih norma-norma agama.

---

[2]H.M. Djumransjah dan Abdul Malik Amrullah, *Pendidikan Islam Menggali Tradisi Mengukuhkan Eksistensi* (Malang: U.I.N-Malang Press, 2013), hlm.83-84.

Orang tua wajib mengajarkan nilai-nilai keagamaan pada anaknya sebagaimana Firman Allah SWT dalam Surah AT-Tahrim (66) ayat 6 yang berbunyi:

يَـٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ قُوٓا۟ أَنفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا ٱلنَّاسُ وَٱلْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَـٰٓئِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَّا يَعْصُونَ ٱللَّهَ مَآ أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ ﴿٦﴾

Artinya:"Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, dan tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan".[3]

Ayat ini menjelaskan, bahwa untuk orang-orang yang percaya kepada Allah dan Rasul-Nya, hendaklah sebagian dari mereka memberitahukan kepada sebagian yang lain, apa yang dapat menjaga diri mereka dari api neraka dan menjauhkan kamu daripadanya, yaitu ketaatan kepada Allah Ta'ala dan menuruti segala perintah-Nya, dan hendaklah mereka mengajarkan kepada keluarga mereka perbuatan dapat menjaga diri mereka dari api neraka dan bawalah mereka kepada yang demikian ini melalui nasihat dan pengajaran.[4]

Dari penjelasan di atas dapat dipahami, bahwa untuk menjaga keluarga dari api neraka kita harus memberitahukan kepada keluarga kita untuk melaksanakan apa yang diperintahkan Allah SWT dan menjauhi laranganNya, memberikan nasihat dan kita memberikan pelajaran yang baik untuk keluarga kita.

---

[3]Depertemen Agama RI, *Al-qur'an Al-Karim dan Terjemahannya* (Semarang: PT.Karya Toha Putra, 1995), hlm. 951.

[4]Ahmad Musthafa Al-Maraghly, *Tafsir Al-Maraghiy*, Terj. K. Anshori Umar Sitanggal, Hery Noer Aly Dan Bahrun Abu bakar (Semarang: CV. Tohaputra, 1989), hlm. 272.

Di dalam hadis juga dijelaskan, bahwa setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah, maka diperlukan perhatian orang tua untuk mengajarkan nilai-nilai keagamaan pada anaknya, sebagaimana riwayat di bawah ini:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّهُ كَانَ يَقُولُ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَا مِنْ مَوْلُودٍ إِلَّا يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ فَأَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ وَيُنَصِّرَانِهِ وَيُمَجِّسَانِهِ كَمَا تُنْتَجُ الْبَهِيمَةُ بَهِيمَةً جَمْعَاءَ هَلْ تُحِسُّونَ فِيهَا مِنْ جَدْعَاءَ ثُمَّ يَقُولُا أَبُو هُرَيْرَةَ وَاقْرَءُوا إِنْ شِئْتُمْ فِطْرَةَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ الْآيَةَ(ر و ا ه مسلم)

Artinya: (Di riwayatkan) dari Abi Hurairah, bahwasanya Rasulullah SAW bersabda: ”Setiap anak itu dilahirkan dalam keadaan Fitrah. Kedua orang tuanyalah yang membuatnya menjadi Yahudi, Nasrani, maupun Majusi. Sebagai mana seekor ternak yang melahirkan seekor ternak tanpa cacat, apakah kamu mengira dia terpotong hidungnya misalnya?” kemudian Abu Hurairah mengatakan “kalau mau, bacalah firman Allah berikut ini:”(tetaplah atas) fitrah Allah yang relah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada firman Allah. (HR. Muslim)[5]

Dari hadis di atas dapat diketahui, bahwa bayi-bayi yang baru lahir dalam keadaan fitrah, maka orang tuanyalah yang menjadikan anak itu menjadi beragama Yahudi, Nasrani, maupun Majusi, serta orang tua jugalah yang membuat anak menjadi pribadi yang baik atau pribadi yang buruk.[6] Oleh karena itu, keluargalah tempat utama dalam akhlak. Keluarga memiliki peran penting dalam mendidik, memberikan dukungan yang baik dalam membentuk karakter yang baik.

---

[5]Shahih Muslim, *Tarjamah Shahih Muslim*, terj.K.H. Adib Bisri Mustafa (Semarang: CV. Asy Syifa’,1993), hlm. 587.

[6]As-Sayyid Ahmad Al-Hasyimiy, *Tarjamah Mukhtarul Ahadits Hikamil Muhammadiyyah* (Bandung: Alma’arif, 1994), hlm. 716.

Dalam hal ini dukungan keluarga sangat berarti bagi warga binaan, yaitu agar tetap semangat menjalani hidup dan terhindar dari stres. Keluarga memberikan dukungan berupa dukungan penilaian, dukungan informasional, dukungan instrumental maupun dukungan emosional kepada warga binaan. Dukungan keluarga berhubungan dengan motivasi untuk sembuh pada warga binaan namun keluarga hanya bisa mengunjungi 3 kali dalam seminggu.

Berdasarkan wawancara awal yang dilakukan peneliti dengan ibu Efrida Sri Mulyana sebagai Kepala Sesi Bimbingan Narapidana/Anak Didik dan Kegiatan Kerja (Kasi Binadik dan Giatja) di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan keduanya menceritakan, bahwa jumlah narapidana laki-laki (orang yang sedang menjalani hukuman karena tindak pidana atau sudah jatuh masa hukuman) berjumlah 449 orang. Sedangkan narapidana wanita (orang yang sedang menjalani hukuman karena tindak pidana atau sudah jatuh masa hukuman) berjumlah 20 orang, kemudian tahanan laki-laki (orang yang ditahan karena dituduh melakukan tindak pidana atau kejahatan, barang atau sebagainya yang ditahan ataupun seseorang yang belum dijatuhkan masa hukumannya) berjumlah 86 orang. Sementara tahanan perempuan tidak ada sama sekali.[7] Dalam penelitian ini peneliti fokus meneliti warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.

[7]Efrida Sri Mulyana, Kasi Binadik Dan Giatja Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Kota Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal: 17 November 2018.

Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan keluarga diperbolehkan menjenguk warga binaan termasuk juga pada warga binaan wanita. Adapun jadwal kunjungan pada tahanan dijadwalkan pada hari Senin, Rabu dan Jumat dan untuk narapidana pada hari Selasa, Kamis dan Sabtu, dimulai pada Pagi: 09.00 WIB s.d 12.00 WIB dan Siang/sore: 14.00 WIB s.d 16.00 WIB.[8]

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan pada salah satu warga binaan yang berinisial A, mengatakan; bahwa dia sering mengalami gangguan pola tidur disertai dengan mimpi-mimpi yang menegangkan, terkadang timbul perasaan ketakutan dan kecemasan yang tidak dapat dijelaskan apa penyebabnya, tidak betah tinggal di lapas, memikirkan keluarga di rumah, sering memikirkan keadaan anaknya yang masih berusia 5 tahun yang dirawat oleh neneknya, sering menangis jika teringat keluarga.[9]

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan kepada salah satu warga binaan yang berinisial YNL, mengatakan; bahwa dia merasa letih sewaktu bangun pagi yang seharusnya merasa segar, merasa mudah lelah sesudah makan siang, tidak menangis tetapi selalu teringat dengan keluarga dan orang terdekat, badan terasa letih dan serasa mau pingsan,

---

[8]Efrida Sri Mulyana, Kasi Binadik Dan Giatja Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Kota Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal: 18 November 2018.

[9]A, Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal: 03-07 Desember 2018.

susah tidur waktu awal masuk lapas, tidak nafsu makan waktu awal masuk lapas serta jenuh tinggal di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.[10]

Dukungan keluarga sangatlah dibutuhkan warga binaan wanita, karena warga binaan membutuhkan motivasi, kasih sayang dari keluarganya. Oleh karena itu, dukungan keluarga bisa dilakukan dengan keluarga mengunjungi warga binaan wanita di lembaga pemasyarakatan. Namun masih banyak keluarga jarang mengunjungi warga binaan wanita di lembaga pemasyarakatan. Hal inilah menimbulkan kondisi stres pada warga binaan di lembaga peasyarakatan kelas II B Kota Padangsidimpuan.

Berdasarkan paparan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti **INTENSITAS DUKUNGAN KELUARGA DALAM MENGURANGI TINGKAT STRES PADA WARGA BINAAN WANITA DI-LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS II B KOTA PADANGSIDIMPUAN**, dan diharapkan hasilnya dapat membantu pihak Lapas agar meningkatkan kesehatan mental para warga binaan melalui peningkatan peran keluarga.

B. Fokus Masalah

Adapun fokus masalah dalam penelitian ini, dukungan keluarga dalam mengurangi tingkat stres warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.

---

[10]YNL, Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal: 10-14 Desember 2018.

C. Batasan Istilah

Guna menghindari kesalahpahaman terhadap istilah yang dipakai dalam judul skripsi ini, maka peneliti membatasinya sebagai berikut:

1. Intensitas bisa diartikan sebagai keadaan tingkatan atau ukuran intensnya.[11] Secara lebih luas, intensitas dimaknai sebagai kebulatan tenaga yang dikerahkan untuk suatu usaha. Jadi, intensitas merupakan usaha yang dilakukan oleh seseorang dengan penuh semangat untuk mencapai tujuan tertentu. Adapun intensitas yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu sering atau tidaknya keluarga dari warga binaan mengunjungi warga binaan di Lembaga Pemasyarakan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.
2. Stres adalah suatu kondisi atau situasi internal dan eksternal (lingkungan) yang membebankan tuntutan penyesuaian terhadap individu yang bersangkutan.[12] Adapun stres yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kondisi stres termasuk pada keadaan psikologis dan fisiologis warga binaan. Keadaan psikologis warga binaan meliputi cemas, gelisah, mudah marah, mudah tersinggung, pemurung atau menutup diri. Adapun keadaan fisiologis warga binaan meliputi sering pusing atau sakit kepala, batuk, terkena penyakit kulit dan susah tidur.

---

[11]Tim Penyusun, Kamus Pusat Bahasa. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta:Balai Pustaka, 2001), Ed.3, Cet.1, hlm. 383.

[12] *Ibid*, hlm. 26.

3. Dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang melindungi seseorang dari efek stres, dukungan keluarga juga dapat memberikan petunjuk tentang kesehatan mental fisik, dan emosi. Dukungan keluarga merupakan bentuk terapi keluarga yang termasuk pada penatalaksanaan stres agar dapat menjalankan hidupnya lebih baik dan terhindar dari stres.[13] Adapun dukungan keluarga yang dimaksud dalam penelitian ini adalah dorongan motivasi yang diberikan keluarga untuk warga binaan agar menurunkan tingkat stres pada warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan kelas II B Kota Padangsidimpuan.
4. Warga binaan pemasyarakatan adalah orang-orang yang menjalani hukuman di lembaga masyarakat.[14] Sedangkan warga binaan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah warga binaan wanita yang berada di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.
5. Lembaga pemasyarakatan ialah tempat orang-orang menjalani hukuman pidana penjara.[15] Lembaga pemasyarakatan yang dimaksud peneliti ialah Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan sebagai tempat peneliti untuk meneliti Intensitas

---

[13]Figa Prima Dani, Dkk.,"Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kejadian Depresi Pada Usia Tua Di Nagari Tanjung Banai Aur, Kecamatan Sumpur Kudus, Kabupaten Sijunjung Tahun 2012" (*http://Jurnal.Fk.Unand.ac.id*), Diakses 15 Februari 2019 Pukul 10.10 WIB.

[14]J.C.T Simorangkir dkk, *Kamus Hukum* (Jakarta: Sinar Grafika, 2008), hlm. 102.

[15]Tim Penyusun, Kamus Pusat Bahasa. *Kamus Besar Bahasa Indonesia,* (Jakarta:Balai Pustaka, 2001), Ed.3, Cet.1, hlm. 152.

dukungan keluarga dalam mengurangi tingkat stres warga binaan wanita.

Berdasarkan hal tersebut, maka sangatlah penting dukungan keluarga untuk warga binaan dengan malalui kunjungan keluarga ke lembaga pemasyarakatan kelas II B Kota Padang sidimpuan, dari kunjungan tersebut diharapkan stres yang dialami warga binaan wanita berkurang.

D. Rumusan Masalah

1. Bagaimana intensitas dukungan keluarga dalam mengurangi tingkat stres warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan?
2. Bagaimana kondisi stres warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan?

E. Tujuan

Dari rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk menganalisis intensitas dukungan keluarga dalam mengurangi tingkat stres warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.
2. Untuk mengetahui kondisi stres warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.

F. Kegunaan Penelitian

Adapun hasil penelitian ini diharapkan berguna untuk:

1. Secara Teoritis
   a. Menambah pengetahuan dan wawasan peneliti tentang intensitas dukungan keluarga dalam mengurangi tingkat stres warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.
   b. Untuk mencapai gelar sarjana Bimbingan Konseling Islam (S. Sos) dalam Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidimpuan.
2. Secara Praktis
   a. Sebagai bahan masukan yang diharapkan dapat memberi masukan bagi pihak Lembaga Pemasyarakatan untuk lebih memperhatikan kesehatan mental warga binaan, dan membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi warga binaan terkait stres dengan cara memfasilitasi keluarga untuk memberikan dukungan pada warga binaan.
   b. Sebagai tambahan pengetahuan dan informasi tentang kesehatan mental khususnya tentang kondisi stres, sehingga warga binaan mampu mengatasi dan mengurangi stres yang dialami selama di lembaga pemasyarakatan.
   c. Sebagai konstribusi untuk menambah wawasan dan pengetahuan kepada masyarakat, khususnya masyarakat dan keluarga warga

binaan tentang hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada warga binaan sehingga keluarga selalu bisa memberikan dukungan kepada warga binaan.

d. Sebagai bahan informasi dan masukan bagi peneliti selanjutnya dalam mengkaji masalah yang sama atau berbeda variabelnya.

G. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah dalam memahami dan mengetahui pembahasan skripsi ini, penulis berusaha memaparkan secara ringkas sistematika pembahasannya. Sistematika pembahasan skripsi ini terdiri dari lima bab, yaitu:

BAB I, Pendahuluan meliputi latar belakang masalah, fokus masalah, batasan istilah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian dan sistematika pembahasan.

BAB II, Kajian Pustaka meliputi pembahasan pada bab ini berisi: Pertama, pembahasan tentang pengertian stress, tingkat dan bentuk stres, penyebab stres, mengatasi stres, gejala stres, mengatasi stres dalam perspektif Islam, indikator stres, strategi dalam manajemen stres, teori stres. Kemudian kedua, keluarga meliputi peran orang tua, tugas perkembangan keluarga yang melepas anak dewasa muda, peran keluarga terhadap perkembangan, bentuk keluarga serta fungsi keluarga. Ketiga, pengertian warga binaan. Keempat, pengertian lembaga pemasyarakatan. Penelitian terdahulu.

BAB III, Metodologi Penelitian meliputi lokasi dan waktu penelitian, jenis penelitian dan pendekatan, informan penelitian, sumber data, instrument pengumpulan data, teknik analisis data dan teknik uji keabsahan data.

BAB IV, Hasil penelitian meliputi temuan umum: sejarah berdirinya lembaga PemasyarakatanKelas II B Kota Padangsidimpuan, visi dan misi lembaga, keadaan pegawai dan warga binaan, struktur lapas kelas II B Padangsidimpuan, keadaan warga binaan lembaga pemasyarakatan kelas II B Kota Padangsidimpuan, sarana dan prasarana serta pelaksanaan kunjungan warga binaan pemasyarakatan, temuan khusus dan hasil penelitian.

BAB V, Penutup meliputi Kesimpulan dari hasil penelitian dan saran.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Stres

1. Pengertian Stres

Stres adalah suatu perasaan ragu terhadap kemampuannya untuk mengatasi sesuatu, karena persediaan yang ada tidak dapat memenuhi tuntutan kepadanya.[1] Stres adalah suatu kondisi atau situasi internal dan eksternal (lingkungan) yang membebankan tuntutan penyesuaian terhadap individu yang bersangkutan.[2] Stres dapat diartikan sebagai respons (reaksi) fisik dan psikis, yang berupa perasaan tidak enak, tidak nyaman, atau tertekan terhadap tuntutan yang dihadapi.[3]

Stresor psikososial adalah setiap keadaan atau peristiwa yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang itu terpaksa mengadakan adaptasi atau penyesuaian diri untuk menanggulanginya. Namun, tidak semua orang mampu melakukan adaptasi dan mengatasi stressor tersebut, sehingga timbullah keluhan-keluhan antara lain berupa stress, cemas, dan depresi.[4]

Adapun stres menurut penulis adalah suatu kondisi fisik dan psikis karena merasa tertekan dengan tuntunan yang dihadapi sehingga tubuh menjadi sulit untuk melakukan aktivitas sehari-hari.

---

[1]Zulfan Saam, *Psikologi Keperawatan* (Jakarta: Rajawali Pers , 2012), hlm. 126.
[2] *Ibid*, hlm. 26.
[3]Farid Mashudi, *Psikologi Konseling* (Yogyakarta: Ircisod, 2012), hlm. 189.
[4]Dadang Hawari, *Manajemen Stres Cemas Dan Depresi* (Jakarta: FKUI, 2011), hlm. 1-3.

2. Tingkat dan Bentuk Stres

a. Stres Ringan
Stres ringan adalah stressor yang dihadapi setiap orang secara teratur, seperti terlalu banyak tidur, kritikan dari saudara atau teman terdekat. Situasi seperti ini biasanya berlangsung beberapa menit atau jam. Stresor ringan biasanya tidak disertai timbulnya gejala. Adapun stres ringan menurut penulis adalah reaksi tubuh akibat mengalami tekanan ringan, sehingga masalah kondisi tubuh yang dimunculkan tidak memiliki efek buruk yang sangat fatal.

b. Stres Sedang
Berlangsung lebih lama dari beberapa jam sampai beberapa hari. Situasi perselisihan yang tidak terselesaikan dengan rekan, anak yang sakit, atau ketidakhadiran yang lama dari anggota keluarga merupakan penyebab stress sedang.Ciri-cirinya yaitu sakit perut, mules, otot-otot terasa tegang, perasaan tegang, gangguan tidur, badan terasa ringan.

c. Stres Berat
Situasi yang lama dirasakan selama beberapa minggu sampai beberapa bulan, seperti perselisihan perkawinan secara terus menerus, kesulitan finansial yang berlangsung lama karena tidak ada perbaikan, berpisah dengan keluarga, berpindah tempat tinggal mempunyai penyakit kronis dan termasuk perubahan fisik, psikologis, sosial pada usia lanjut.Ciri-cirinya: sulit beraktivitas, gangguan hubungan sosial, sulit tidur, negatif, penurunan konsetrasi, takut tidak jelas, keletihan meningkat, tidak mampu melakukan pekerjaan sederhana, gangguan sistem meningkat, perasaaan takut meningkat. [5]

Dari uraian di atas dapat disimpulkan, bahwa tingkatan stres ada 3 yaitu stres ringan, stres sedang dan stres berat. Masing-masing tingkatan stres memiliki dampak dan gejala fisiologis serta psikologis. Apabila dampak dan gejala fisiologis dan psikologis tidak ditangani maka stres akan meningkat, akan tetapi stres dapat berkurang dengan adanya dukungan sosialnya, dukungan dan empati dari orang lain sangat membantu mengurangi tingkat stres.

[5] *Ibid*, hlm. 8-9.

3. Penyebab Stres

a. Peristiwa Hidup dan Kerumitan Sehari-Hari

Melakukan pekerjaan yang membosankan dan menegangkan terus menerus dan hidup di lingkungan yang miskin tidak terampil dalam skala pristiwa hidup besar. Tapi ketegangan sehari-hari yang dialami dalam kondisi hidup seperti ini menciptakan stress hidup yang tinggi dan dalam beberapa kasus dapat menimbulkan gangguan psikologis.

b. Kemiskinan

Kemiskinan dapat mengakibatkan stres bagi individu dan keluarga. Kondisi kronis seperti rumah yang tidak memadai, lingkungan rumah yang berbahaya, tanggung jawab yang membebani dan ketidakpastian ekonomi merupakan stressor yang besar dalam kehidupan orang-orang miskin.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan, bahwa penyebab stres 3 yaitu pristiwa hidup dan kerumitan sehari-hari, faktor-faktor sosial dan kemiskinan merupakan penyebab stres. Masing-masing penyebab stres disebabkan masalah dari keadaan lingkungan yang tidak sesuai dengan diri seseorang.

4. Mengatasi Stres

Ada beberapa proses dalam mengatasi stres, jika akibat stres telah mempengaruhi fisik bahkan menimbulkan penyakit tertentu peranan obat atau medikasi biasanya diperlukan. Namun obat itu sendiri kurang

efektif untuk mengurangi stress dalam jangka panjang. Ada efek negatif (kurang baik) bila mengunakan obat terus-menerus. Di samping obat-obat tertentu membutuhkan biaya yang mahal. Obat juga bisa mengakibatkan ketergantungan bahkan membuat orang tertentu kebal terhadap obat tersebut.

Beberapa teknik terapi telah dikembangkan dan dicoba untuk mengatasi stres ini. *Biofeedback* adalah salah satu teknik untuk mengetahui bagian-bagian tubuh mana yang terkena stres dan kemudian belajar untuk menguasainya. Teknik ini menggunakan serangkaian alat yang cukup rumit, gunanya sebagai *feedback* atau umpan balik untuk bagian tubuh tertentu. *Biofeedback* agak kurang efektif untuk digunakan secara praktis.

Seringkali istirahat dan melakukan olah raga yang teratur disebut-sebut sebagai salah satu cara yang efektif untuk mencegah dan menyembuhkan stres. Memang cara hidup yang teratur membuat seseorang tidak mudah terkena stres. Adapun cara-cara yang bisa dilakukan untuk mengatasi stress sebagai berikut:

a. Relaksasi

Relaksasi adalah teknik yang paling efektif untuk menyembuhkan stres. Ada beberapa teknik relaksasi, tetapi yang biasa digunakan adalah teknik relaksasi dengan mengendurkan otot-otot seluruh tubuh, kemudian pengendoran dilakukan pada bagian-bagian tubuh yang sering mengalami stres. Semakin lama

berlatih teknik relaksasi, orang semakin peka dan semakin spontan untuk merasakan bagian tubuh yang mana yang terkena stres dan semakin mudah untuk mengembalikan pada keadaan semula.

b. Meditasi

Meditasi merupakan teknik yang mulai diminati sebagai salah satu cara mengatasi stres. Selain itu, mencegah stres, meditasi juga memilki keuntungan lain, seperti konsentrsi menjadi lebih tajam dan pikiran menjadi lebih tenang.

c. Pencegah terhadap stres bisa dilakukan dengan mengubah sikap hidup.

Orang yang terlibat lebih aktif dengan pekerjaan dan kehidupan masyarakat, lebih berorientasi pada tantangan dan perubahan. Dan merasa dapat menguasai kejadian-kejadian dalam hidupnya adalah orang yang tidak akan mudah terkena efek negatif stres.[6]

Dari uraian di atas dapat disimpulkan, bahwa cara untuk mengatasi stres ada 3 yaitu relaksasi, meditasi dan merubah sikap hidup merupakan cara agar seseorang tidak mudah terkena stres. Masing-masing memiliki keefektivan untuk mencegah dan menyembuhkan stres.

---

[6]Siswanto, *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan, Dan Perkembangannya* (Yoyakarta: Andi Offset, 2007), hlm. 55-57.

5. Gejala Stres

a. Gejala fisiologis: pengaruh awal stres terhadap inidvidu biasanya berupa gejala fisiologis stres dapat menciptakan perubahan dalam metabolisme meningkatkan detak jantung dan tarikan nafas, menaikan tekanan darah menimbulkan sakit kepala dapat memicu serangan jantung, denyut jantung bertambah cepat, banyak berkeringat(terutama keringat dingin), pernafasan terganggu, ototterasa tegang, sering ingin buang air kecil, sulit tidur, gangguan lambung.

b. Gejala psikologis stres dapat mengakibatkan kehilangan kemampuan konsentrasi kehilangan semangat dan gairah hidup diliputi rasa gelisah, resah, dan tidak tenang resah, sering merasa bingung, sulit berkonsentrasi, sulit mengambil keputusan, tidak enak perasaan dan rasa kewalahan/kecapean.

c. Gejala perilaku: gejala-gejala yang berkaitan dengan perilaku meliputi perubahan dalam bentuk produktivitas, selain itu juga perubahan dalam kebiasaan makan, pola merokok, komsumsi alkohol, bicara yang gagap, ketidakteraturan waktu tidur.[7] Adapun menurut penulis gejala perilaku adalah suatu tanda yang di munculkan dari efek stres yang mempengaruhi perilaku seseorang sehingga perilaku yang dimunculkan mengalami perubahan dari sebelumnya.

---

[7]Stephen P. Robbins dan Mary Coulter, *Manajemen*, Diterjemahkan Dari "*Management Eighth Edition"* Oleh Harry Slamet (Indonesia: PT. Indeks, 2007), hlm. 375.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan, bahwa gejala stres ada 3 yaitu gejala fisiologis, gejala psikologis dan gejala perilaku. Masing-masing dari gejala tersebut sangat berkaitan satu sama lain sehingga berdampak pada kondisi fisik seseorang .

6. Mengatasi Stres Dalam Perspektif Islam

a. Mempertinggi motivasi ibadah baik secara kuatitas maupun kualitas segala ucapan dan gerak kita adalah dzikir berusaha terus mendekatkan diri pada sang khalik.

b. Jangan emosional dalam menafsirkan pristiwa yang menimpa serta coba lah selalu intropeksi diri

c. Mulailah berfikir positif

d. Jangan pernah menyesali kejadian yang telah terjadi karena sejelek apapun peristiwa yang menimpa kita pastilah ada hikmahnya.[8]

Sebagaimana dengan Firman Allah SWT dalam Al-Qur'an Surah Al- Baqarah ayat 155 beserta artinya:

وَلَنَبۡلُوَنَّكُم بِشَيۡءٖ مِّنَ ٱلۡخَوۡفِ وَٱلۡجُوعِ وَنَقۡصٖ مِّنَ ٱلۡأَمۡوَٰلِ وَٱلۡأَنفُسِ وَٱلثَّمَرَٰتِۗ وَبَشِّرِ ٱلصَّٰبِرِينَ ١٥٥

Artinya: "Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan.dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar".[9]

---

[8]H. Suanto dan Donni Juni Priansa, *Manajemen SDM Dalam Organisasi Publik dan Bisnis* (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 216.

[9]Depertemen Agama RI, *Al-qur'an Al-Karim dan Terjemahannya* (Semarang: PT.Karya Toha Putra, 1995), hlm. 39.

Ayat ini menjelaskan, bahwa ujian atau cobaan pada hakikatnya sedikit, sehingga betapa pun besarnya atau sedikit bila dibandingkan dengan imbalan dangan barang yang akan diterima. Cobaan itu sedikit karena betapa pun besarnya cobaan ia dapat terjadi dalam bentuk lebih besar dari pada yang telah terjadi. Cobaan dan ujian yang besar adalah kegagaglan menghadapi cobaan khususnya dalam kehidupan beragama. Takut menghadapi ujian adalah pintu gerbang kegagalan, demikian juga ujian-ujian Allah menghadapi sesuatu yang ditakuti adalah membentengi diri dari gangguannya biarkan dia datang kapan saja tetapi ketika itu anda telah siap menjawab atau menghadapinya.[10]

Dari penjelasan di atas dapat dipahami, bahwa Allah swtakan menguji hamba-hambaNya terkadang dengan kebaikan dan kadang-kadang dengan sesuatu yang tidak kita inginkan, seperti rasa takut dan kelaparan dan kekurangan harta, kematian kerabat dan sahabat. Barang siapa yang bersabar, maka ia mendapatkan pahala, dan barang siapa yang berputus asa, maka Allah akan menimpa siksaan kepadanya dalam menghadapi ujian dan cobaan seperti itu manusia dianjurkan untuk bersabar.

[10]M. Quraish shihab, *Tafsir Al Misbah pesan, Kesan, Dan keserasian Al-Qur'an*, (Jakarta:Lentera hati, 20012), hlm. 436-437.

7. Indikator stress

a. Konflik peran adalah kombinasi dari harapan dan tuntunan yang diberi pada seseorang yang menimbulkan tekanan disebut tekanan peran.

b. Peran yang rancu, ketidakjelasan seseorang mengenai peran yang harus dilaksanakannya baik yang berkaitan dengan tugas yang harus ia lakukan maupun dengan tanggung jawab sehubungan dengan posisinya.

c. Tanggung jawab terhadap orang maksudnya disini dapat meliputi tanggung jawab terhadap orang lain atau hal-hal lain. Dalam bnyak kasus tanggung jawab terhadap orang lain lebih potensial sebagai sumber stres.[11] Adapun indikator stres menurut penulis yaitu karena tidak adanya keseimbangan dalam mengatasi masalah yang terjadi dengan kemampuan individu sehingga terjadi konflik dan tidak terjalani tanggung jawab yang seharusnya individu lakukan.

8. Strategi Dalam Memanajemen Stres

a. Perhatian Lingkungan Sekitar, melihat kemungkinan sesuatu yang benar-benar dapat diubah atau dikendalikan dalam situasi tersebut.

b. Belajarlah cara terbaik untuk merelaksasikan diri

c. Meditasi dan latihan pernafasan merupakan salah satu mengendalikan stres

d. Tentukan tujuan realistis baik diri sendiri

[11]H. Suanto Dan Donni Juni Priansa, *Op. Cit.*, hlm. 256.

e. Jangan membebani diri secara berlebihan

f. Secara selektif ubalah cara bereaksi terhadap suatu masalah

g. Menghadapi masalah dengan bijaksana tanpa melibatkan emosi yang mendalam

h. Ubalah cara pandang

i. Hindari pengobatan diri sendiri atau menghindar alkohol dan obat-obatan yang dapat menyembunyikan stres namun tidak dapat membantu menyelesaikan masalah.

j. Tingkatkan ketahanan diri yang harus digaris bawahi dari manajemen stres adalah "saya yang buat diri saya sendiri stres". Cobalah untuk memanfaatkan stress. Jika tidak dapat melawan apa yang mengganggu dan tidak dapat dihindari, berjalan seiring dengan stres dan cobalah untuk memanfaatkannya secara produktif. Cobalah untuk menjadi seseoran yang positif, tanamkan pada diri bahwa anda dapat mengatasi segala sesuatu dengan baik daripada hanya memikirkan betapa buruknya segala sesuatu yang terjadi.[12]

9. Teori Stres

a. Stres Model *Stimulus (*Rangsangan)

Stres model *stimulus* merupakan model stres yang menjelaskan bahwa stres itu adalah penyebab manusia mengalami stres. Stres adalah situasi lingkungan yang seseorang rasakan

[12]Mochamad Nursalim, *Bimbingan Dan Konseling Pribadi-Sosial* (Yogyakarta: Lading Kata, 2010), hlm. 95-96.

begitu menekan dan individu tersebut hanya menerima secara langsung rangsangan stres tanpa ada proses penilaian. Adapun situasi-situasi yang memungkinkan menjadi pemicu terjadinya stres adalah beban kerja, kepanasan, kedinginan, suara keributan, ruangan yang berbau menyengat, cahaya yang terlalu terang, lingkungan yang kotor, ventilasi yang tidak memadai. *Stressor* berperan sebagai pemicu stres pada individu. Sumber stres (*stressor*) dapat dikategorikan menjadi tiga jenis, yaitu *Life Events* (Peristiwa-Peristiwa Kehidupan), *Chronic Strain* (Ketegangan Kronis) *Daily Hassles (Permasalahan-Permasalahan Sehari-Hari).*[13] Adapun stres model stimulus dapat disimpulkan tekanan yang berasal dari situasi-situasi lingkungan bisa bertindak sebagai penyebab dan penentu pada gangguan-ganguan kesehatan apabila terjadi dalam kurun waktu yang sering dan dengan jumlah yang berbahaya.

b. Stres Model *Response* (Respons)

Stres Model *Respons* Stres model respons dikembangkan oleh Hans Selye. Selye adalah ahli yang dikenal luas karena penelitian dan teorinya tentang stres yang berkaitan dengan aspek fisik dan kesehatan. Selye menulis sebuah karya ilmiah yang berjudul "*The General Adaptation Syndrome and Diseases of Adaptation*" dan menggunakan istilah stres untuk mengacu secara

[13] Nasib Tua Lumban Gaol, *"*Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional*",Dalam Buletin Psikologi*, Volume. 24, Nomor. 1, Tahun 2016, (*https://jurnal.ugm.ac.id/buletinpsikologi*), hlm. 2-5.

khusus pada tekananan yang berasal dari luar individu. Selye menekankan bahwa stres merupakan reaksi atau tanggapan tubuh yang secara spesifik terhadap penyebab stres yang mana mempengaruhi kepada seseorang. Hasil stres itupun meliputi perubahan kondisi psikis, emosional, dan psikologis. Misalnya, ketika seseorang mengalami situasi yang mengkhawatirkan, tubuh secara spontan bereaksi terhadap ancaman tersebut. Ancaman tersebut termasuk sumber stres, dan respons tubuh terhadap ancaman itu merupakan stres respons. Ada tiga tahapan stres respons, yaitu: *Alarm* (suatu kondisi yang tidak diinginkan dan terjadi ketika ada perbedaan antara kenyataan yang sedang terjadi dan situasi yang diharapkan). *Resistance* (Perlawanan) dan *Exhaustion* (Kelelahan).[14] Adapun stress model respon menurut penulis yaitu suatu tekanan yang terjadi pada individu dikarenakan individu mengalami masalah. Akan tetapi individu tak mampu mengatasi masalah hingga individu mengalami kondisi stres.

c. Stres Model *Transactional* (Transaksional)

Stres model transaksional berfokus pada respon emosi dan proses kognitif yang mana didasarkan pada interaksi manusia dengan lingkungan. Richard Lazarus dan Susan Folkman adalah tokoh yang terkenal dalam mengembangkan teori stres model

[14] *Ibid*, hlm. 4-5.

transaksional. Lazarus dan Folkman menyatakan bahwa stres adalah hubungan antara individu dengan lingkungannya yang dievaluasi oleh seseorang sebagai tuntutan atau ketidakmampuan dalam mengahadapi situasi yang membahayakan atau mengancam kesehatan. proses transaksi antara *stressor* dengan kapasitas diri. Oleh karenanya, istilah stres tidak hanya merujuk pada sumber stres, respon terhadap sumber stres saja, tetapi keterkaitan antara ketiganya. Artinya, ada transaksi antara sumber stres dengan kapasitas diri untuk menentukan reaksi stres. Jika sumber stress lebih besar daripada kapasitas diri maka stres negatif akan muncul, sebaliknya jika sumber tekanan sama dengan atau kurang sedikit dari kapasitas diri maka stres positif akan muncul.[15] Adapun stres model transaksional menurut penulis adalah hasil reaksi mengatur kesaimbangan kondisi individu dengan kondisi lingkungan. Apabila terjadi kesaimbangan maka stres yang dihasilkan stres positif. Akan tetapi, jika tidak terjadi keseimbangan maka muncullah stres negatif.

d. Teori Johari Window

Pengetahuan tentang diri akan meningkatkan komunikasi, dan pada saat yang sama, berkomnikasi dengan orang lain meningkatkan pengetahuan diri kita. Dengan membuka diri, konsep diri menjadi lebih dekat dan pada kenyataannya. Bila

[15]Avin Fadilla Helmi, "Beberapa Teori Psikologi Lingkungan", (*https://journal.ugm.ac.id/buletinpsikologi/article/view/7404/5758*), hlm. 7.

konsep diri sesuai dengan pengalaman kita, kita akan lebih terbuka untuk menerima pengalaman-pengalaman dan gagasan-gagasan baru, lebih cenderung menghindari sikap defensif, dan lebih cermat memandang diri kita pada orang lain. Oleh karena itu, Johari window atau jendela johari merupakan salah satu cara untuk melihat dinamika dari *self-awareness,*yang berkaitan dengan perilaku, perasaan, dan motif. Adapun konsep johari window terdiri dari 4 bagian, seperti segi empat dengan garis tengah yang membela jendela itu menjadi dua bagian. Sebelah atas jendela menunjukkan aspek diri kita yang diketahui orang lain (*public self,* sebelah bawah adalah aspek diri yang tidak di ketahui orang lain (*private self*).

Publik (diketahui orang lain)
Privat (tidak diketahui orang lain)

Bila jendela kita belah ke bawah, sebelah kiri adalah aspek diri yang kita ketahui dan sebelah kanan adalah aspek diri yang tidak diketahui.

Diri yang kita ketahui	Diri yang tidak kita ketahui

Bila kedua jendela ini digabungkan, kita membat johari window yang lengkap menjadi konsep-konsep yaitu terbuka

(*open*), buta (blind), tersembunyi (*hidden*), dan tidak dikenal (*unknown*).

1. Daerah Terbuka (*Open Area*) meliputi perilaku dan motivasi yang diri sendiri mengetahui dan orang lain juga mengetahui.
2. Daerah buta (*blind area*) meliputi orang lain sadar akan konsep diri yang kita miliki akan tetapi diri sendiri tidak mengetahui.
3. Daerah tersembunyi (*hidden area*) meliputi informasi yang kita tahu tentang diri kita tapi tertutup bagi orang lain.
4. Daerah tidak kenal (*unknown area*) meliputi diri sendiri tidak mengetahui dan orang lain juga tidak mengetahuinya.[16]

	Kita ketahui	Tidak kita ketahui
Publik	Terbuka	Buta
Privat	Tersembunyi	Tidak dikenal

Dari uraian di atas dapat disimpulkan, bahwa teori Johari Window terdiri dari 4 bagian yaitu daerah Terbuka (*Open Area*), daerah buta (*blind area*), daerah tersembunyi (*hidden area*) dan daerah tidak kenal (*unknown area*), teori ini merupakan salah satu cara untuk melihat dinamika yang berkaitan dengan perilaku, perasaan dan motif.

[16]Jalaluddin Rahmat, *Psikologi* Komunikasi (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2001), hlm. 107-108.

B. Keluarga

Keluarga merupakan kelompok terkecil dalam sebuah tatanan masyarakat. Oleh karena masyarakat adalah himpunan dari beberapa keluarga maka baik buruknya sebuah masyarakat sangat bergantung kepada baik buruknya keluarga. Keluarga yang baik adalah awal dari masyarakat yang sejahtera. Sebaliknya, keluarga yang amburadul adalah pertanda hancurnya sebuah masyarakat. Individu-individu yang baik akan membentuk keluarga yang harmonis.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan, bahwa keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari ayah, ibu dan anak dan berkumpul dan tinggal bersama pada suatu tempat di bawah satu atap dalam kondisi yang saling membutuhkan dan saling ketergantungan.

1. Peran Orang Tua

Dalam membentuk keluarga muslim harus melalui pernikahan yang sah menurut Islam karena pernikahan yang sah menurut Islam suatu hal yang sangat penting dan utama, dengan melalui inilah seorang laki-laki dan seorang perempuan membentuk wadah yang disebut dengan keluarga.

a. Memilki bekal. Artinya laki-laki dan wanita yang ingin akan dan ingin berumah tangga hendaknya mempunyai bekal untuk dirinya, terutama bekal ilmu pengetahuan, lebih khusus lagi adalah pengetahuan tentang seluk beluk kerumah tanggaan.

b. Membina tujuan perkawinan. Tujuan perkawinanadalah menjaga kehormatan diri dan juga sebagai jalan mendapatkan keturanan yang baik dan ideal.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan, bahwa peran orang tua yaitu memiliki bekal untuk kesejahteraan keluarganya dan membina tujuan perkawinan sehingga terciptalah keluarga yang sakinah, mawaddah dan warahmah.

2. Tugas Perkembangan Keluarga Yang Melepas Anak Dewasa Muda

a. Menata kembali fasilitas dan sumber-sumber
b. Memenuhi biaya sebagai pusat keluarga yang melepas anak-anak dewasa
c. Mengalokasikan tangung jawab antara orang muda dan nak yang menuju dewasa
d. Memasuki masa sebagai suami istri
e. Mempertahankan komunikasi terbukadiantara anggota keluarga dengan yang lain
f. Memperluas lingkup keluarga dengan melepas anak yang sudah dewasa dan menerima anggota baru karena pernikahan anak
g. Mencegah konflik loyalitas dan falsafah kehidupan[17]

[17]Kusdwirarti Setiono, *Psikologi Keluarga* (Bandung: PT. Alumni, 2011), hlm. 72.

3. Peranan Keluarga Terhadap Perkembangan

Keluarga merupakan kelompok sosial yang pertama dalam kehidupan manusia, tempat ia belajar dan menyatakan diri sebagai manusia sosial di dalam hubungan interaksi denan kelompoknya. Segala-galanya telah diuraikan mengenai interaksi kelompok berlaku pula bagi interaksi kelompok keluarga yan merupakan kelompok primer itu termasuk pembentukan norma-norma sosial. Di dalam keluarganya, yang interaksi sosial berdasarkan simpati, ia pertama-tama belajar memperhatikan keinginan-keinginan orang lain, belajar bekerja sama bantu-membantu dengan kata lain ia pertama-tama belajar memegang peranan sebagai makhluk sosial yang memiliki norma-norma dan kecakapan-kecakapan tertentu dalam pergaulannya dengan orang lain. Selain peranan umum kelompok keluarga sebagai kerangka sosial yang pertama tempat manusia berkembang sebagai makhluk sosial terdapat peranan-peranan tertentu di dalam kedaan-keadaan keluarga yang dapat mempengaruhi perkembangan individu sebagai makhluk sosial.[18]

4. Bentuk keluarga

Adapun bentuk bentuk keluarga

a. Keluarga inti adalah keluarga yang di bentuk karena ikatan perkawinan yang direncanakan yang terdiri dari suami, istri, dan anak-anak baik (natural) maupun adopsi.

[18] *Ibid*

b. Keluarga asal merupakan suatu unit keluarga tempat asal seeorang di lahirkan

c. Keluarga besar keluarga inti ditambah keluarga lain (hubungan darah) misalnya kakek, nenek, bibi, paman, sepupu.

d. Keluarga berantai keluarga yang terdiri dari wanita dan pria yang menikah lebih dari satu kali dan merupakan suatu keluarga inti

e. Keluarga duda atau janda adalah keluarga yang bentuk karena perceraian atau kemauan.[19]

5. Fungsi keluarga

Adapun fungsi keluarga yakni fungsi internal dan fungsi eksternal. Fungsi internal yaitu memberikan perlindungan psikososial bagi para anggotanya. Sedangkan fungsi eksternal yaitu mentransmisikan nilai-nilai pada generasi selanjutnya.[20]

Selain itu juga, ada beberapa macam fungsi keluarga yaitu:

a. Fungsi ekonomis: keluara merupakan satuan sosial yang mandiri yang didalamnya anggota-anggota keluarga mengkonsumsi barang barang yang di produksinya.

b. Fungsi sosial: keluarga memberikan status kepada anggota-anggotanya.

---

[19] Zakiah Dradjat, *Perkembanngan Psikologi Agama dan Pendidikan Islam Indonesia* (Bukit Pamulang Indah: Logo Wacana Wacana Ilmu, 1999), hlm. 158-159.

[20] Sri Lestari, *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penangan Konflik Dalam Keluarga* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2012), hlm. 22.

c. Fungsi edukatif: memberikan pendidikan kepada anak-anak dan juga remaja.

d. Fungsi protektif: keluarga melindungi angota-anggotanya dari ancaman fisik ekonomis dan psikososial.

e. Fungsi religious: keluarga memberikan pengalaman-pengalaman keagamaannya kepada anggotamya.

f. Fungsi rekratif: keluarga merupakan pusat rekreasi anggota-anggotanya.

g. Fungsi efektif: keluarga memberikan kasih sayang dan melahirkan keturunan.[21]

Keluarga secara psikologis dapat berfungsi sebagai wahana pembinaan iman-tauhid, akhlak ibadah serta kepribadian dan sosialisasi anak. Secara sosiologis fungsi keluarga adalah sebagai bentuk sosialisasi dan aktualisasi dirinya. Dampak negatif yang mungkin muncul dalam keluarga:

a. Masalah Keuangan

Permasalahan keuangan masih tetap menjadi permasalahan dalam keluarga jadi perempuan yang bekerja lebih dapat mengurangi beban kekurangan keuangan keluarga dibandingkan dengan keluarga di mana istri tidak bekerja.

[21]Syafaruddin, *Ilmu Pendidikan Islam* (Jakarta: Hijri Pustaka Utama, 2006), hlm. 171-172.

b. Masalah Anak

Perempuan bekerja menjadi salah satu pemicu kenakalan remaja dimasyarakat karena perempuan bekerja dapat memberikan kesempatan pendidikan lebih luaas pada anak-anaknya di bandingkan dengan keluarga dimana perempuan tidak bekerja.

c. Masalah Dengan Suami

Keluarga perempuan bekerja diperlukan adanya waktu tertentu bagi suami-istri untuk komunikasi secara khusus yang dilakukan secara rutin dalam suasana yang harmoni, terbuka, jujur, dan saling memahami.[22]

Berhati-hati dalam menjaga keluarga sang suami harus mengawasi istrinya dengan penuh kearifan, kewaspadaan, dan jauh dari kekerasan. Dirinya wajib menjelaskan pada istrinya berbagai akibat dari sering berkumpulnya dengan kaum laki-laki dan perempuan di satu tempat. Dan salah satu akibat yang paling menyakitkan adalah ambruknya bangunan rumah tangga. Kedua, janganlah para suami sampai mengasari istrinya wanita cerdas, cekatan, dan mampu bersabar mengahadapi keadaan yang buruk niscaya kehidupan keluarganya akan bahagia.[23]

---

[22]M.F.Zenrif, *Dibawah Cahaya Al-Qur'an: Cetak Biru Ekonomi Keluarga Sakinah* (Malang: UIN Malang Press, 2006), hlm. 120-123.

[23]Ibrahim Amini, *Nidham Al Hayat Az-Zawiyah (Hak-Hak Suami Dan Isteri)* (Beirut: Dar Al-Hadi, 1994), hlm. 199-200.

6. Metode Dukungan Keluarga

Metode dapat diartikan sebagai cara yang telah diatur dan proses pemikiran untuk mencapai suatu maksud.[24] Adapun metode keluarga dalam memberikan dukungan kepada warga binaan dengan cara sebagai berikut

a. *Al-Hikmah*

Hikmah adalah pengetahuan tentang kebenaran dan pengamalannya, ketepatan dalam perkataan dan pengamalannya. Al-hikmah diartikan sebagai bijaksana, akal budi yang mulia, dada yang lapang, hati yang bersih dan menarik perhatian orang kepada Tuhan.[25] Keluarga melakukan metode hikmah dengan memberikan informasi yang mengajarkan kepada hal yang baik untuk warga binaan agar warga binaan bisa berubah menjadi insan yang berakhlak mulia, dan bijaksana.

b. *Al-Mau'idza Hasanah*

Mauidza Hasanah dapat diartikan sebagai ungkapan yang mengandung unsur bimbingan, pendidikan, pengajaran, kisah-kisah, berita gembira, peringatan, pesan-pesan positif yang bisa dijadikan pedoman dalam kehidupan agar mendapatkan kebahagiaan dunia dan akhirat. Adapun keluarga memberikan bimbingan, peringatan yang positif agar warga binaan tidak terjerumus kembali ke lembaga pemasyarakatan.

---

[24] Ahmad. Syafi'I Ma'arif ,*Islam dan Politik* (Jakarta: Pustaka Dinamika, 1999), hlm. 15.
[25] Said Agil Husin Al Munawar, *Metode Dakwah* (Jakarta: Prenada Media, 2003), hlm. 8.

C. Warga Binaan

Warga binaan adalah orang yang sedang mengalami hukuman karena tindak pidana. Dalam undang-undang pemasyarakatan warga binaan adalah narapidana, anak didik pemasyarakatan, dan klien pemasyarakatan.[26]

D. Lembaga Pemasyarakatan

Lembaga pemasyarakatan adalah unit terlaksana teknis pemasyarakatan yang menampung, merawat dan membina warga binaan. Dapat juga dikatakan bahwa lembaga pemasyarakatan merupakan sarana pembinaan warga binaan dalam sistem pemasyarakatan.[27] Lembaga pemasyarakatan adalah suatu lembaga yang menampung dan membina sebagian anggota masyarakat yang dinyatakan bersalah oleh Undang-undang dan sah dinyatakan atau diputuskan hakim telah melanggar hukum yang ada sehingga di jatuhkan hukuman pidana penjara. Dalam Undang-undang RI No.12 tahun 1995 tentang Pemasyarakatan, lembaga pemasyarakatan adalah tempat untuk melaksanakan pembinaan agar warga binaan dan anak didik pemasyarakatan.

Undang-undang nomor 12 tahun 1995 pasal 1 ayat 1, 2, 3 dijelaskan bahwa:

a. Pemasyarakatan adalah kegiatan untuk melakukan pembinaan warga binaan pemasyarakatan berdasarkan sistem, kelembagaan, dan cara

---

[26]Kemenkuham, Undang-Undang Republik Indonesia, Nomor 12 Tahun 1995 Pasal 5, Tentang Pemasyarakatan.

[27] Setiady dan Tolib, *Pokok-Pokok Hukum Penitensier Indonesia*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 64.

pembinaan yang merupakan bagian akhir dari sietem pemidanaan dalam tata peradilan pidana.

b. Sistem Pemasyarakatan adalah suatu tatanan mengenai arah dan batas serta cara pembinaan warga binaan pemasyarakatan berdasarkan pancasila yang dilaksanakan secara terpadu, antara Pembina, yang dibina, dan masyarakat untuk meningkatkan kualitas warga binaan pemasyarakatan agar menyadari kesalahan, memperbaiki diri dan tidak mengulangi tindak pidana sehingga dapat diterima kembali oleh lingkungan masyarakat, dapat aktif berperan dalam pembangunan dan dapat hidup secara wajar sebagai warga yang baik dan bertanggung jawab.

c. Lembaga Pemasyarakatan yang selanjutnya yang disebut lapas adalah tempat untuk melaksanakan pembinaan narapidana dan anak didik pemasyarakatan.[28]

Dalam melaksanakan proses pembinaan terhadap warga binaan petugas LAPAS harus mengacu pada 10 prinsip pokok Pemasyarakatan,[29] yaitu:

a. Ayomi dan berikan bekal hidup agar mereka dapat menjalani peranan sebagai warga negara dan masyarakat yang baik dan berguna.

---

[28]Undang-undang Republik Indonesia Tentang Pemasyarakatan, Nomor 12 Tahun 1995, (www. Hukuman online.com, diakses 12 Maret 2019, Pukul 11:46 WIB.

[29]Undang-undang Republik Indonesia, Nomor 12 Pasal 5 tahun 1995, Tentang Pemasyarakatan.

b. Penjatuhan pidana bukan merupakan tindakan balas dendam oleh negara. Hal ini tidak berarti tidak boleh ada penyiksaan terhadap warga binaan baik berupa tindakan, perlakuan, ucapan, cara perawatan, ataupun penempatan. Satu-satunya penderitaan yang dialami oleh warga binaan hanyalah dihilangkannya kemerdekaan untuk bergerak didalam masyarakat.

c. Berikan bimbingan bukan penyiksaan agar mereka bertaubat. Berikan kepada mereka kegiatan-kegiatan sosial dan keagamaan untuk menumbuhkan rasa hidup bersama dan persaudaraan yang dipererat oleh iman dan akidah.

d. Negara tidak berhak membuat mereka menjadi lebih buruk atau jahat dari pada sebelum dijatuhi hukuman tindak pidana.

e. Selama kehilangan kemerdekaan bergerak para terpidana harus dikenalkan dengan masyarakat dan tidak boleh diasingkan dari masyarakat.

f. Pekerjaan yang diberikan kepada narapidana tidak boleh hanya untuk mengisi waktu belaka, dan juga tidak boleh diberikan pekerjaan untuk memenuhi keperluan jabatan pada waktu tertentu saja. Pekerjaan yang diberikan harus pekerjaan yang terdapat dimasyarakat dan dapat menunjang pembangunan.

g. Bimbingan dan didikan harus berdasarkan pancasila, antara lain: penanaman jiwa gotong royong, toleransi dan jiwa kekeluargaan.

h. Warga binaan sebagai orang yang tersesat adalah manusia dan mereka harus diperlakukan sebagai manusia lainnya, martabat sebagai manusia harus dihormati.

i. Warga binaan yang dijatuhi pidana hilang kemerdekaannya sebagai satu-satunya derita yang dialaminya.

j. Disediakan sarana dan prasarana yang mendukung fungsi rehabilitatif, korektif, edukatif, dalam sistem pemasyarakatan.

E. Penelitian Terdahulu

1. Kukus Aria Wijaya, NIM: 11 23101 01059, Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Tahun 2015 di Universitas Jember Yang Berjudul *Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stress Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Kabupaten Jember.*

   Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stress narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Kabupaten Jember. Hasil penelitian ini adalahada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stress narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Kabupaten Jember. Adapun persamaan peneliti dengan peneliti terdahulu sama-sama meneliti tentang dukungan keluarga dengan tingkat stress pada warga binaan. Sedangkan perbedaan peneliti dengan peneliti terdahulu adalah peneliti memfokuskan intensitas dukungan keluarga dalam mengurangi

tingkat stres pada warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.

2. Marini Amelia Sugesti, NIM: 14 201 00047, Mahasiswa Jurusan Pendidikan Agama Islam tahun 2018 di Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan yang berjudul *Peran Keluarga Dalam Membentuk Anak di Desa Hutalombang Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal.*

   Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran akhlak anak di desa Hutalombang Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal. Hasil penelitian ini adalah akhlak anak sudah jauh menurun, dan buruk maka akhlak anak tergolong kurang baik, maka peran keluarga adalah sebagai mentor utama dalam menjalin hubungan dan kasih sayang, orangtua sebagai model yaitu berperan sebagai anggota keluarga dan sebagai pendidik. Adapun persamaan peneliti dengan peneli terdahulu sama-sama meneliti tentang keluarga. Sedangkan perbedaan peneliti dengan peneliti terdahulu adalah peneliti memfokuskan intensitas dukungan keluarga dalam mengurangi tingkat stres pada warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Kota Padangsidimpuan.

3. Fitri Ani Siregar, NIM:13 230 0062, Mahasiswa Jurusan Ekonomi Syariah tahun 2017 di Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan yang berjudul *Pengaruh Stres Individu Dan Stres Organisasi*

Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT.Pos Indonesia (PERSERO) Padangsidimpuan.

Hasil penelitian ini adalah bila dilihat dari hasil uji signifikansi parsial (uji t) maka terdapat pengaruh antara stres individu terhadap kinerja karyawan, dan dilihat dari hasil uji signifikansi parsial (uji t dari variabel stres organisasi maka tidak ada pengaruh antara stres individu dan stres organisasi, akan tetapi jika dilihat dari hasil uji signifikan simultan maka stres individu dan stres organisasi mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kinerja karyawan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh stres individu terhadap kinerja karyawan pada PT.Pos Indonesia (PERSERO) Padangsidimpuan. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah sama-sama meneliti tentang stres. Sedangkan perbedaan peneliti dengan penelitian terdahulu adalah peneliti memfokuskan intensitas dukungan keluarga dalam mengurangi tingkat stres pada warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.

4. Laily Wannahari, NIM: 13 230 0107, Mahasiswa Jurusan Ekonomi Syariah tahun 2017 di Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan yang berjudul *Pengaruh Stres Kerja Individu dan Stres Kerja Organisasi Terhadap Kinerja Karyawan pada PT. Bank Muamalat Indonesia TBK. Cabang Padangsidimpuan.*

Hasil penelitian ini adalah peningkatan stres kerja individu akan mempengaruhi peningkatan kinerja karyawan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah stres kerja individu berpengaruh secara parsial terhadap kinerja karyawan pada PT. Bank Muamalat Indonesia TBK. Cabang Padangsidimpuan. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah sama-sama meneliti tentang stres. Sedangkan perbedaan peneliti dengan penelitian terdahulu adalah peneliti memfokuskan intensitas dukungan keluarga dalam mengurangi tingkat stres pada Warga Binaan Wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B KotaPadangsidimpuan.

5. Nurhaminah, NIM: 12 1200102, Mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Islam Tahun 2016 di Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan yang berjudul "*Peran Wali Pemasyarakatan Dalam Mengurangi Kecemasan Warga Binaan Pemasyarakatan Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan.*

   Hasil penelitian ini adalah dalam mengurangi kecemasan warga binaan pemasyarakatan, wali pemasyarakatan berperan sebagai motivator, konselor, keluarga dan sahabat dalam mengurangi kecemasan warga binaan yaitu memberikan pengarahan dan bimbingan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kecemasan warga binaan pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padang Sidimpuan. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah sama-sama meneliti di Lembaga

Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan. Sedangkan perbedaan peneliti dengan penelitian terdahulu adalah peneliti memfokuskan intensitas dukungan keluarga dalam mengurangi tingkat stres pada warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan sementara peneliti terdahulu meneliti tentang kecemasan yang dialami warga binaan pemasyarakatan.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan dalam penelitian ini, maka penelitian ini dilaksanakan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan. Peneliti memilih lokasi ini dengan alasan, karena keterbatasan waktu, dekat dengan tempat tinggal penulis sehingga mengirit biaya, mudah dijangkau, dan belum ada yang meneliti tentang "Intensitas Dukungan Keluarga Dalam Mengurangi Tingkat Stres Warga binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan".

2. Waktu Penelitian

Waktu yang digunakan dalam penelitian ini dimulai pada tanggal: 03 Desember 2018- 22 November 2019.

B. Jenis Penelitian dan Pendekatan Penelitian

1. Jenis Penelitian

Berdasarkan masalah yang diajukan dalam karya tulis ini, maka jenis penelitiannya adalah penelitian lapangan (*Field research*), yaitu penelitian yang dilakukan di lapangan bertujuan untuk memperoleh informasi dan mendeskripsikan peristiwa, kejadian yang terjadi dilapangan sesuai dengan fakta yang ditemukan. Instrumen yang digunakan berisi tentang pedoman wawancara, observasi dan

dokumentasi. Pedoman wawancara ini dapat berkembang sesuai dengan kondisi yang ada di lapangan.[1]

2. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif adalah suatu penelitian yang dilakukan dengan mengamati fenomena-fenomena yang terjadi secara fakta dan menganalisisnya dengan logika ilmiah. Data dikumpulkan dengan latar alami (*natural setting*) sebagai sumber data langsung.[2]

Pendekatan kualitatif adalah suatu proses penelitian dan pemahaman yang berdasarkan pada metodologi yang menyelidiki suatu fenomena sosial dan masalah manusia. Pada pendekatan ini peneliti menekankan sifat realita yang terbangun secara sosial hubungan erat antara peneliti dan subjek yang diteliti.[3] Adapun pendekatan kualitatif menurut penulis adalah suatu cara yang dilakukan peneliti untuk mencari masalah yang sedang terjadi di dalam kehidupan bermasyarakat sehingga masalah tersebut perlu menganalisisnya secara ilmiah.

---

[1]Bambang Prasetyo, *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Aplikasi* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2005), hlm. 49.50.

[2]Lexy J. Moleong, *Metodologi Peneltian Kualittif* (Bandung: Remaja Rosadakarya, 1998), hlm. 3.

[3]Juliansyah Noor, *Metodologi Penelitian Skripsi, Tesis, Disertasi dan Karya Ilmiah* (Jakarta: Kencana, 2014), hlm. 33-34.

Pendekatan ini dilaksanakan atas pertimbangan, bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui betapa intensnya dukungan keluarga dalam mengurangi tingkat stres warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.

C. Informan Penelitian

Informan adalah orang yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar penelitian.[4] Adapun informan penelitian dalam penelitian ini adalah pegawai lapas, warga binaan wanita, serta keluarga warga binaan yang dapat memberikan informasi tentang intensitas dukungan keluarga dalam mengurangi tingkat stres warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.

D. Sumber Data

Sumber data adalah subjek dari mana data dapat diperoleh.[5] Sumber data penelitian ini terdiri dari dua macam, yaitu:

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer, yaitu data yang diperoleh langsung dari subjek penelitian dengan menggunakan alat pengukuran pengambilan data langsung dari subjek sebagai sumber informasi yang dicari.[6] Sumber data primer adalah sumber data pokok yang dibutuhkan dalam penulisan penelitian ini. Data primernya adalah warga binaan wanita

[4]Lexy J Moleong, *Op. Cit.*, hlm. 88.

[5]Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan* R7B (Bandung: Alfabeta: 2008).,hlm. 129.

[6]Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), hlm. 91

yang berjumlah 20 orang yang berada di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder atau data tangan kedua adalah data yang diperoleh lewat pihak lain, tidak langsung diperoleh oleh peneliti dari subjek penelitiannya.[7] Sumber data sekunder adalah sumber data pelengkap atau tambahan yang dibutuhkan dalam penelitian ini, yaitu Pimpinan lapas, Sipir warga binaan wanita, keluarga warga binaan wanita dan dokumen-dokumen yang ada di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah untuk mendapatkan data, tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan. Dalam penelitian kualitatif sumber data dipilih dan disesuaikan dengan tujuan penelitian. Proses pengumpulan data mengutamakan perspektif emik (mementingkan bagaimana responden memandang dan menafsirkan dunia sekitarnya). Penelitian kualitatif menggunakan metode pengumpulan data dengan cara wawancara, pengamatan dan

[7]*Ibid*, hlm. 91.

dokumentasi.[8] Adapun cara-cara dalam pengumpulan data pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Observasi

   Observasi adalah sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematik terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian.[9] Teknik ini menuntut adanya pengamatan dari peneliti baik secara langsung maupun tidak langsung terhadap objek penelitian. Alasan peneliti melakukan observasi untuk menyajikan gambaran realitas perilaku atau kejadian, menjawab pertanyaan, membantu mengerti perilaku manusia dan evaluasi yaitu melakukan pengukuran terhadap aspek tertentu melakukan umpan balik terhadap pengukuran tersebut. Adapun bentuk-bentuk observasi sebagai berikut:

   a. Observasi Partisipan (*Partisipan Observation*)

      Observasi Partisipan (*Partisipan Observation*) adalah metode pengumpulan data yang digunakan untuk menhimpun data penelitian yang digunakan untuk menghimpun data penelitian melalui pengamatan dan pengindraan di mana *observer* atau peneliti benar-benar terlibat dalam keseharian responden.

   b. Observasi Non Partisipan (*Non- Partisipan Observation*)

      Pada observasi ini peneliti atau pengamat harus mampu mengembangkan daya pengamatannya dalam mengamati suatu objek.

---

[8] Ahmad Nizar Rangkuti, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, PTK, Dan Penelitian Pengembangan*, (Bandung: Cita Pustaka Media, 2015), hlm. 143.

[9] Margona, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hlm. 158.

c. Observasi Kelompok Tidak Terstruktur

Observasi Kelompok Tidak Terstruktur adalah observasi yang dilakukan secara kelompok terhadap suatu atau beberapa objek sekaligus.[10]

Observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi non partisipan, yaitu observasi yang dilakukan dengan cara tanpa melibatkan diri untuk mengetahui tentang problematika psikologis yang dihadapi warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.

2. Wawancara

Wawancara adalah alat pengumpulan informasi dengan cara mengajukan sejumlah pertanyaan secara lisan untuk dijawab secara tertulis.[11] Adapun bentuk-bentuk wawancara sebagai berikut:

a. Wawancara Terstruktur

Wawancara ini dimulai dari isu yang dicakup dalam pedoman wawancara. Pedoman wawancara bukanlah jadwal seperti dalam penelitian kuantitatif. Konsekuensi pertanyaan tidaklah sama pada setiap partisipan bergantung pada proses wawancara dan jawaban tiap individu. Namun pedoman wawancara menjamin bahwa peneliti mengumpulkan jenis data yang sama dari para informan.

[10] Juliansyah Nor, *Op.Cit*, hlm. 140.
[11] Margono, *Op. Cit*, hlm.158.

b. Wawancara Tidak Terstruktur

Wawancara tidak terstruktur, tidak berstandar, informal, atau berfokus dimulai dari pertanyaan umum dalam area yang luas pada penelitian. Wawancara ini biasanya diikuti oleh suatu kata kunci, agenda atau daftar topik yang akan dicakup dalam wawancara. Namun tidak ada pertanyaan yang ditetapkan sebelumnya kecuali dalam wawancara yang awal sekali. Jenis wawancara ini bersifat fleksibel dan memungkinkan peneliti mengikuti minat dan pemikiran partisipan. Pewawancara dengan bebas menanyakan berbagai pertanyaan kepada partisipan dalam urutan maupun bergantung pada jawaban.[12]

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan wawancara tidak terstruktur dan diajukan kepada warga wanita yang berjumlah 20 orang dan pegawai serta keluarga warga binaan wanita di-Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan.

3. Dokumen

Dalam penelitian kualitatif pada umumnya diperoleh dari sumber manusia atau *human resources* melalui observasi atau wawancara. Di-samping itu, ada pula sumber data bukan manusia atau *non-human resources,* antara lain berupa dokumen, foto, dan bahan statistik.

[12] *Ibid.*,hlm. 159.

Dokumen terdiri atas tulisan pribadi seperti buku harian, surat-surat, dokumen resmi.[13]

Adapun dokumnen adalah segala bahan dalam bentuk fisik yang mampu untuk mendukung kepentingan dalam penelitian. Dengan teknik dokumentasi ini, peneliti mengambil data-data tertulis, seperti buku-buku, peraturan-peraturan dan jadwal-jadwal yang ada di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.

D. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses secara sistematis untuk mengkaji dan mengumpulkan transkrip wawancara, catatan lapangan, dokumentasi dan hal-hal lain. Menurut Bogdan di dalam buku karangan Ahmad Nizar Rangkuti, mengatakan bahwa analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lainnya, sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain.[14]

Adapun langkah- langkah yang akan dilaksanakan adalah sebagai berikut:

1. Menelaah Seluruh Data yang Dikumpulkan Dari Sumber Data

   Langkah pertama yang akan dilaksanakan dengan cara pencarian data yang diperlukan terhadap berbagai jenis data dan bentuk data

[13]Ghony Djunaidi, *Metode Penelitian Kualitatif,* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media2, 2012), hlm. 200.

[14]Ahmad Nizar Rangkuti, *Op.Cit,* hlm.169.

yang ada di lapangan kemudian melaksanakan pencatatan di lapangan.[15]

2. Reduksi Data (*Reduction Data*)

Mereduksi data adalah merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Dengan demikian data yang direduksi akan memiliki gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencari bila diperlukan. Reduksi merupakan proses berfikir sensitif yang memerlukan kecerdasan, dan keluasan dan kedalaman wawasan yang tinggi. [16]

3. Penyajian Data (*Display Data*)

Setelah data direduksi maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data. Dalam penelitian ini, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, dan sejenisnya. Maka peneliti menguji yang telah ditemukan pada saat memasuki lapangan yang masih bersifat hipotetik itu berkembang atau tidak. Bila setelah memasuki lapangan ternyata hipotesis yang dirumuskan selalu didukung oleh data pada saat dikumpulkan di lapangan, maka hipotesis tersebut terbukti, dan akan berkembang menjadi teori yang grounded. Teori *grounded* adalah teori yang ditemukan secara induktif, berdasarkan data-data

[15]Lexy J Moleong. *Log. Cit.*
[16]Ahmad Nizar Rangkuti. *Log. Cit.*

yang ditemukan di lapangan dan selanjutnya diuji melalui pengumpulan data yang terus menerus. Bila pola-pola yang ditemukan telah didukung oleh data selama penelitian, maka pola tersebut sudah menjadi pola yang baku yang tidak lagi berubah. Pola tersebut selanjutnya didisplaykan pada laporan akhir penelitian.

4. Kesimpulan (*Conslusion*)

Kesimpulan merupakan tindakan peneliti dalam menginterprestasikan data, menggambarkan makna dari data display. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan awal berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang ditemukan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan kredibel.[17]

Kesimpulan adalah temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu objek yang sebelumnya masih remang-remang atau gelap sehingga setelah diteliti menjadi jelas, dapat berupa hubungan kausal atau interaktif, hipotesis atau teori.[18]

[17]*Ibid.*, hlm. 173.
[18]Sugiyono, *Metode Penelitian Bisnis* (Bandung: Alfabeta CV, 2016), hlm. 438.

Adapun kesimpulan menurut penulis adalah hasil temuan yang diperoleh dari hasil penelitian. Sehingga hasil temuan tersebut dapat dijabarkan dan dipelajari dengan mudah dalam suatu karya ilmiah.

E. Pengujian Keabsahan Data

Keabsahan data merupakan konsep penting yang diperbaharui dari konsep kesahihan (validitas) dan keandalan (realibitas) menurut versi positisme dan disesuaikan dengan tuntutan pengetahuan, kriteria dan paradigma alamiahnya sendiri. Adapun teknik pemeriksaan keabsahan data pada penelitian kualitatif adalah sebagai berikut:

1. Ketekunan Pengamatan

   Untuk memperoleh derajat keabsahan yang tinggi, maka jalan penting lainnya adalah dengan meningkatkan ketekunan dalam pengamatan di lapangan. Pengamat bukanlah suatu teknik pengumpulan data yang hanya mengandalkan kemampuan pancaindra, namun juga menggunakan semua pancaindra termasuk adalah pendengaran, perasaaan dan insting peneliti.[19]

2. Triangulasi

   Triangulasi diartikan sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah ada. Bila peneliti melakukan pengumpulan data dengan triangulasi, maka sebenarnya peneliti mengumpulkan data sekaligus menguji kredibilitas data yaitu mengecek kredibilitas data

[19]Burhan Bungin, *Op.Cit*., hlm. 264.

dengan berbagai teknik pengumpulan data dan berbagai sumber data.[20]

Adapun langkah-langkahnya adalah sebagaimana di bawah ini:

a. Membandingkan data hasil pengamatan dengan hasil wawancara.
b. Membandingkan apa yang dijelaskan oleh sumber data melalui hasil wawancara dengan kenyataan yang ada.
c. Membandingkan dengan fakta di lapangan.[21]

Adapun triangulasi menurut penulis adalah suatu teknik untuk mendapatkan data yang akurat. Dalam pengumpulan data penelitian sering dijumpai ketidaksamaan antara data yang diperoleh dari narasumber satu dengan yang lain, maka digunakan teknik ini untuk memperoleh kesimpulan yang pasti dan akurat.

[20]Sugiono.*Log. Cit.*

[21]Syukur Kholil, *Metodologi Penelitian Komunikasi* (Bandung: Citapustaka Media, 2006), hlm. 133.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan

1. Sejarah Berdirinya Lembaga Pemasyarakatan

Sebelum tahun 1980-an Lembaga Pemasyarakatan Padangsidimpuan berdomisili di Pusat Kota Padangsidimpuan, karena bangunannya adalah bangunan peninggalan Zaman Hindia–Belanda sehingga sudah tidak memungkinkan lagi sebagai tempatnya Lembaga Pemasyarakatan di dalam kota. Maka pada tahun 1980 turunlah anggaran Pembangunan Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan berupa Bangunan Gedung Kantor Permanen Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan yang diperoleh tanggal 12 Maret 1980, di atas tanah seluas 18.000 m^2 yang terletak di Jalan Lintas Sumatera Km.7 No. 28, Desa Purbatua Pijorkoling, Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara, Kota Padangsidimpuan, Propinsi Sumatera Utara.

Pada tahun 1984 Lembaga Pemasyarakatan yang baru ditempati, dengan pimpinan Bapak M. Hatta Boerhanuddin dan diresmikan tanggal 13 Maret 1984 oleh Bapak Radjo Harahap, SH selaku Kepala Kantor Wilayah Departemen Kehakiman Sumatera Utara pada masa itu. Pada tahun 1986 Lembaga Pemasyarakatan Padangsidimpuan berubah menjadi Rumah Tahanan Negara Padangsidimpuan yang dipimpin oleh:

a. Bapak Kobin Sipayung dari tahun 1986 s.d 1988.
b. Bapak Tulus Wijayanto, Bc.IP, SH. dari tahun 1988 s.d 1995
c. Bapak Drs. Haviluddin, Bc.IP. dari tahun 1995 s.d 1999
d. Bapak Surono, Bc.IP, SH. dari tahun 2000 s.d 2004
e. Semasa kepemimpinan Bapak Surono, Bc.IP, SH, Rumah Tahanan Negara Padangsidimpuan berubah kembali menjadi Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan sampai dengan tahun 2004
f. Bapak Amran Silalahi, Bc.IP dari tahun2004 s.d 2008. Tahun 2008
g. BapakDrs. Wawan Indiarto, Bc.IP, M.Si. dari tahun 2008 s.d 2009 Padaakhir tahun 2009 Lembaga Pemasyarakatan Klas IIB Padangsidimpuan dipimpin oleh Bapak Sugeng Irawan, Bc.IP, SH. dari tahun 2009 s.d 2012
h. Bapak Mara Sutan, SH. dari tahun 2012 s.d 2014
i. Bapak M.D. Sarwono, Bc.IP.,SH.,M.Si. dari tahun 2014 s.d Desember 2016
j. Bapak Porman Siregar, Amd.IP.,S.H.,M.H. dari Januari 2017 s.d September 2018
k. Bapak Haposan Silalahi, Amd.IP.,S.Sos. dari September 2018 s.d sekarang.[1]

[1] Dokunentasi, Profil Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan Pada Tanggal 24 Juli 2019.

2. Visi dan misi lembaga

   a. Visi Lembaga Pemasyarakatan Klas II B Padangsidimpuan

      "Pulihnya kesatuan hubungan hidup, kehidupan dan penghidupan warga binaan pemasyarakatan sebagai individu, anggota masyarakat dan makhluk Tuhan YME."

   b. Misi Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan

      Melaksanakan perawatan, pembinaan dan pembimbingan warga binaan pemasyakatan dalam kerangka penegakan hukum, pencegahan dan penanggulangan kejahatan serta pemajuan dan perlindungan Hak Asasi Manusia.[2]

3. Keadaan Pegawai Lembaga dan Warga Binaan

   Adapun keadaaan pegawai yang dimiliki Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan adalah sebagai berikut:

   a. Jumlah Pegawai :66 orang

   b. Berdasarkan Jenis Kelamin

      1) Pegawai Laki-Laki :56 orang

      2) Pegawai Perempuan :10 orang

   c. Berdasarkan Jabatan

      1) Kepala Lembaga Pemasyarakatan :1 orang

      2) Kepala Seksi :4 orang

      3) Kepala Sub Seksi :7 orang

      4) Petugas Penjagaan :41 orang

[2]Dokumentasi, Visi dan Misi Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan Pada Tanggal 24 Juni 2019.

5) Petugas Staf :13 orang

d. Berdasarkan Golongan

1) Golongan IV :1 orang

2) Golongan III :23 orang

3) Golongan II :42 orang

4) Golongan I :-

e. Berdasarkan Pendidikan

1) Doktoral (S3) :- orang

2) Pasca Sarjana (S2) :- orang

3) Sarjana (S1) :22 orang

4) Diploma (DIII) :- orang

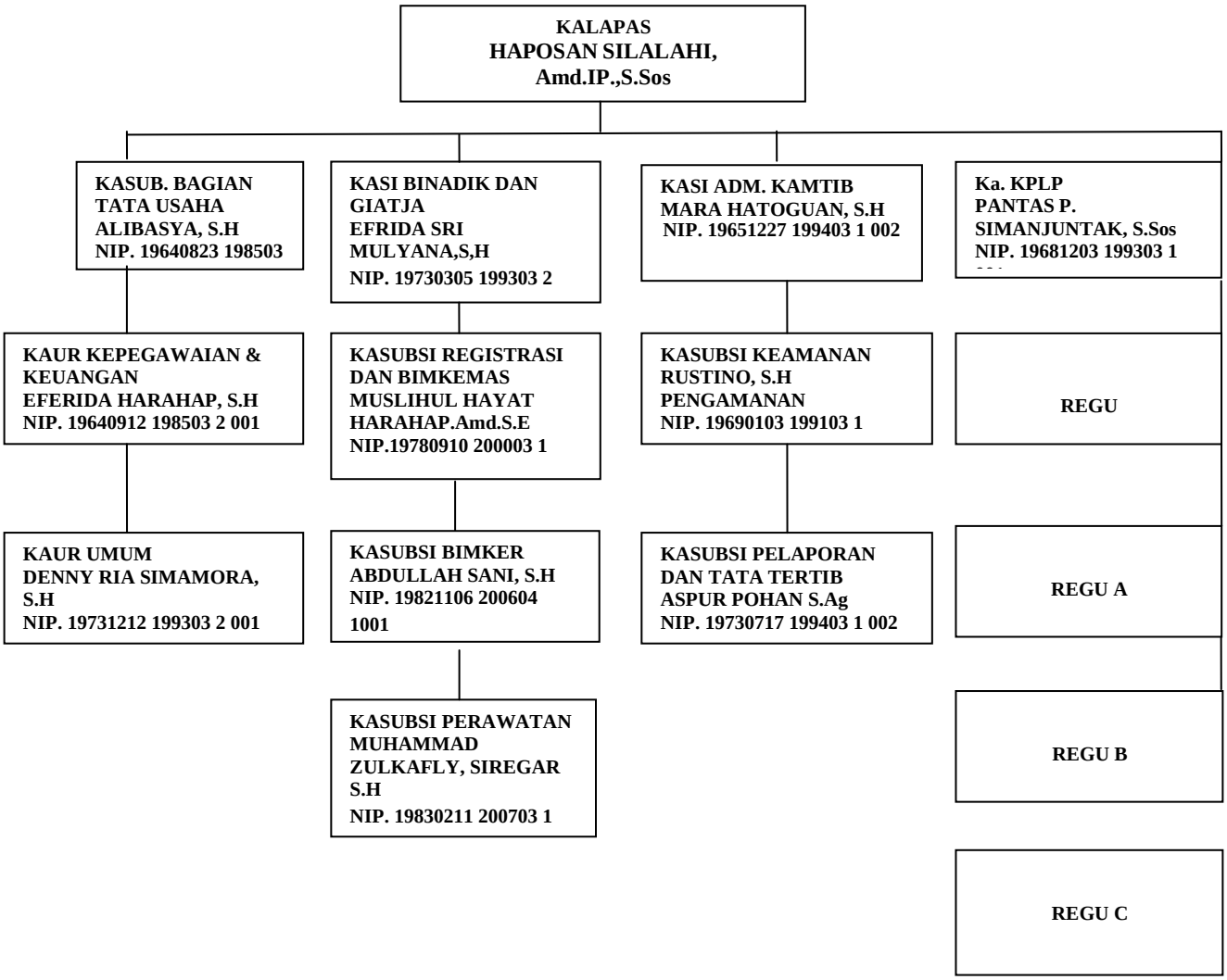
5) Sekolah Menengah Atas (SMA) :44 orang

6) Sekolah Menegah Pertama (SMP) :- orang

7) Sekolah Dasar (SD) :- orang[3]

[3]Dokumentasi, Keadaan Pegawai Lembaga dan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, Pada Tanggal 24 Juni 2019.

4. Struktur Organisasi Lapas Kelas II B Padangsidimpuan[4]



[4]Dokumentasi, Struktur Organisasi Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan Pada Tanggal 04 Juli 2019.

5. Keadaaan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan

Jumlah warga binaan pada tahun 2019 di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan yaitu sebagai berikut[5]:

NO	Golongan		Keadaan		
			Laki-Laki	Perempuan 14	Jumlah
1	Narapidana	BI	429		429
		BIIa	12	5	17
		BIIb	1	-	1
		BIIIs	7	-	7
2	Tahanan	AI	30	1	31
		AII	12	-	12
		AIII	44	-	44
		AIV	-	-	-
		AV	-	-	-
3	Total		535	20	541

6. Sarana dan Prasarana
   a. Ruang Kepala Lembaga Pemasyarakatan
   b. Ruang Portir
   c. Ruang Bendahara

[5]Dokumentasi, Keadaan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, Pada Tanggal 06 Juli 2019.

d. Ruang Registrasi
e. Pos Komandan Jaga
f. Dapur
g. Ruang Keuangan dan Kepegawaian
h. Ruang Tata Usaha
i. Ruang Staf KPLP
j. Ruang Gudang Beras
k. Ruang Tamu/Besukan
l. Ruang Aula/Gedung Serba Guna
m. Ruang Belajar Paket yang bekerjasama dengan Dinas Pendidikan
n. Ruang Kasi. Binadik dan Giatja
o. Ruang Perawatan dan Poliklinik
p. Ruang Adm. Kamtib
q. Ruang Ka. KPLP
r. Kantin
s. Ruang Bimbingan /Kegiatan Bengkel Kerja
t. Masjid
u. Gereja
v. Lapangan Upacara dan Olahraga
w. Lapangan Volly
x. Pos Bapas
y. Wartel Pas[6]

[6]Dokumentasi, Sarana dan Prasarana Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan,Pada Tanggal 06 Juli 2019.

7. Pelaksanaan Kunjungan Warga Binaan Pemasyarakatan

Setiap Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) berhak untuk menerima kunjungan baik itu dari keluarga, kerabat, penasehat hukum, rohaniawan, dokter pribadi, maupun badan sosial.[7] Dalam hal ini proses pelaksanaan kunjungan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan meliputi :

a. Jadwal Kunjungan :
   1) Tahanan : Hari Senin, Rabu dan Jumat
   2) Narapidana : Hari Selasa, Kamis dan Sabtu
   3) Pagi : 09.00 WIB s.d 12.00 WIB
   4) Siang/sore : 14.00 WIB s.d 16.00 WIB

b. Peraturan Kunjungan
   1) Pengunjung/pembesuk masuk melalui portir, kemudian dilakukan pemeriksaan identitas/penggeledahan badan dan barang/benda yang dibawanya oleh Petugas P2U Pria dan Piket P2U Wanita.
   2) Pemeriksaan dan penggeledahan dimaksudkan untuk mencegah masuknya barang/benda terlarang berupa narkoba, senjata tajam, senjata api, *handphone*, dan lain–lainnya. Pengunjung/Tamu dilarang membawa *handphone* (HP) dan wajib dititipkan pada Petugas P2U dengan menggunakan kupon/kartu kunjungan

[7]Peraturan Pemerintah Republk Indonesia Nomor 8 Tahun 1999 Tentang Syarat-Syarat dan Tata Cara Pelaksanaan, Tugas Dan Tanggung Jawab Perawatan Tahanan, Bab IV Hak dan Kewajiban Tahanan , Paragraf 7 Tentang Kunjungan, Pasal 37, Ayat 1.

sebagai bukti kunjungan/penitipan barang dan dapat diambil setelah yang bersangkutan selesai melakukan kunjungan.

3) Setelah diperiksa, kemudian tamu/pengunjung masuk menuju Pos Komandan Jaga untuk diberikan stempel sebagai tanda/bukti bertamu, dan setelah distempel langsung menuju ruang tamu/besukan untuk didaftarkan oleh petugas akan siapa yang ingin dikunjungi/dibesuk.
4) Kemudian petugas yang mengawasi ruang tamu berkoordinasi dengan petugas penjagaan untuk menanyakan apakah WBP yang ingin dibesuk tersebut mengenal siapa yang mengunjunginya.
5) Apabila WBP tersebut mengenali tamunya, maka petugas jaga blok menggeledah WBP tersebut sebelum dan sesudah melakukan proses kunjungan, baik badan maupun barang bawaannya untuk memastikan ada atau tidaknya barang/benda terlarang yang dibawa.
6) Selama proses kunjungan/besukan petugas selalu mengawasi setiap gerak–gerik dan perilaku orang–orang yang berada pada ruang besukan baik itu WBP maupun tamunya untuk menjaga dan menghindari kemungkinan dan hal buruk/terlarang yang bisa saja terjadi.
7) Setelah kunjungan selesai dan sebelum keluar Lembaga Pemasyarakatan,pengunjung/tamu WBP, diperiksa dan diteliti

kembali oleh Komandan Jaga dan kemudian oleh petugas P2U akan kebenaran dan kecocokan sesuai dengan identitasnya agar tidak terjadi kekeliruan akan siapa yang keluar, karena bukan sesuatu hal yang mustahil terdapat salah seorang WBP yang keluar secara tidak sah dan hal–hal yang tidak diinginkan yang mungkin saja bisa terjadi.[8]

B. Temuan Khusus

1. Intensitas Dukungan Keluarga Dalam Mengurangi Tingkat Stres Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan

Dukungan keluarga merupakan salah satu bentuk terapi. Melalui dukungan keluarga berbagai masalah dapat diatasi, baik masalah kesehatan ataupun masalah dalam kehidupan. Seringnya komunikasi antara keluarga mampu mempererat kerukunan dalam keluarga dan dengan adanya dukungan keluarga masalah hidup bisa diselesaikan. Termasuk sering atau tidaknya keluarga dalam mengunjungi warga binaan mampu mempengaruhi tingkat kondisi stres warga binaan wanita. Adapun intensitas dukungan keluarga dalam mengurangi tingkat stres warga binaan, dapat dilihat dari sering atau tidaknya keluarga mengunjungi warga binaan dengan katagori sebagai berikut:

a. Sangat sering :9-12 kali dalam sebulan
b. Sering :5-8 kali dalam sebulan

[8]Dokumentasi, Pelaksanaan Kunjungan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, Pada Tanggal 10 Juli 2019.

c. Kadang-kadang : 1-4 kali dalam sebulan

d. Tidak pernah : tidak ada dalam sebulan

Untuk selanjutnya, maka dilakukanlah wawancara kepada warga binaan, keluarga warga binaan dan pihak Lembaga Pemasyarakatan. Seberapa sering keluarga dalam mengunjungi warga binaan. Berikut ini penjelasan sering atau tidaknya keluarga dalam mengunjungi warga binaan.

a. Sangat Sering

Berdasarkan hasil wawancara dengan warga binaan lembaga pemasyarakatan berinisial TZH, ia mengatakan:

> "Memang saya dikunjungi 12 kali dalam sebulan atau 3 kali dalam seminggu. Mereka mengunjungi saya supaya selalu semanga. Saya senang mereka sangat peduli dengan saya".[9]

Berdasarkan wawancara dengan keluarga TZH yang berinisial ibu R, ia mengatakan:

> "Ibu memang selalu menyempatkan diri bahkan membuat waktu luang untuk mengunjungi anak ibu ini, memang dalam 3 kali seminggu mengunjunginya. Ibu selalu bawakan lauk, makanan, dan pakaian. Ibu tidak lupa untuk memberikannya nasehat untuk bersabar lebih banyak mendekatkan diri kepada Allah SWT".[10]

Berdasarkan hasil wawancara dengan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan berinisial ESH, ia mengatakan:

---

[9]TZL, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 27 September 2019.

[10]Ibu R, Keluarga Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 27 September 2019.

> "Kalo saya, dikunjungi keluarga paling cuma 3 kali dalam seminggu. Mamak kakak kalo datang pastinya membawakan keperluan sehari-hari, entah itu makanan atau baju. Jika mamak datang ke sini selalu mengingatkan untuk tidak telat makan, jangan lupa beribadah, perbuatan ini jangan diulangi lagi".[11]

Berdasarkan observasi di lapangan dapat diketahui bahwa, kondisi psikologis warga binaan yang dikunjungi 9-12 kali dalam sebulan lebih baik, jika dibandingkan dengan warga binaan wanita yang dikunjungi 5-8 kali dalam sebulan ataupun 1-4 kali dalam sebulan. Apalagi dibandingkan dengan warga binaan yang tidak pernah dikunjungi keluarganya. Mereka lebih sering tersenyum dan tertawa dengan kawannya.[12]

b. Sering

Adapun pengertian sering yaitu kerap dikerjakan atau acap dikerjakan. Maka yang dimaksud sering dalam penelitian ini, kunjungan keluarga dalam mengunjungi warga binaan wanita selama seminggu. Apabila keluarga mengunjungi warga binaan wanita 5-8 kali dalam sebulan, maka dapat dikatagorikan sering. Berdasarkan wawancara dengan salah satu keluarga warga binaan yaitu Ibu Ana, ia mengatakan:

> "Ibu hanya bisa mengunjungi kakak mu seminggu sekali. Ketika ibu mengunjungi, kakak mu tidak banyak mengeluh, apalagi ngeluh tentang keberadaan di lapas. Cuma katanya kalo udah liat ibu udah enak lah rasanya, biarpun gitu ibu tetap ngasih nasehat untuk mau merubah sifatnya, agar rajin sholat. Memang ketika

[11]ESH, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 27 September 2019.

[12]Hasil Observasi, Pada Tanggal 19 Agustus 2019.

ngunjungi waktu nya dibatasi, kalo gak salah cuma bisa satu jam".[13]

Berdasarkan hasil wawancara dengan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan berinisial ALP, ia mengatakan:

"Kakak dikunjungi orang mamak kan dek 2 kali dalam seminggu, di situ mamak sama anak kakak yang masih kecil membawakan makanan kesukaan kakak. Kalau udah mamak datang rasa jenuh, bosan dan stres kakak hilang. Meskipun ketika menunjungi hanya bisa sesaat tapi rindu dengan keluarga itu sudah terobati".[14]

Berdasarkan hasil wawancara dengan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan, berinisial YNL, ia mengatakan:

"Kakak pun sama kayak kakak ALP. Kalo udah keluarga datang, kami sering makan bareng di sini, memang keluarga kakak sering kali membawakan lauk, alat mandi seperti, sabun, pasta gigi dan lainnya, dan cemilan. Ketika mengunjungi, keluarga kakak memang gak pernah lupa ngasih semangat, nasehat dan selalu mengatakan untuk jangan mengulangi lagi kesalahan ini".[15]

Senada dengan warga binaan wanita YNL, warga binaan berinisial NH mengatakan:

"Kakak kalau dikunjungi sama keluarga kakak 1 kali seminggu, yang mereka bawakan untuk kakak itu duit, lauk ditambah sabun dan alat-alat mandi. Setiap keluarga pastinya lah dek ngasih nasehat ini itu, tapi yang terpenting berubah untuk menjadi insan yang baik, jauh lebih baik dari sebelumnya".[16]

Berdasarkan hasil wawancara dengan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Berinisial W, ia mengatakan:

---

[13]Ibu Ana, Keluarga Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tangal 15 Agustus 2019.

[14]ALP, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 15 Agustus 2019.

[15]YNL, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 15 Agustus 2019.

[16]NH, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 15 Agustus 2019.

> "Saya kak memang dikunjungi itu dua kali dalam seminggu. Cuma gak enak juga kak di Lapas, suntuk juga, pingin cepat keluar biar bisa gabung lagi sama kawan-kawan kak".[17]

Berdasarkan observasi di lapangan dapat diketahui bahwa, kondisi psikologis warga binaan yang dikunjungi 5-8 kali dalamsebulan ini baik jika dibandingkan dengan warga binaan wanita yang dikunjungi 1-4 kali dalam sebulan ataupun yang tidak pernah sama sekali dikunjungi keluarganya. Walaupun rasa jenuh, keinginan cepat pulang selalu dirasakan oleh warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan.[18]

c. Kadang-Kadang

Adapun "jarang" dapat diartikan yaitu dengan dikerjakan atau sekali-sekali dikerjakan, maka yang dimaksud kadang-kadang dalam penelitian ini, yaitu kunjungan keluarga dalam mengunjungi warga binaan wanita 1-4 kali selama sebulan, maka dapat dikatagorikan jarang. Berdasarkan wawancara dengan salah satu keluarga warga binaan yaitu Ibu Hidayati, ia mengatakan:

> "Kalau ibu mengunjungi anak ibu 2 kali dalam sebulan. Karena jarak rumah ibu cukup jauhlah nang dari lapas, belum lagi kerjaan ibu yang banyak. Jadi cuma bisa jenguk 2 kali dalam sebulan, kalo ibu jenguk kan nang, kakak mu yang banyak ceritanya, kalau soal ngeluh, dia memang anaknya gak suka ngeluh. Kalau ada masalah suka mendam sendiri, cukup dewasa, pas ibu jenguk bawa makanan, bawa buah-buahan kesukaan kakak mu nang.

[17]W, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 15 Agustus 2019.

[18]Hasil Observasi, Pada Tanggal 15 Agustus 2019.

> Kalau ibu jarang ngasih motivasi, karna ibu liat anaknya tanpa banyak motivasi dia udah paham apa yang harus dia buat".[19]

Berdasarkan wawancara dengan salah satu keluarga warga binaan yaitu Ibu Rahma, ia mengatakan:

> "Kalo orang ibu nang, cuma bisa ngunjungi sebulan sekali. Karena jarak rumah ke lapas, ditambah lagi saya sudah tua. Kalo saya ngunjungi anak saya itu, anak saya itu sering curhat kondisi di Lembaga Pemasyarakatan ini, anak saya sering ngeluh bosan di sini. Saya hanya bisa mengatakan sabar. Jika saya datang, saya sering membawakan makanan kesukaannya yaitu sambal ikan teri".[20]

Berdasarkan wawancara dengan salah satu keluarga warga binaan yaitu Bapak Harlin Munawan, ia mengatakan:

> "Ya bapak kalo ngunjungi cuma bisa hari kamis, misalnya hari ini kamis untuk ngunjunginya ketemu kamis depan, jadi intinya bapak menjenguk seminggu sekali itupun cuma bisa hari kamis. kalau pas jenguk memang gak banyak ngeluh, meskipun kayak gitu, bapak tetap ngasih motivasi kalo udah keluar, jangan nyusahin lagi, cukup kesalahan ini aja jangan di ulangi, jangan jadi beban, sholat jangan lupa. Bapak kalo ngunjungi bawa nasi, bawa sambal, yang bisa bertahan agak lama, seperti sambal tempe, bawa duit, boleh bawa duit tapi dibatasi hanya Rp. 300.000 dan tidak boleh melebihi dari situ. Selama bapak liat anak bapak di lapas bukan makin kurus dan bukan makin gemuk, tetap seperti dulu".[21]

Berdasarkan hasil wawancara dengan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan, berinisial SR, ia mengatakan:

> "Kakak dikunjungi keluarga itu hanya menjenguk sekali dalam seminggu. Jika keluarga datang kakak itu senang kali, beban dan resah jadi hilang. Kalo udah datang keluarga jenguk kakak, kakak itu dibawain baju dan cerita bareng walaupun sebentar,

---

[19]Ibu Hidayati, Keluarga Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tangal 19 Agustus 2019.

[20]Ibu Rahma, Keluarga Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tangal 19 Agustus 2019.

[21]Bapak Harlin Munawan, Keluarga Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tangal 19 Agustus 2019.

kami sempat untuk bercanda bareng. Nasehat yang di berikan keluarga untuk kakak cuma bilang, inilah jadi pembelajaran dihari kemudian, untuk kedepannya agar berbuat baik dan meninggalkan keburukan".[22]

Berdasarkan wawancara dengan salah satu warga binaan yang berinisial NN, ia mengatakan:

"Ya setiap orang pastinya sedih kalo udah jauh dari keluarga, apalagi tinggalnya di lapas. Inginnya cepat pulang, terus ingin merasakan pelukan hangat dari orang yang saya sayang dek, yang biasanya selalu ada untuk mendengarkan dan memberikan motivasi, apalagi dukungan untuk saya dek. Memang senang jumpa mereka, walaupun hanya bisa mengunjunginya sekali seminggu atau 4 kali dalam sebulan kesininya.[23]

Berdasarkan hasil wawancara dengan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan berinisial ISH, ia mengatakan:

"Kalau saya kak, satu kali seminggu dikunjungi. Ketika dikunjungi rasa senang dan sedih bahkan stres hilang. Karena, datang keluarga. Walaupun kayak gitu, saya ingin cepat bebas dan bisa berkumpul dengan keluarga".[24]

Berdasarkan hasil wawancara dengan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan berinisial LL, ia mengatakan:

"Ibu dikunjungi sama keluarga 1 kali dalam dua minggu. Akan tetapi, keluarga kakak gak bisa lama kali, hanya sebentar liat wajah dan cerita nanya kabar udah selesai. Setelah itu meraka

---

[22]SR, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 19 Agustus 2019.

[23]NN, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 19 Agustus2019.

[24]ISH, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 19 Agustus 2019.

pulang. Walaupun kayak gitu, kakak udah senang kali, rasa rindu nya sudah terobati".[25]

Berdasarkan wawancara dengan salah satu warga binaan adalah yang berinisial SSW, ia mengatakan:

"Ketika keluarga mengunjungi ibu, mereka gak pernah lupa membuatkan makanan kesukaan ibu, melengkapi keperluan ibu di sini. Seperti alat-alat untuk mandi. Pastilah keluarga ketika mengunjungi selalu mengingatkan agar kesalahan ini tidak terulang lagi, meskipun mereka hanya bisa mengunjungi ibu 1 kali dalam sebulan".[26]

Berdasarkan wawancara dengan salah satu warga binaan adalah yang berinisial YDN, ia mengatakan:

"Mau gimana lagilah dek, kakak memang sama kayak gini sebulan sekali, tapi lega kalo udah jumpa walaupun pinginnya mereka lama di sini.[27]

Berdasarkan hasil observasi di lapangan dapat diketahui bahwa, kondisi psikologis warga binaan yang dikunjungi keluarganya 1-4 kali dalam sebulan kondisi warga binaan wanita di lembaga pemasyarakatan lebih sering mengalami kesedihan.[28]

d. Tidak Pernah

Berdasarkan wawancara dengan salah satu warga binaan adalah yang berinisial NS, ia mengatakan:

---

[25]LL, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 19 Agustus 2019.

[26]SSW, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 19 Agustus 2019.

[27]YDN, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 19 Agustus 2019.

[28]Hasil Observasi, Pada Tanggal 19 Agustus 2019.

"Kalo perasaan sedih lah nak, udah 6 bulan baru bisa dikunjungi, itu pun belum tentu. Tapi bersyukurlah nak kayak gitu, setidaknya rasa kesepian dan rindu terobati ketika mereka udah datang.[29]

Berdasarkan wawancara dengan salah satu warga binaan adalah yang berinisial DPH, ia mengatakan:

"Kakak dikunjungi setahun sekali. Kalau udah datangkan dek keluarga, kami itu nangis bareng-bareng di sini. Walaupun orang mamak bawa makanan kesukaan kakak kalo pas datang ke sini, ya kami makan bareng-bareng. Walaupun kayak gitu, tetap aja bawaannya sedih. Kalo kakak itu pinginnya cepat-cepat dipindahkan ke lapas yang dekat sama kampung halaman jadi keluarga ngunjungi gak jauh-jauh, gak macam di sini jadi jarang dikunjungi karena jauh itu.[30]

Berdasarkan wawancara dengan salah satu warga binaan adalah yang berinisial AS, ia mengatakan:

"Kakak disini awal-awalnya agak stres, karena baru-baru pindah, dipindahkan dari Lapas Kota Pinang, di sana tempatnya melampaui kapasitas jadi dipindahkan ke sini. Kakak berpikir kayak mana lah orang-orangnya di sini dan ditambah makin stres karena jarak makin jauh sama kampung halaman, jadi keluarga hanya bisa mengunjungi setahun sekali".[31]

Berdasarkan wawancara dengan salah satu warga binaan adalah yang berinisial R, ia mengatakan:

"Kalau ibu kan dek sama, pokoknya hampir sama nya kami ini yang sama-sama dari Kota Pinang ini, walaupun kayak gitu misalnya ibu rindu sama anak-anak ibu ya bercanda sama kakak-kakak mu ini. Kalo kakak-kakak mu ini udah kayak anak sendiri makanya ibu dipanggil orang itu mak ndut, keluarga ibu cuma

[29]NS, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 27 September 2019.

[30]DPH, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 27September 2019.

[31]AS, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 27 September 2019.

> bisa mengunjungi ibu 1 kali dalam setahun tapi walaupun gitu sabar itulah nasehat anak-anak ibu".[32]

Berdasarkan wawancara dengan salah satu warga binaan adalah yang berinisial RT, ia mengatakan:

> "Kalo uwak nang dikunjungi anak-anak uwak hanya setahun sekali, karena anak-anak uwak udah pada jauh-jauh semua, pada ikut suami nya, terakhir uwak didatangi sama anak uwak yang terakhir sama calon suaminya minta ijin restu untuk menikah, yang sekarang udah jadi suaminya, suaminya itu seorang mualaf loh, nangis-nangis uwak, uwak doain lah orang itu keluarga nya bahagia selalu, uwak pun sedih pas nikahnya gak bisa datang. Tapi anak-anak uwak pada ngertiin kondisi uwak, bahkan ketika suami anak uwak mau pulang dipeluknya uwak sambil bilang mak yang sabar ya insya Allah aku bahagiain anak mamak ini. Perasaan uwak disitu senang bercampur sedih dan sekarang uwak pun masih sedih teringat situasi itu, udah gitu mereka jauh, sering kangen lah sama anak-anak dan cucu-cucu uwak lah nang".[33]

Namun ada juga warga binaan wanita yang belum pernah dikunjungi keluarganya, warga binaan wanita yang tidak pernah dikunjungi keluarganya berinisial SS, SN, SA. Alasan tidak pernah dikunjungi keluarga mereka karena biaya transportasi yang tidak cukup, sehingga tidak bisa mengunjungi ke Lembaga Pemasyarakatan.[34]

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu Sri sebagai Kasi Binadik dan Giatja (Kepala Sesi Bimbingan Narapidana/Anak Didik Dan Kegiatan Kerja) di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan mengatakan:

---

[32]R, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 27September 2019.

[33]RT, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 27 September 2019.

[34]Hasil wawancara warga binaan berinisial SS, SA, SN, Pada Tanggal 27 September 2019.

> "Jika untuk warga binaan wanita dek, itu kemungkinan tidak ada yang tidak pernah dikunjungi oleh keluarganya. Akan tetapi, untuk lebih jelasnya ditanya kepada warga binaan wanita siapa saja yang tidak pernah di kunjungi keluarganya, yang paling jarang dikunjungi keluarganya itu setahun sekali, bila daerah rumahnya jauh dari lapas, seperti dari sini kota pinang itulah dek, tapi jika dekat rumahnya ke sini, baru sering mengunjungi ada yang dua-tiga kali dalam seminggu".[35]

Berdasarkan hasil observasi di lapangan dapat diketahui bahwa, kondisi psikologis warga binaan yang dikunjungi keluarganya 1-2 kali dalam setahun memiliki kesehatan psikologis kurang baik karena mereka sering merasakan rindu. Sangat sering merasakan sedih yang berlarut-larut, serta stres yang dirasakan terkadang tidak bisa terkendalikan, suka murung.[36]

2. Kondisi Stres Warga Binaan Wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan

   a. Kondisi Fisiologis

Stres memiliki banyak efek pada sistem tubuh, level hormon, dan aktivitas otak, bahkan menyebabkan perubahan sistem imun menurun sehingga berdampak pada kondisi jasmaninya. Apabila jasmaninya sehat, maka kondisi fisiologis akan sehat. Untuk dapat mengetahui kondisi fisiologis warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan peneliti menemukan beberapa kondisi yang dialami warga binaan, yang apabila warga binaan mengalaminya, kemungkinan dapat dikatakan

[35]Efrida Sri Mulyana, Kasi Binadik dan Giatja Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 27 September 2019.

[36]Hasil Observasi, Pada Tanggal 27 September 2019.

mengalami stres. Adapun kondisi fisiologis yang peneliti temukan di lapangan adalah sebagai berikut:

1) Pernafasan Terganggu

Saat stres tubuh secara otomatis meningkatkan hormon kortisol, hormon yang memicu rasa stres. Pelepasan hormon ini ke dalam tubuh menyebabkan seseorang akan menarik nafas lebih pendek saat menegang dan menyebabkan penyempitan pada otot seseorang. Berdasarkan hasil wawancara dengan warga binaan lembaga pemasyarakatan berinisial RT, ia mengatakan:

> "Saya sering merasakan dada itu seperti tertekan apalagi jika udah ingat dengan keluarga. Terkadang sakit kepala karna terlalu memikirkan kondisi anak-anak di rumah bagaimana keadaannya".[37]

RT, juga merupakan warga binaan wanita berusia 40 tahun, alamat tinggalnya di Blangka Na Lomak. Selain RT yang mengalami gangguan pernafasan berupa seringnya merasakan dada seperti tertekan, warga binaan wanita berinisial NHS, juga merasakan hal yang sama. NHS, ia mengatakan:

> "Saya merasakan agak susah nafas bahkan sampai sering menarik nafas panjang, apalagi kalo udah teringat masa lalu saya. Saya merasakan kehilangan keluarga, karena mereka sudah pada jauh, terkadang saya mengeluh dalam hati sambil bilang nasib-nasib".[38]

---

[37]RT, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 24 Juli 2019.

[38]NHS, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 24 Juli 2019.

NHS juga merupakan warga binaan wanita berusia 43 tahun alamat tinggalnya di Pangaribuan. Selain warga binaan berinisial NHS, yang mengalami gangguan pernafasan berupa seringnya mengalami sesak nafas sampai menarik nafas panjang, warga binaan berinisial NN juga merasakan gangguan pernafasan. NN mengatakan:

> "Saya juga merasakan hal yang sama, apalagi kalo udah banyak mikir. Terus nangis sampai berlarut-larut, abis nangis itu saya agak susah nafas kadang sesak".[39]

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu Sri sebagai Kasi Binadik dan Giatja (Kepala Sesi Bimbingan Narapidana/Anak Didik Dan Kegiatan Kerja) di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, ia mengatakan:

> "Jika di sini dek, tidak ada warga binaan karena mereka tinggal di lapas terus dapat penyakit melainkan mereka sudah ada penyakit tersendiri yang mereka miliki sebelum mereka masuk ke lapas. Walaupun seperti itu, di sini ada pelayanan kesehatan, sehingga apabila sakit mereka kambuh maka akan diberikan pelayanan kesehatan untuk warga binaan di lapas ini dek".[40]

Berdasarkan hasil observasi di lapangan dapat diketahui, bahwa sebagian warga binaan wanita mengalami stres yang memiliki dampak pada kondisi fisiologis, salah satunya gangguan pernafasan yang ditandai dari berbicara dengan nada yang

---

[39]NN, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 24 Juli 2019.

[40]Efrida Sri Mulyana, Kasi Binadik dan Giatja Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 24 Juli 2019.

meninggi, padahal tidak sedang marah dan ada yang mengeluarkan suara yang parau atau serak.[41]

2) Sulit Tidur

Stres merupakan respons terhadap pristiwa sehari-hari yang mempengaruhi kondisi emosional, fisik, dan perilaku. Maka hal ini lah, seseorang menyebabkan sulit tidur saat stres. Berdasarkan hasil wawancara dengan warga binaan lembaga pemasyarakatan berinisial ALP, ia mengatakan:

> "Kalau kakak dek, sering kali pun mengalami sulit tidur, sering terbangun malam hari, mimpi buruk udah sering kali pun. Makanya sering sakit kepalanya, apalagi kalo udah mikiran anak kakak yang masih berumur 5 tahun, mikir anak yang masih umur segitu. Masa perlu-perlu kasih sayangnya dari seorang ibu".[42]

ALP juga merupakan warga binaan wanita berusia 28 tahun, alamatnya di Salambue. Seringnya mengalami sulit tidur bahkan mengalami mimpi yang buruk ditambah banyak memikirkan kondisi anak. Selain warga binaan wanita berinisial ALP, YNL juga senada dengan ALP, ia mengatakan:

> "Saya juga merasakan hal yang sama, apalagi kalo saya dapat kabar anak sakit. Suami saya harus mengurusnya, walaupun dibantu dengan ibu mertua. Tetapi perasaan saya dan pikiran saya tetap saja ke anak".[43]

---

[41]Hasil Observasi, Pada Tanggal 24 Juli 2019.

[42]ALP, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 26 Juli 2019.

[43]YNL, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 26 Juli 2019.

YNL juga merupakan warga binaan wanita berusia 28 tahun, alamat di Panjaitan, selain YNL warga binaan wanita berinisial YDN, ia mengatakan:

> "Kakak dek di sini seringkali merasakan sulit tidur kalo udah malam itu mau tidur aja pun susah, makanya sering bergadang. Jika udah bisa tidur sering mimpi buruk sampai terbangun, kalo udah terbangun susah lagi mau tidurnya, makanya sering pusing, sakit kepalanya, penglihatan jadi kabur sering lemas lah dek kalo udah pagi hari dek".[44]

YDN juga merupakan warga binaan wanita berusia 28 tahun, alamat Panyanggar, Salambue. Seringkali mengalami sulit tidur membuat kondisi fisik YDN kurang baik, bahkan berdampak dengan kondisi penglihatan. Selain YDN yang merasakan sulit tidur di Lembaga Pemasyarakatan, warga binaan wanita berinisial DPH merasakan hal yang sama, ia mengatakan:

> "Sama dengan kakak YDN dek, kami sering bergadang sama karena sering susah tidur ditambah lagi banyak mikir, masa tahanan saya yang tinggi, dan bagaimana kondisi kakak nantinya setelah keluar dari lapas. Jadi susah tidur kalo udah memikirkan ini semua".[45]

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu Sri sebagai Kasi Binadik dan Giatja (Kepala Sesi Bimbingan Narapidana/Anak Didik dan Kegiatan Kerja) di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, ia mengatakan:

---

[44]YDN, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 26 Juli 2019.

[45]DPH, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 26 Juli 2019.

> "Memang warga binaan di sini sangat sering mengalami sulit tidur terutama warga binaan wanita, mereka sulit tidur karena faktor pikiran. Apalagi warga binaan yang baru masuk ke lapas ini, mereka butuh penyesuaian dengan lingkungan di Lembaga Pemasyarakatan ini. Walaupun gitu, semua itu akan berlalu kalo udah 3-6 bulan di sini".[46]

Berdasarkan hasil observasi di lapangan dapat diketahui, bahwa sebagian warga binaan wanita mengalami sulit tidur hal ini merupakan salah satu dampak stres. Kondisi stres yang ditandai dengan adanya lingkaran mata pada bawah mata, mata merah, mata lelah, lemas dan lesu ketika siang hari, mengantuk dan keletih di siang hari. Warga binaan wanita mengeluhkan beberapa permasalahan seperti seringnya terbangun pada malam hari, sulit memulai tidur dan bahkan mengalami mimpi buruk.[47]

3) Gangguan Lambung

Stres jangka pendek dapat menyebabkan seseorang kehilangan nafsu makan dan proses pencernaan melambat. Jika stres ini berlangsung lebih lama dapat memicu penyakit pada lambung. Berdasarkan hasil wawancara dengan warga binaan lembaga pemasyarakatan berinisial SSW, ia mengatakan:

> "Saya itu kalo udah mulai sore atau pagi sering keringat dingin, kepala sering pusing dan sering deg-deg an gak tau apa yang dideg-deg an itu. Apalagi kalo udah mikir kapan lah keluar dan semoga ajalah cepat di pindahkan ke lapas yang dekat dengan kampung halaman. Sehinga orang tua bisa

[46]Efrida Sri Mulyana, Kasi Binadik dan Giatja Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 26 Juli 2019.

[47]Hasil Observasi, Pada Tanggal 26 Juli 2019.

> ngunjungi saya. Kalo udah mikirin itu, keluarlah pusing kadang mau sakit perutnya".[48]

SSW juga merupakan salah satu warga binaan wanita yang berusia 38 tahun, alamat di Kota Pinang, selain SSW warga binaan wanita berinisial R berusia 38 tahun yang sama-sama dari Kota pinang, ia mengatakan:

> "Sama dengan SSW, saya juga merasakan hal yang sama. Apalagi kalo udah merasa bosan, makanya kadang malas makan. Sering merasakan mual karena banya pikiran, makan sering terlambat. Makanya sampe sering sakit perut terkadang sampai merasa seperti dililit perutnya".[49]

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu Sri sebagai Kasi Binadik dan Giatja (Kepala Sesi Bimbingan Narapidana/Anak Didik dan Kegiatan Kerja) di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan mengatakan:

> "Seperti yang saya bilang kemaren sama adek, kalo warga binaan di sini terutama warga binaan wanita yang memiliki penyakit. Apalagi gangguan lambung itu cuma satu-satu yang mengalaminya, lagi pula di sini sudah ada poliklinik. Apabila warga binaan sakit akan ditangani di poliklinik sini dek".[50]

Berdasarkan hasil observasi di lapangan dapat diketahui, bahwa sebagian warga binaan wanita mengalami gangguan pada lambung dapat ditandai dengan jalannya agak bungkuk sambil memegang perut karena menahan sakit pada perutnya, lemas, lesuh, wajah yang pucat. Adapun gangguan lambung terjadi

---

[48]SSW, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 29 Juli 2019.

[49]R, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 29 Juli 2019.

[50]Efrida Sri Mulyana, Kasi Binadik dan Giatja Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 29 Juli 2019.

karena banyak berpikir tentang keluarga serta keinginan untuk bisa pindah ke lapas yang jaraknya tidak jauh dari kampung halamannya. Hal inilah yang membuat kondisi tubuh menjadi kurang sehat dan berdampak pada stres.[51]

b. Kondisi Psikologis

Kondisi psikologis dapat terjadi karena penurunan daya tahan tubuh seseorang, sehingga orang itu tidak dapat melakukan aktivitasnya. Gangguan tersebut muncul sebagai akibat dari emosi yang direpres. Hal-hal yang direpresi akan menentukan organ tubuh mana yang terkena penyakit. Untuk dapat mengetahui kondisi psikologis warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan, peneliti menemukan beberapa kondisi yang dialami warga binaan, yang apabila warga binaan mengalaminya, kemungkinan dapat dikatakan mengalami stres. Adapun kondisi psikologis yang peneliti temukan di lapangan adalah sebagai berikut:

1) Rasa Cemas

Kecemasan terjadi karena individu tidak mampu mengadakan penyesuaian diri terhadap diri sendiri di dalam lingkungan pada umumnya. Kecemasan timbul karena manifestasi perpaduan bermacam-macam proses emosi, frustasi, konflik, dan kondisi stres. Kecemasan yang disadari misalnya rasa berdosa.

[51]Hasil Observasi, Pada Tanggal 29 Juli 2019.

Kecemasan di luar kesadaran yang tidak jelas misalnya ketakuatan yang mendalam tetapi tidak diketahui sebab lagi. Berdasarkan hasil wawancara dengan warga binaan lembaga pemasyarakatan berinisial TZH, ia mengatakan:

> "Saya merasa cemas dan tidak tenang di sini apalagi jika udah teringat dengan keluarga sama anak-anak, teringat momen berkumpul bareng, bercanda bersama mereka".[52]

TZH adalah salah satu warga binaan wanita berusia 39 tahun, alamat di Sigiring-giring. Senada dengan TZH warga binaan wanita berinisial ESH, berusia 33 tahun, berasal dari Kota Pinang, Labuhanbatu Selatan. Ia mengatakan:

> "Ibu dek, kalo merasakan cemas itu biasanya yang ibu alami mudah tersinggung. Sering berfirasat buruk, makanya mudah nangis, gampang lesu. Sering mencemaskan masa depan, takut punya masa depan yang kelam. Ditambah cemas memikirkan anak di kampung, dek".[53]

Peneliti juga melakukan wawancara dengan salah satu warga binaan wanita yang lainnya berinisial NH, ia mengatakan:

> "Kakak sangat sering merasakan cemas, suka tersinggung, kalo udah tersinggung mudah marah, gampang nangis. Kakak dek, merasakan gak berdaya di sini, cemas, apakah nanti kakak mudah diterima masyarakat nantinya, takut masa depan yang kelam, kawan-kawan kakak disana takutnya makin menjauhi kakak".[54]

---

[52]TZH, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 31 Juli 2019.

[53]ESH, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 31 Juli 2019.

[54]NH, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 31 Juli 2019.

NH juga merupakan warga binaan wanita berusia 27 tahun, alamat Salambue. Selain NH, warga binaan wanita berinisial SA juga menceritakan perasaan cemasnya selama berada di Lembaga Pemasyarakatan, ia menuturkan:

> "Saya memang merasa cemas berada di lembaga pemasyarakatan ini, jauh dari orangtua belum lagi malu sama teman-teman saya. Saya cemas akan keadaan saya dan reaksi masyarakat ketika saya bebas nantinya. Saya malu jika teman-teman saya tidak mau lagi berteman dengan saya. Di sini pun tidak enak susah tidur, pikiran campur aduk gak tau harus gimana".[55]

SA juga merupakan salah satu warga binaan wanita berusia 28 tahun, alamat di Kota Pinang, Labuhanbatu Selatan. Berdasarkan hasil wawancara dengan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan, berinisial W, berusia 26 tahun, alamat Padang Matinggi, ia mengatakan:

> "Saya pun merasakan hal yang sama, saya merasa cemas. Apabila sudah memikirkan bagaimana kondisi saya ketika saya sudah bebas kelak, saya malu sama teman, dan orang-orang yang saya kenal. Saya khawatir nanti setelah bebas pasti orang menjauhi saya, karena tanggapan orang banyak kalo orang yang baru keluar dari lembaga pemasyarakatan pasti orang jahat, suka membunuh dan orang yang kejam. Sehingga terkadang saya berpikir untuk merantau keluar kota aja, itu lebih baik menurut saya".[56]

---

[55]SA, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 31 Juli 2019.

[56]W, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 31 Juli 2019.

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu Sri sebagai Kasi Binadik dan Giatja (Kepala Sesi Bimbingan Narapidana/Anak Didik dan Kegiatan Kerja) di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, ia mengatakan:

> "Pikiran negatif memang selalu timbul dan menyerang warga binaan terutama warga binaan wanita. Warga binaan wanita selalu merasakan cemas berada di lembaga pemasyarakatan dek, bentuk kecemasan yang sering dikeluhkan sama kita itu cemas kehilangan orang yang disayanginya, kehilangan pekerjaan, kehilangan reputasi, kehilangan keluarga, dan merasa cemas masa depannya akan hancur".[57]

Berdasarkan hasil observasi di lapangan dapat diketahui, bahwa sebagian warga binaan wanita mengalami kecemasan menandakan bahwa mereka memasuk kondisi stres yang dapat di tandai dengan tidak bisa tenang atau diam saja, tangan dan kaki terasa dingin, mudah tersinggung, sering sakit, menarik diri, jarang ikut berkumpul dengan yang lainnya, suka menyendiri, mulut kering, suka melamun. Adapun sebab warga binaan merasakan kecemasan, karena keluarga yang jarang menjenguk dan kondisi belum bisa menerima kenyataan. Sehingga, terus menerus menyalahkan diri sendiri. Mereka juga dihadapkan pada situasi/pengalaman yang baru dan dianggap dapat menghancurkan masa depannya, takut tidak diterima oleh keluarga dan

[57]Efrida Sri Mulyana, Kasi Binadik dan Giatja Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 31 Juli 2019.

lingkungan sekitarnya karena masyarakat yang menganggap mereka orang yang kejam.[58]

2) Sering Merasa Bingung

Kebingungan dialami oleh pikirannya yang terasa campur aduk dan tidak menentu bahkan sulit untuk berkonsentrasi. Berdasarkan hasil wawancara dengan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan berinisial SN, berusia 40 tahun, alamat Panyabungan, ia mengatakan:

> "Saya baru beberapa bulan yang lalu pindahan dari Lembaga Pemasyarakatan Kota Pinang. Ada rasa bingung bahkan pikiran saya campur aduk sampe sekarang masih mengalaminya. Saya gak tau harus gimana, sikap warga binaan yang lain bersahabat atau tidak, saya tidak bisa konsentrasi, ketika awal-awal mengikuti program pembinaan di Lembaga Pemasyarakatan ini".[59]

Berdasarkan hasil wawancara dengan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan, berinisial ISH, berusia 28 tahun, alamat Padangsidimpuan, ia mengatakan:

> "Saya juga merasakan hal yang sama. Saya ingin cepat pulang. Saya terkadang suka bingung mau apa yang saya ambil, suka bingung mau apa yang saya buat tadi dan pikiran saya itu sukanya berfokus kapan masa kebebasan tiba".[60]

---

[58]Hasil Observasi, Pada Tanggal 31 Juli 2019.

[59]SN, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 03 Agustus 2019.

[60]ISH, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 03 Agustus 2019.

Berdasarkan hasil wawancara dengan warga binaan lembaga pemasyarakatan berinisial SS, berusia 26 tahun, alamat Padangsidimpuan, ia mengatakan:

> "Kakak dek, selama berada di Lapas merasa kebingungan. Apalagi masa hukuman yang belum dijatuhkan, belum bisa beradaptasi dengan lingkungan dan semua penghuni lapas ini, ditambah lagi bingung karena belum terbiasa dengan kegiatan yang ada di Lapas ini, melakukan kegiatan pembinaan di Lapas ini pun masih kurang konsentrasi".[61]

Berdasarkan hasil observasi di lapangan dapat diketahui, bahwa sebagian warga binaan wanita mengalami seringnya merasa kebingungan, dapat ditandai dengan sering mengucapkan kata-kata yang kasar, diajak berbicara tidak menyambung, perubahan emosi secara tiba-tiba, seperti tiba-tiba marah dan mudah tersinggung, tiba-tiba suka lupa dan linglung. Hal ini disebabkan, warga binaan wanita yang berada di Lembaga Pemasyarakatan dihadapkan pada situasi dan keadaan lingkungan yang berbeda dengan lingkungan mereka sebelum berada di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan, peraturan dan tata tertib yang berbeda dari lembaga pemasyarakatan sebelumnya, serta orang-orang yang berada di Lembaga Pemasyarakatan yang berbeda. Hal inilah, yang menimbulkan kondisi stres dalam dirinya.[62]

---

[61]SS, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 03 Agustus 2019.

[62]Hasil Observasi, Pada Tanggal 03 Agustus 2019.

3) Kehilangan Semangat

Masalah dalam hidup, tekanan beban psikis, perasaan kehilangan, serta individu yang mengalami kesulitan dalam manangani kesusahan dari masalahnya, menyebabkan seseorang kehilangan semangat dan sulit mengambil keputusan. Berdasarkan hasil wawancara dengan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan berinisial LL, berusia 42 tahun, alamat Jln. Yos Sudarso, ia mengatakan:

> "Saya sering males dan seperti kehilangan gairah untuk melakukan kegiatan yang ada di Lembaga Pemasyarakatan ini. Kadang merasa lelah walaupun di dalam kamar itu tidak melakukan kegiatan yang berat".[63]

Berdasarkan hasil wawancara dengan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan berinisial AS, berusia 21 tahun, alamat Kota Pinang, ia mengatakan:

> "Saya mempunyai keinginan dan hasrat untuk bisa hidup bahagia. Akan tetapi, terkadang apa yang diinginkan tidak sesuai dengan kenyataannya. Saya merasa kurang beruntung dibandingkan yang lain, saya ingin keluarga saya sering menjenguk saya, melihat kondisi saya saya pun ingin melihat wajah mereka akan tetapi itu sia-sia karena saya jarang dijenguk oleh keluarga saya, dijenguk pun setahun sekali, ya kalo bisa jenguk, kalo gak bisa jenguk lewat lah sudah. Makanya saya sering memikirkan kayak manalah sekarang keadaan keluarga saya bahkan sampai mau hilang harapan untuk bisa lagi jumpa dengan keluarga. Karena jarang

[63]LL, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 07 Agustus 2019.

dijenguk itu, karena banyak mikir ini lah, makanya saya kurang semangat kalo mau melakukan kegiatan di sini".[64]

Berdasarkan hasil wawancara dengan Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan, berinisial SR, berusia 26 tahun, alamat Jln. Suroyakampung Marancar, ia mengatakan:

"Saya merasakan bosan, kadang merasa diri ini gak berguna. Saya merasakan hidup ini hampa dan hambar. Makanya saya sering merasa kurang semangat. Mau ngapa- ngapain pun jadi malas".[65]

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu Sri sebagai Kasi Binadik dan Giatja (Kepala Sesi Bimbingan Narapidana/Anak Didik dan Kegiatan Kerja) di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan mengatakan:

"Untuk warga binaan terutama warga binaan wanita dek, kami memiliki dua macam pembinaan yaitu pembinaan asimilasi dan pembinaan kepribadian. Di mana pembinaan ini, supaya warga binaan merasa semangat dan memilki kegiatan. Adapun pembinaan kepribadian, ada berupa pembinaan agama, di mana mereka diberi nasehat supaya tidak berlarut larut dalam kesedihan dan mendekatkan diri kepada allah, lalu ada pembinaan kesenian, pembinaan olah raga. Warga binaan melakukan olahraga setiap hari sabtu supaya badan sehat dan semangat".[66]

---

[64]AS, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 07 Agustus 2019.

[65]SR, Warga Binaan Wanita Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 07 Agustus 2019.

[66]Efrida Sri Mulyana, Kasi Binadik dan Giatja Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan, *Hasil Wawancara*, Pada Tanggal 07 Agustus2019.

Berdasarkan hasil observasi di lapangan dapat diketahui, bahwa sebagian warga binaan wanita mengalami kehilangan semangat ditandai dengan suka menyendiri, suka melamun, malas bahkan sering tidak ikut serta dalam mengikuti kegiatan pembinaan di Lapas, mudah murung. Hal ini disebabkan, karena selalu merasa kurang beruntung dibandingkan orang lain, jarangnya keluarga menjenguk sehingga sering merasa kebosanan di Lembaga Pemasyarakatan bahkan berdampak pada stres sedang.[67]

C. Analisis Hasil Penelitian

Setelah melakukan penelitian dengan judul "Intensitas Dukungan Keluarga Dalam Mengurangi Tingkat Stress Warga Binaan Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan", maka peneliti mencermati melalui dari hasil penelitian ini bahwa setiap manusia memiliki kepribadian yang unik, termasuk warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan. Kepribadian dalam diri seseorang yang mempunyai peranan yang sangat penting dalam menentukan dan mengarahkan perkembangan kepribadian serta perilaku seseorang di tengah-tengah masyarakat.

Penulis menemukan kondisi psikologis dan fisikis warga binaan wanita yang sangat sering dan sering dikunjungi keluarganya menunjukkan sikap mudah tersenyum, ceria, sangat berpartisipasi

[67]Hasil Observasi, Pada Tanggal 07 Agustus 2019.

mengikuti kegiatan pembinaan yang ada di Lembaga Pemasyarakatan kelas II B Kota Padangsidimpuan. Akan tetapi, dibalik itu semua hanya warga binaan wanita yang mengetahui dirinya sendiri yang mengalami masalah. Warga binaan wanita sangat pandai menyembunyikan masalahnya atau sangat pandai berperilaku berbeda, misalnya dihadapan orang lain kelihatan bahagia, namun dalam keadaan menyendiri suka merenung dan menyendiri.

Sementara itu, kondisi psikologis dan fisikis warga binaan wanita yang kadang-kadang serta yang tidak pernah dikunjungi keluarganya dalam sebulan, di mana kondisi yang ditampilkan di publik juga oranglain mengetahuinya dan diri sendiri juga tau, seperti rasa cemas, kebingungan, kehilangan semangat bahkan malas dalam mengikuti kegiatan pembinaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan.

Adapun tingkat stres warga binaan wanita yang termasuk katagori sangat sering dan sering dikunjungi keluarganya dalam sebulan termasuk tingkat stres sedang, dilihat dari ciri-ciri stres yang di alami warga binaan wanita, yaitu sering mengalami gangguan tidur, perasaan yang tidak tenang atau merasa cemas. Sedangkan, tingkat stres warga binaan wanita yang kadang-kadang dan tidak pernah dikunjungi keluarganya dalam sebulan termasuk tingkat stres berat, dilihat dari ciri-ciri stres yang di alami warga binaan wanita, yaitu mengalami sulit tidur, kehilangan semangat, dan sering mengalami kebingungan. Hal ini lah, bahwa intensitas dukungan keluarga dilihat dari kunjungan keluarga untuk warga

binaan wanita memiliki peran penting dalam mengurangi tigkat stres yang dialami warga binaan wanita.

D. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini sudah dilakukan dengan sungguh-sungguh. Sebelum mengadakan penelitian, terlebih dahulu peneliti melakukan observasi sebagai persiapan dan pertimbangan yang akan ditemui dalam penelitian nanti. Meskipun penelitian ini sudah dilakukan dengan sungguh-sungguh, namun peneliti mengakui bahwa masih ada kelemahan dan keterbatasan, karena disebabkan beberapa hal, sebagai berikut:

1. Ilmu pengetahuan peneliti masih sangat terbatas, sehinga tidak dapat menggambarkan subjek penelitian secara terperinci dan jelas.
2. Waktu dan biaya yang terbatas sehingga peneliti belum mampu membuat kegiatan yang dapat mempermudah peneliti untuk menggali informasi yang lebih mendalam.
3. Latar belakang peneliti dibatasi, dikarenakan peneliti masih terbatas dalam meneliti.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diambil beberapa kesimpulan, sebagai berikut:

1. Intensitas dukungan keluarga dalam menjenguk warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan mampu mengurangi tingkat stres warga binaan wanita, karena warga binaan wanita yang sangat sering dan sering dikunjungi keluarganya dalam sebulan mengalami penurunan tingkat stres. Adapun, warga binaan wanita yang termasuk katagori kadang-kadang dan tidak pernah dikunjungi keluarganya dalam sebulan mengalami tingkat stres sedang.
2. Kondisi stres warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan mengalami kondisi kurang baik atau kurang sehat, karena warga binaan wanita masih sangat sering merasakan cemas, sulit tidur, suka menyendiri, pemurung, mudah tersinggung, mudah marah dan mudah terserang penyakit, seperti sakit kepala, tidak memiliki semangat dalam menjalankan aktivitas sehari-hari di Lapas.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menemukan kekurangan yang memerlukan perbaikan agar tujuan dari berbagai kegiatan yang dilakukan khususnya dalam mengurangi tingkat stres warga binaan wanita dapat tercapai dengan hasil maksimal. Oleh karena itu, peneliti menyarankan beberapa hal yaitu:

1. Diharapkan kepada Pimpinan Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan serta pegawai, agar lebih memperhatikan kondisi warga binaan wanita dengan cara menjadikan warga binaan yang dibina seperti keluarga sendiri sehingga warga binaan yang tidak perrnah dikunjungi keluarganya tidak lagi mengalami stres.
2. Diharapkan kepada keluarga warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan agar lebih memperhatikan kondisi warga binaan wanita dengan cara sering mengunjungi warga binaan wanita sekalipun ada kegiatan yang harus dilakukan.
3. Untuk warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan diharapkan mau mengikuti program pembinaan yang ada dan berpikir optimis kedepannya tanpa harus terpuruk dikeadaan yang menimpanya di masa lalu.

4. Untuk Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, khususnya mahasiswa prodi Bimbingan dan Konseling Islam diharapkan agar lebih serius dalam menimba ilmu pengetahuan agar bisa diaplikasikan di lapangan dan berguna untuk diri sendiri, masyarakat dan negara.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad Musthafa Al-Maraghly, *Tafsir Al-Maraghiy*, Terj. K. Anshori Umar Sitanggal, Hery Noer Aly & Bahrun Abu bakar, Semarang: CV. Tohaputra, 1989.

As-Sayyid Ahmad Al-Hasyimiy, *Tarjamah Mukhtarul Al-hadits Hikamil Muhammadiyyah*, Bandung: Alma'arif, 1994.

Avin Fadilla Helmi, "Beberapa Teori Psikologi Lingkungan", (*https://journal.ugm.ac.id/buletinpsikologi/article/view/7404/5758*). Diunggah Pada Tanggal 13-12-2019, Pukul: 15.00 WIB

Bambang Prasetyo, *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Aplikasi*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2005.

Dadang Hawari, *Manajemen Stres Cemas Dan Depresi*, Jakarta: FKUI, 2001.

Depertemen Agama RI, *Al-qur'an Al-Karim dan Terjemahannya*, Semarang: PT.Karya Toha Putra, 1995.

Farid Mashudi, *Psikologi Konseling*, Yogyakarta: Ircisod, 2012.

Figa Prima Dani, Dkk.,"Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kejadian Depresi Pada Usia Tua Di Nagari Tanjung Banai Aur, Kecamatan Sumpur Kudus, Kabupaten Sijunjung Tahun 2012" (*http://Jurnal.Fk.Unand.ac.id*), Diakses 15 Februari 2019 Pukul 10.10 WIB.

Ghony Djunaidi, *Metode Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media2, 2012.

Hm Djumransjah & Abdul Malik Amrullah, *Pendidikan Islam Menggali Tradisi Mengukuhkan Eksistensi*, Malang: U.I.N-Malang Press, 2013.

H Suanto, & Donni Juni Priansa, *Manajemen SDM Dalam Organisasi Publik Dan Bisnis*, Bandung: Alfabeta, 2013.

Ibrahim Amini, *Nidham Al Hayat Az-Zawiyah (Hak-Hak Suami Dan Isteri)*, Beirut: Dar Al-Hadi, 1994.

Jalaluddin Rahmat, *Psikologi* Komunikasi, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2001.

Juliansyah Nor, *Metodologi Penelitian Skripsi, Tesis, Disertasi Dan Karya Ilmiah*, Jakarta: Kencana, 2014.

Kemenkuham, Undang-Undang Republik Indonesia, Nomor 12 Tahun 1995 Pasal 5, Tentang Pemasyarakatan.

Kusdwirarti Setiono, *Psikologi Keluarga*, Bandung: PT. Alumni, 2011.

Margona, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Jakarta: Rineka Cipta, 2010.

M.F, Zenrif, *Di Bawah Cahaya Al-Qur'an: Cetak Biru Ekonomi Keluarga Sakinah*, Malang: UIN Malang Press, 2006.

Moeleong, Lexy J, *Metodologi Peneltian Kualittif*, Bandung: Remaja Rosadakarya, 2013.

Mochamad Nursalim, *Bimbingan Dan Konseling Pribadi-Sosial*, Yogyakarta: Lading Kata, 2010.

M. Quraish Shihab, Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan Dan Keserasian Al-Qur'an, Jakarta: Lentera Hati, 20012.

Nasib Tua Lumban Gaol, "Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional*",Dalam Buletin Psikologi*, , Volume. 24, Nomor. 1, Tahun 2016, (*https://jurnal.ugm.ac.id/buletinpsikologi*).

Rangkuti, Ahmad Nizar, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Cita Pustaka Media, 2015.

Robbins, Stephen P & Mary Coulter, *Manajemen*, Diterjemahkan Dari "*Management Eighth Edition"* Oleh Harry Slamet, Indonesia: PT. Indeks, 2007.

Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004.

Santrock, John W. *Adolescence,Remaja Edisi kesebelas* Diterjemahkan Dari *Adolescence, Eleventh Edition"* Oleh Benedictine Widyasinta, Jakarta: Erlangga/ PT. Gelora Aksara Pratama, 2007.

Setiady & Tolib, *Pokok-Pokok Hukum Penitensier Indonesia*, Bandung: Alfabeta, 2010.

Shahih Muslim, *Tarjamah Shahih Muslim*, terj.K.H. Adib Bisri Mustafa, Semarang: CV. Asy Syifa',1993.

Simorangkir, J.C.T & dkk, *Kamus Hukum*, Jakarta: Sinar Grafika, 2008.

Siswanto, *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan, Dan Perkembangannya*, Yoyakarta: Andi Offset, 2007.

Sri Lestari, *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penangan Konflik Dalam Keluarga*, Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2012.

Sugiyono, *Metode Penelitian Bisnis*, Bandung: Alfabeta CV, 2016.

Sugiyono, *Metode Penelitian kuantitatif, kualitatif dan R7B*, Bandung: Alfabeta, 2008.

Syafaruddin, *Ilmu Pendidikan Islam*, Jakarta: Hijri Pustaka Utama, 2006.

Syukur Kholil, *Metodologi Penelitian Komunikasi*, Bandung: Citapustaka Media, 2006.

Tim Penyusun, Kamus Pusat Bahasa. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta:Balai Pustaka, 2005.

Undang-undang Republik Indonesia Tentang Pemasyarakatan, Nomor 12 Tahun 1995, (www. Hukuman online.com, diakses 12 Maret 2019, Pukul 11:46 WIB.

Undang-undang Republik Indonesia, Nomor 12 Pasal 5 tahun 1995, Tentang Pemasyarakatan.

Zakiah Dradjat, *Perkembanngan Psikologi Agama Dan Pendidikan Islam Indonesia*, Bukit Pamulang Indah: Logo Wacana Wacana Ilmu, 1999.

Zulfan Saam, *Psikologi Keperawatan*, Jakarta: Rajawali Pers , 2012.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. IDENTITAS DIRI

1. Nama : Sari Harahap
2. NIM : 1530200024
3. TTL : P.Kerasaan 1, 22 September 1999
4. Alamat : Rambung Susu, Kerasaan 1, Kecamatan Pematang Bandar, Kabupaten Simalungun
5. No Hp :0822-76759-3318

B. IDENTITAS ORANGTUA

1. Ayah : Ijon Harahap
2. Pekerjaan :Wiraswasta
3. Ibu :Ratni
4. Pekerjaan : Pedagang
5. Alamat : Rambung Susu, Kerasaan 1, Kecamatan Pematang Bandar, Kabupaten Simalungun

C. PENDIDIKAN

1. SD Negeri 098167 RSS Perumnas Kerasaan 1, Lulus 2019.
2. Mts Aljihad Kerasaan 1, Lulus 2012.
3. MAN Pematang Bandar, Lulus 2015
4. IAIN Institute Agama Islam Negeri) Padangsidimpuan 2019

PEDOMAN WAWANCARA

A. Pendoman Wawancara Untuk Pegawai Dan petugas Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Kota Padangsidimpuan

1. Bagaimana suasana lingkungan fisik Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Kota Padangsidimpuan?
2. Seperti apa gambaran stres yang dialami oleh warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Kota Padangsidimpuan?
3. Bagaimana suasana kehidupan sehari-hari warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan?
4. Apa saja program Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan?
5. Bagaimana antusias warga binaan dalam mengikuti program Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan?
6. Apa saja peraturan dalam pelaksanaan kunjungan warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan?

B. Pendoman Wawancara Untuk Warga Binaan

1. Apakah saudari merasakan stres berada di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan?
2. Situasi/kondisi seperti apa yang membuat saudari menjadi stres?
3. Seberapa sering keluarga mengunjungi saudari dalam sebulan selama saudari berada di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan?
4. Ketika keluarga saudari menjenguk saudari, apakah saudari menceritakan kondisi saudari di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan?
5. Apakah yang saudari rasakan setelah di kunjungi keluarga?
6. Apa yang dilakukan keluarga saudari dalam mengurangi kondisi stres saudari?
7. Apakah program yang di Lembaga Pemasyarakatan memicu stres saudari atau ada sebab yang lainnya?

C. Pendoman Wawancara Untuk Kelurga Warga Binaan

1. Bapak/ibu sering mengunjungi warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan kelas II B kota Padangsidimpuan?
2. Apakah warga binaan sering mengeluh atau bercerita tentang masalah keadaan fisik dan psikis warga binaan wanita selama di lapas kepada bapak/ibu?
3. Ketika bapak/ibu mengunjungi warga binaan wanita, apakah keluarga memberikan motivasi untuk warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan?
4. Apa yang bapak/ibu berikan untuk mengurangi rasa stres warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan?
5. Apakah bapak/ibu berusaha melengkapi fasilitas material seperti obat-obatan untuk warga binaan?
6. Berapa kali bapak/ibu mengunjungi warga binaan wanita dalam sebulan?
7. Selama bapak/ibu mengkunjungi warga binaan, apakah ada batasan waktu untuk berkunjung?
8. Bagaimana menurut bapak/ibu perubahan kondisi psikis dan fisik warga binaan di lapas setelah sering mengunjungi warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan?

PEDOMAN OBSERVASI

1. Sikap subyek terhadap warga binaan wanita yang lain di Lembaga Pemasyarakatan kelas IIB kota Padangsidimpuan
2. Sikap subyek dengan petugas atau sipir Lembaga Pemasyarakatan kelas IIB kota Padangsidimpuan
3. Kondisi fisiologis warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan kelas IIB kota Padangsidimpuan
4. Intensitas kunjungan keluarga pada wara binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan kelas II B kota Padangsidimpuan
5. Hubungan kunjungan keluarga dengan perubahan kondisi tingkat stress warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan kelas II B kota Padangsidimpuan
6. Aktifitas yang dilakukan subyek didalam Lembaga Pemasyarakatan kelas IIB kota Padangsidimpuan
7. Sikap subyek saat mengikuti program Lembaga Pemasyarakatan kelas IIB kota Padangsidimpuan
8. Cara subyek berinteraksi dengan warga binaan wanita lain
9. Suasana kehidupan sehari-hari baik dalam hubungan sosial
10. Alamat/lokasi Lapas serta suasana lingkungan fisik Lembaga Pemasyarakatan kelas IIB kota Padangsidimpuan

DOKUMENTASI INTENSITAS DUKUNGAN KELUARGA DALAM MENGURANGI TINGKAT STRES PADA WARGA BINAAN WANITA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS II B KOTA PADANGSIDIMPUAN

Wawancara Dengan Keluarga Warga Binaan yaitu Ibu Rahma, Pada Tanggal 27 September 2019 di Lembaga Pemasyaratan Kelas 11 B Kota Padangdidimpuan.

Wawancara Dengan Keluarga Warga Binaan yaitu Ibu Rahma, Pada Tanggal 19 Agustus 2019 di Lembaga Pemasyaratan Kelas 11 B Kota Padangdidimpuan.

Wawancara Dengan Keluarga Warga Binaan yaitu Ibu Hayati, Pada Tanggal 19 Agustus 2019 di Lembaga Pemasyaratan Kelas 11 B Kota Padangdidimpuan.

Wawancara Dengan Keluarga Warga Binaan yaitu Ibu Ana, Pada Tanggal 15 Agustus 2019 di Lembaga Pemasyaratan Kelas 11 B Kota Padangdidimpuan.

Wawancara Dengan Keluarga Warga Binaan yaitu Bapak Harlin Munawan, Pada Tanggal 19 Agustus 2019 di Lembaga Pemasyaratan Kelas 11 B Kota Padangdidimpuan.

Wawancara Dengan Keluarga Warga Binaan Wanita, Pada Tanggal 16 Juli 2019, Pada Pukul 10: 00 di Lembaga Pemasyaratan Kelas 11 B Kota Padangdidimpuan.

Wawancara dengan Ibu Sri Efrida dan warga binaan wanita Lembaga Pemasyaratan Kelas 11 B Kota Padangdidimpuan.

Dokumentasi bersama warga binaan wanita Setelah melakukan wawancara di Lembaga Pemasyaratan Kelas 11 B Kota Padangdidimpuan.

Foto Bersama setelah melaksanakan ceramah di mesjid dengan ibu Sri Efrida, Petugas Kementerian Agama dan warga binaan, di Lembaga Pemasyaratan Kelas 11 B Kota Padangsidimpuan.

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan T. Rizal Nurdin km 4,5 Sihitang, Padangsidimpuan 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile. (0634) 24022

: 357 /In.14/F.6a/PP.00.9/05/2019 17 Mei 2019

an : -

: **Pengesahan Judul dan Pembimbing Skripsi**

Kepada:
Yth. : 1. Dr. Ali Sati, M.Ag
2. Fauzi Rizal, MA

Di tempat

Dengan hormat, disampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa berdasarkan Hasil Sidang Keputusan Tim Pengkajian Kelayakan Judul Skripsi, telah ditetapkan judul skripsi mahasiswa/i tersebut di bawah ini sebagai berikut:

Nama/NIM	: **SARI HARAHAP / 15 302 00024**
Fakultas/Prodi	: Dakwah dan Ilmu Komunikasi/ BKI
Judul Skripsi	:**"INTENSITAS DUKUNGAN KELUARGA DALAM MENGURANGI TINGKAT STRES PADA WARGA BINAAN WANITA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIB KOTA PADANGSIDIMPUAN"**

Seiring dengan hal tersebut, kami mengharapkan kesediaan Bapak/Ibu Menjadi **Pembimbing-I** dan **Pembimbing-II** penelitian penulisan Skripsi Mahasiswa/i dimaksud.

Demikian kami sampaikan, atas kesediaan dan kerjasama yang baik dari Bapak/ Ibu kami ucapkan terima kasih.

Dekan

Dr. Ali Sati, M.Ag
NIP.196209261993031001

Ketua Prodi

Maslina Daulay, MA
NIP. 197605102003122003

Pernyataan Kesediaan Sebagai Pembimbing

Bersedia/~~Tidak bersedia~~
Pembimbing I

Dr. Ali Sati, M.Ag
NIP. 196209261993031001

Bersedia/~~Tidak Bersedia~~
Pembimbing II

Fauzi Rizal, MA
NIP. 197305021999031003

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan. T. Rizal Nurdin Km 4,5Sihitang Padangsidimpuan 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

omor : 679 /In.14/F.4c/PP.00.9/08/2019 8 Agustus 2019
ifat : Penting
amp. : -
al : ***Mohon Bantuan Informasi Penyelesaian Skripsi***

th Kepala Lapas Kelas II B Kota Padangsidimpuan.
i Tempat

engan hormat, Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Institut Agama Islam egeri Padangsidimpuan menerangkan bahwa :

ama	:	Sari Harahap
IM	:	1530200024
akultas/Jurusan	:	Dakwah dan Ilmu Komunikasi/ BKI
amat	:	Rambung Susu Kerasaan I Kecamatan Pematang Bandar.

dalah benar Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Institut Agama Islam egeri Padangsidimpuan yang sedang menyelesaikan Skripsi dengan Judul: **"Intensitas ukungan Keluarga dalam Mengurangi Tingkat Stres pada Warga Binaan Wanita di embaga Pemasyarakatan Kelas II B Kota Padangsidimpuan".**

ehubungan dengan itu, dimohon bantuan Bapak untuk memberikan data dan informasi esuai dengan maksud judul tersebut.

emikian disampaikan, atas kerja sama yang baik diucapkan terima kasih.

Dekan

Dr. Ali Sati, M.Ag
NIP. 196209261993031001

KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA RI
KANTOR WILAYAH SUMATERA UTARA
LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIB PADANGSIDIMPUAN
Jl. Lintas Sumatera Km. 7 No. 28 Telepon (0634) 21003

SURAT KETERANGAN

Nomor : W2.E18.PK.01.05.11 - 810

Kepala Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Padangsidimpuan dengan ini menerangkan bahwa :

N a m a	: **SARI HARAHAP**
NIM	: 1530200024
Fakultas /Jurusan	: Dakwah dan Ilmu Komunikasi/ BKI
Alamat	: Rambung Susu Kerasaan I Kec. Pematang Bandar

Telah selesai mengadakan penelitian/ riset dengan judul Skripsi : " **Intensitas Dukungan Keluarga dalam Mengurangi Tingkat Stres pada Warga Binaan Wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Padangsidimpuan)** " yang dilaksanakan mulai pada tanggal 26 Agustus 2019 sampai dengan 11 Desember 2019.

Demikian Surat Keterangan ini diperbuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana perlunya.

Padangsidimpuan, 14 Desember 2019
Kepala Lembaga Pemasyrakatan
Kelas II B Padangsidimpuan.

HAPOSAN SILALAHI, A.Md.IP, S.Sos
NIP :19701024 198503 1 001