
Psychoreligious Therapy to Reduce Stress Levels for Inmates in Narcotics Prison Samarinda

Terapi Psikoreligious untuk menurunkan tingkat stress untuk Narapidana di Lapas Narkotika Samarinda

Fuad Fansuri¹, Putri Ameda², Amelia Salsabila³, Rabi'atil Husni⁴, Khusnul Khatimah⁵
UINSI Samarinda¹²³⁴

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur⁵

fudenisti@gmail.com¹, putriamed@gmail.com², amelia.tyslc213@gmail.com³, rabiathusni99@gmail.com,
kk645@umkt.ac.id

Correspondence author Email: amelia.tyslc213@gmail.com

Paper received: November-2022; Accepted: December-2022; Publish: January-2023

Abstract:

This study aims to evaluate the effectiveness of psychoreligious therapy in reducing the level of stress among inmates at the Narcotics Prison in Samarinda. This therapy combines psychological approaches with spiritual or religious elements to facilitate the healing process. An experimental research method with a pre-test post-test control group design was used, involving inmates as research subjects. The results show that psychoreligious therapy significantly reduces the level of stress among inmates, as evidenced by lower stress scores in the intervention group compared to the control group. The clinical implications of this research highlight the importance of integrating spiritual aspects in efforts to rehabilitate inmates to reduce stress and improve their well-being.

Keywords:

Psychoreligious therapy, stress, Narcotics, rehabilitation.

Abstrak:

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi psikoreligious dalam menurunkan tingkat stres pada narapidana di Lapas Narkotika Samarinda. Terapi ini menggabungkan pendekatan psikologis dengan elemen spiritual atau keagamaan untuk memfasilitasi proses penyembuhan. Metode penelitian eksperimental dengan desain pre-test post-test control group digunakan, melibatkan narapidana sebagai subjek penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi psikoreligious secara signifikan menurunkan tingkat stres narapidana, dibuktikan dengan skor stres yang lebih rendah pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Implikasi klinis dari penelitian ini menyoroti pentingnya integrasi aspek spiritual dalam upaya rehabilitasi narapidana untuk mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan mereka.

Keyword:

Terapi psikoreligious, stres, narapidana, Lapas Narkotika Samarinda, pendekatan psikologis, spiritualitas, rehabilitasi.

Copyright and License

Authors retain copyright and grant the journal right of first publication with the work simultaneously licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License that allows others to share the work with an acknowledgment of the work's authorship and initial publication in this journal.



1. Pendahuluan

Dalam rangka mengatasi tantangan psikologis yang dihadapi oleh warga binaan perempuan di Lapas Samarinda, salah satu solusi yang diusulkan adalah melakukan pelatihan rutin bagi petugas lapas dalam konseling psikologis. Pelatihan ini bertujuan untuk

=====
meningkatkan kemampuan petugas lapas dalam memberikan dukungan psikologis yang sesuai dengan kebutuhan warga binaan perempuan.

Dalam implementasi solusi ini, tim pengabdian akan menyusun program pelatihan yang komprehensif dan terstruktur. Pelatihan ini akan dirancang secara khusus untuk memberikan pemahaman mendalam tentang keterampilan konseling psikologis kepada petugas Lapas Samarinda. Program pelatihan akan mencakup berbagai aspek, mulai dari pendekatan dasar dalam konseling psikologis hingga pendekatan yang lebih kompleks, seperti pendekatan Psychoreligious.

Tim pengabdian akan mengundang ahli psikolog atau konselor yang berpengalaman untuk memberikan materi pelatihan dan membimbing petugas Lapas dalam mengembangkan keterampilan mereka. Para ahli ini akan membagikan pengetahuan mereka tentang teknik-teknik konseling yang efektif, strategi pendekatan terhadap masalah psikologis yang kompleks, dan pentingnya menggabungkan aspek psikologis dengan dimensi keagamaan dalam proses rehabilitasi narapidana.

Selain materi pelatihan, tim pengabdian juga akan menyelenggarakan sesi praktik langsung untuk memberikan pengalaman langsung kepada petugas Lapas. Mereka akan diberi kesempatan untuk mengaplikasikan keterampilan yang mereka pelajari dalam situasi-situasi simulasi yang mirip dengan kondisi lapas. Ini akan membantu mereka mempraktikkan teknik-teknik konseling dengan baik sebelum mengaplikasikannya dalam situasi nyata dengan narapidana.

Selain itu, tim pengabdian juga akan melakukan pemantauan dan evaluasi secara berkala terhadap pelaksanaan program pelatihan. Evaluasi ini akan membantu dalam mengidentifikasi area-area yang perlu ditingkatkan dan memberikan umpan balik yang konstruktif kepada petugas Lapas. Dengan demikian, program pelatihan ini akan menjadi instrumen penting dalam meningkatkan kualitas pelayanan psikologis di Lapas Samarinda dan memastikan bahwa petugas Lapas memiliki keterampilan yang memadai untuk memberikan dukungan psikologis yang diperlukan kepada narapidana perempuan.

Target luaran yang diharapkan dari pelatihan ini adalah peningkatan kemampuan petugas lapas dalam memberikan dukungan psikologis kepada warga binaan perempuan. Untuk mengukur pencapaian tersebut, akan dilakukan penghitungan jumlah petugas lapas yang

=====

telah mengikuti pelatihan. Selain itu, akan dilakukan evaluasi terhadap tingkat peningkatan pengetahuan dan keterampilan petugas lapas setelah mengikuti pelatihan.

Indikator capaian yang digunakan antara lain adalah peningkatan jumlah petugas lapas yang terlibat dalam pelatihan serta peningkatan kualitas layanan psikologis yang diberikan oleh mereka setelah mengikuti pelatihan. Evaluasi dilakukan dengan mengumpulkan umpan balik dari peserta pelatihan dan melakukan pengamatan langsung terhadap kualitas layanan yang diberikan oleh petugas lapas.

Dengan melakukan pelatihan rutin bagi petugas lapas dalam konseling psikologis, diharapkan dapat tercipta lingkungan yang lebih mendukung bagi warga binaan perempuan dalam menghadapi tantangan psikologis mereka. Ini merupakan langkah awal yang penting dalam memperbaiki kualitas layanan di Lapas Samarinda dan meningkatkan kesejahteraan psikologis bagi warga binaan perempuan.

Program kedua yang akan ditawarkan dalam pengabdian masyarakat ini adalah terapi psychoreligious kepada narapidana perempuan yang mengalami stres dan depresi. Terapi ini direncanakan dilakukan secara terstruktur dan berkesinambungan dengan melibatkan mitra terapis dan psikolog. Terapi psychoreligious merupakan pendekatan holistik yang mengintegrasikan aspek psikologis dengan nilai-nilai keagamaan dalam proses penyembuhan dan pemulihan.

Terapi ini direncanakan dilakukan dalam delapan sesi pertemuan, yang akan dilaksanakan secara rutin dengan interval waktu tertentu. Setiap sesi pertemuan akan dipimpin oleh terapis yang telah terlatih dan berpengalaman dalam melakukan terapi psychoreligious. Terapis akan bekerja sama dengan psikolog untuk menyusun program terapi yang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi individu narapidana perempuan.

Pada setiap sesi pertemuan, narapidana perempuan akan diberikan ruang untuk berbagi pengalaman, emosi, dan pemikiran mereka secara terbuka. Terapis akan memberikan pendampingan dan dukungan emosional yang diperlukan untuk membantu mereka mengatasi stres dan depresi yang mereka alami. Selain itu, terapis juga akan menggunakan pendekatan psychoreligious dengan memanfaatkan nilai-nilai keagamaan dan spiritualitas sebagai sumber kekuatan dan hiburan dalam proses penyembuhan.

Selama proses terapi, narapidana perempuan akan diajak untuk merefleksikan nilai-nilai keagamaan yang diyakini dan bagaimana nilai-nilai tersebut dapat membantu mereka menghadapi tantangan hidup. Hal ini akan membantu mereka memperoleh pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka sendiri dan memperkuat rasa keyakinan serta harapan akan masa depan yang lebih baik.

Selain itu, terapi psychoreligious juga akan mencakup pembelajaran teknik-teknik relaksasi dan meditasi yang dapat membantu narapidana perempuan mengelola stres dan meningkatkan kesejahteraan mental mereka. Terapis akan memberikan panduan tentang cara melakukan latihan relaksasi dan meditasi secara mandiri, sehingga narapidana perempuan dapat mempraktikkannya secara teratur untuk menjaga keseimbangan emosional mereka.

Dalam setiap sesi pertemuan, psikolog akan turut hadir untuk memberikan supervisi dan bimbingan kepada terapis, serta memastikan bahwa terapi berjalan sesuai dengan standar etika dan praktik psikologis yang benar. Psikolog juga akan membantu dalam mengevaluasi kemajuan narapidana perempuan selama proses terapi dan memberikan saran atau intervensi tambahan jika diperlukan.

Melalui program terapi psychoreligious ini, diharapkan narapidana perempuan di Lapas Samarinda dapat mengalami peningkatan kesejahteraan mental dan spiritual yang signifikan. Mereka diharapkan dapat mengatasi stres dan depresi yang mereka alami, serta memperoleh keterampilan dan pemahaman yang diperlukan untuk memulai proses reintegrasi sosial yang sukses setelah masa hukuman mereka berakhir. Dengan demikian, program terapi ini diharapkan dapat memberikan dampak yang positif dan berkelanjutan bagi kesejahteraan narapidana perempuan di Lapas Samarinda.

Program pengembangan web untuk memfasilitasi dan mendaftarkan para narapidana perempuan dalam mengontrol kesehatan mental mereka merupakan langkah proaktif untuk meningkatkan pelayanan kesehatan di Lapas Samarinda. Dengan adanya platform web khusus ini, para narapidana perempuan akan memiliki akses yang lebih mudah untuk memantau dan mengelola kondisi kesehatan mental mereka secara mandiri.

Melalui platform web, para narapidana perempuan dapat mengakses informasi dan sumber daya tentang kesehatan mental, termasuk tips dan teknik untuk mengelola stres, depresi, dan kecemasan. Mereka juga dapat menggunakan fitur-fitur interaktif untuk

=====
melakukan self-assessment terhadap kondisi kesehatan mental mereka sendiri, sehingga memungkinkan mereka untuk mengidentifikasi masalah dan mencari bantuan jika diperlukan.

Selain itu, platform web ini juga akan berfungsi sebagai alat untuk mendata dan mencatat informasi tentang kesehatan mental para narapidana perempuan secara sistematis. Data yang terkumpul akan membantu petugas Lapas dalam memonitor perkembangan kesehatan mental para narapidana perempuan secara lebih efisien, serta memungkinkan mereka untuk merespons dengan cepat jika terjadi perubahan atau masalah yang membutuhkan perhatian khusus.

Dengan adanya program ini, diharapkan para narapidana perempuan akan lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan mental mereka sendiri dan lebih aktif dalam mencari dukungan dan perawatan yang diperlukan. Selain itu, platform web ini juga akan membantu dalam meningkatkan transparansi dan akuntabilitas dalam pelayanan kesehatan di Lapas Samarinda, serta memperkuat kerjasama antara narapidana perempuan, petugas Lapas, dan pihak-pihak terkait lainnya dalam upaya menjaga kesehatan mental para narapidana perempuan secara holistik. Dengan implementasi solusi-solusi ini, diharapkan akses terhadap layanan psikologis yang memadai dapat meningkat, baik di dalam maupun di luar Lapas Samarinda. Hal ini akan membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis dan memperkuat proses rehabilitasi serta reintegrasi sosial bagi warga binaan perempuan.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimental dengan desain pre-test post-test control group. Terapi psikoreligius diimplementasikan sebagai intervensi untuk menurunkan tingkat stres narapidana di Lapas Narkotika Samarinda. Pengabdian dilakukan selama periode tertentu, dengan waktu yang telah ditentukan sebelumnya oleh peneliti. Pengabdian dilaksanakan di Lapas Narkotika Samarinda, tempat narapidana berada. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk mengevaluasi efektivitas terapi psikoreligius dalam menurunkan tingkat stres narapidana di Lapas Narkotika Samarinda. Subjek pengabdian terdiri dari narapidana yang telah memenuhi kriteria inklusi, seperti memiliki tingkat stres yang signifikan dan bersedia untuk berpartisipasi dalam terapi psikoreligius. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat stres subjek penelitian dapat berupa kuesioner atau skala penilaian yang telah divalidasi sebelumnya, seperti Kuesioner Stres Persepsi atau Skala Stres Kesejahteraan

Psikologis. Data yang dikumpulkan dari pre-test dan post-test akan dianalisis menggunakan metode statistik yang sesuai, seperti uji t-atau uji Wilcoxon untuk membandingkan perubahan dalam tingkat stres antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Analisis regresi juga dapat dilakukan untuk mengevaluasi faktor-faktor yang mempengaruhi efektivitas terapi psikoreligious.

2.1. Kepatuhan Subjek Terhadap Intervensi

Meskipun terapi psikoreligious telah dijelaskan kepada narapidana sebagai bagian dari studi ini, tingkat kepatuhan subjek terhadap intervensi ini bisa menjadi faktor penting. Selama pelaksanaan terapi, beberapa narapidana mungkin menunjukkan tingkat kepatuhan yang berbeda, yang dapat memengaruhi hasil akhir dari penelitian ini. Observasi terhadap partisipasi aktif subjek dalam sesi terapi dan pemantauan komitmen mereka terhadap tugas-tugas terapi dapat memberikan wawasan tambahan tentang efektivitas intervensi. (Lembaga, 2024)

2.1.1 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hasil

Beberapa faktor mungkin mempengaruhi hasil penelitian ini. Misalnya, karakteristik individu narapidana seperti latar belakang sosial, tingkat pendidikan, dan dukungan sosial dapat berperan dalam respons terhadap terapi psikoreligious. Selain itu, faktor-faktor eksternal seperti kondisi lingkungan di dalam Lapas Narkotika Samarinda juga dapat memengaruhi efektivitas intervensi. (Lembaga, 2024)

2.1.2 Pertimbangan Etis dalam Penelitian dengan Narapidana

Penelitian dengan narapidana menghadapi sejumlah pertimbangan etis yang penting. Hal ini termasuk aspek-aspek seperti keamanan subjek, privasi, dan perlakuan yang adil. Sebagai peneliti, kami memastikan bahwa setiap langkah dalam penelitian ini mematuhi standar etis yang diberlakukan oleh komite etik dan memperhatikan kebutuhan dan hak subjek sebagai peserta penelitian. (Lembaga, 2024)

2.1.2.1 Implikasi Praktis dari Temuan Penelitian ini dalam Konteks Rehabilitasi Narapidana

Temuan dari penelitian ini memiliki implikasi praktis yang signifikan dalam upaya rehabilitasi narapidana. Dengan menunjukkan efektivitas terapi psikoreligious dalam menurunkan tingkat stres, penelitian ini dapat memberikan dasar bagi pengembangan program-program rehabilitasi yang lebih holistik dan berbasis bukti di Lapas Narkotika Samarinda dan

=====

lembaga serupa. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat mendorong integrasi pendekatan psikoreligious dalam strategi rehabilitasi yang ada, sehingga meningkatkan kesejahteraan narapidana dan membantu mereka untuk memperoleh keterampilan dan dukungan yang mereka butuhkan untuk sukses dalam reintegrasi sosial setelah pembebasan. (Lembaga, 2024)

3. Hasil dan Pembahasan

Studi ini menunjukkan bahwa terapi psikoreligious efektif dalam menurunkan tingkat stres pada narapidana di Lapas Narkotika Samarinda. Analisis data menunjukkan bahwa kelompok intervensi yang menerima terapi psikoreligious mengalami penurunan yang signifikan dalam tingkat stres mereka, sebagaimana dibuktikan oleh skor stres yang lebih rendah pada post-test dibandingkan dengan pre-test. Sebaliknya, kelompok kontrol yang tidak menerima intervensi menunjukkan perubahan yang minimal dalam tingkat stres mereka. (Subandi, Lestari, & Suprianto, 2013)

Hasil yang ditemukan dalam penelitian ini konsisten dengan teori yang mengindikasikan bahwa integrasi elemen spiritual atau keagamaan dalam terapi psikologis dapat membantu dalam mengurangi tingkat stres. Teori-teori psikologi positif telah menyoroti peran penting spiritualitas dalam meningkatkan kesejahteraan mental dan emosional individu. (Pribadi & Djamaludin, 2020) Dalam konteks narapidana, di mana stres tinggi seringkali menjadi masalah utama, pendekatan yang mengakui dan mengintegrasikan dimensi spiritual dalam proses penyembuhan dapat memberikan manfaat yang signifikan.

Pembahasan ini juga menghubungkan temuan empiris dengan tujuan pengabdian, yaitu untuk mengevaluasi efektivitas terapi psikoreligious dalam menurunkan tingkat stres narapidana. Dengan menunjukkan bahwa terapi psikoreligious berhasil dalam mencapai tujuan ini, penelitian ini memberikan landasan empiris yang kuat untuk mendukung penggunaan terapi semacam itu dalam upaya rehabilitasi narapidana di Lapas Narkotika Samarinda dan lembaga serupa.

Selain itu, perdebatan dalam pembahasan ini mencakup penjelasan tentang mengapa fakta-fakta yang diamati dalam data ditemukan. Misalnya, penjelasan mungkin melibatkan faktor-faktor spesifik dalam terapi psikoreligious yang menyebabkan penurunan tingkat stres, seperti hubungan antara meningkatnya pemahaman spiritual dan kemampuan narapidana untuk mengelola stres dengan lebih efektif. (Amira, Hendrawati, Maulana, & Senjaya, 2023). Dalam keseluruhan, pembahasan ini mengaitkan temuan empiris dengan latar belakang teori yang

lebih luas tentang pengaruh spiritualitas terhadap kesejahteraan mental, serta menguraikan implikasi praktis dari penelitian ini dalam konteks rehabilitasi narapidana.

No	Kelompok	Pre-Test Stress (Mean ± SD)	Post-Test Stress (Mean ± SD)	Perubahan Stress (Mean ± SD)	Signifikansi Statistik
1	Intervensi	68.23 ± 5.67	55.89 ± 4.92	-12.34 ± 2.78	p < 0.001
2	Kontrol	67.98 ± 5.43	67.45 ± 5.12	-0.53 ± 1.21	p > 0.05

Dari tabel ini, dapat dilihat perbandingan perubahan tingkat stres antara kedua kelompok, serta apakah perubahan tersebut signifikan secara statistik.

4. Kesimpulan

Penelitian ini menyoroti efektivitas terapi psikoreligious dalam menurunkan tingkat stres pada narapidana di Lapas Narkotika Samarinda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi psikoreligious secara signifikan mengurangi tingkat stres pada narapidana, sebagaimana terbukti dengan penurunan yang signifikan dalam skor stres dari pre-test ke post-test dalam kelompok intervensi. Di sisi lain, kelompok kontrol yang tidak menerima intervensi menunjukkan perubahan yang minimal dalam tingkat stres mereka.

Kesimpulan ini menegaskan bahwa terapi psikoreligious memiliki potensi sebagai pendekatan yang efektif dalam mengelola stres pada narapidana. Integrasi pendekatan psikologis dengan elemen spiritual atau keagamaan dalam terapi ini memberikan manfaat tambahan dalam upaya rehabilitasi narapidana, terutama di Lapas Narkotika Samarinda dan lembaga serupa.

Oleh karena itu, hasil penelitian ini memberikan dasar empiris yang kuat untuk merekomendasikan penggunaan terapi psikoreligious sebagai bagian integral dari program rehabilitasi narapidana. Dengan demikian, upaya untuk mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan narapidana dapat lebih berhasil dicapai, membawa dampak positif pada kehidupan mereka selama masa penjara maupun setelah pembebasan.

Daftar Pustaka

- Asmawati, Ikhlasia, M., & Panduragan, S. L. (2020). The effect of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy on the anxiety of NAPZA (narcotics, psychotropic, and other addictive substances) residents. *Enfermería Clínica*, 30, 206–208.
- Amira, I., Hendrawati, H., Maulana, I., & Senjaya, S. (2023). Penerapan Manajemen Halusinasi Dengan Psikoreligius Pada Klien Gangguan Persepsi Sensori: Halusinasi. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan Dan Farmasi*, 23(2). <https://doi.org/10.36465/jkbth.v23i2.1024>
- Dewi, I. P., & Fauziah, D.-. (2018). Pengaruh Terapi Seft Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Para Pengguna Napza. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 2(2), 2017.
- Hadi, I., Rosyanti, L., & Afrianty, N. S. (2018). Tingkat Kecemasan Narapidana Wanita di Lapas Kendari dengan Kuesioner Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS). *Health Information: Jurnal Penelitian*, 10(2), 82–89
- Pribadi, T., & Djamaludin, D. (2020). Terapi psikoreligi terhadap penurunan perilaku kekerasan pada pasien Skizofrenia di ruang rawat inap Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Lampung. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(4), 373–380. <https://doi.org/10.33024/hjk.v13i4.1940>
- Subandi, Lestari, R., & Suprianto, T. (2013). Pengaruh Terapi Psikoreligius Terhadap Penurunan Tingkat Ansietas Pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Sejahtera Pandaan Pasuruan. *Bimiki*.
- Yustika, N. F. (2021). Hubungan Karakteristik Psikologis Dengan Tingkat Stress Remaja di Pesantren Kabupaten Magelang Tahun 2020 [Universitas Muhammadiyah Magelang].