



TUGAS AKHIR - 33412301026

**GAMBARAN TINGKAT STRES WARGA BINAAAN
PEMASYARAKATAN (WBP) PADA AWAL MASA HUKUMAN
DILAPAS NARKOTIKA KELAS IIA PAMEKASAN**

ROBBIYATIN NUR AZIZAH
NRP. 33412301026

Dosen Pembimbing I:
Prastomo Suhendro, S.E., M.M
Dosen Pembimbing II:
Arif Rahman Hakim, S.Kep., Ns., MS

**PROGRAM STUDI DIPLOMA 3 KEPERAWATAN
JURUSAN KESEHATAN
POLITEKNIK NEGERI MADURA
TAHUN 2026**

TUGAS AKHIR



GAMBARAN TINGKAT STRES WARGA BINAAAN PEMASYARAKATAN (WBP) PADA AWAL MASA HUKUMAN DILAPAS NARKOTIKA KELAS IIA PAMEKASAN

Laporan ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan
Diploma 3 Program Studi Keperawatan di Jurusan Kesehatan

Oleh :
Robbiyatin Nur Azizah
33412301026

**PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN
JURUSAN KESEHATAN
POLITEKNIK NEGERI MADURA
TAHUN 2026**

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya mahasiswa Politeknik Negeri Madura, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi:

Nama : Robbiyatin Nur Azizah
NRP : 33412301026
Program Studi : D3 Keperawatan
Jurusan : Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa Tugas Akhir yang saya buat dengan judul “Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Pada Awal Masa Hukuman Dilapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan”.

1. Dibuat dan diselesaikan sendiri dengan menggunakan literatur hasil kuliah, survei lapangan, bimbingan dengan dosen pembimbing dan pembimbing penelitian, melalui tanya jawab maupun asistensi serta buku-buku jurnal acuan yang tertera dalam refrensi pada Tugas Akhir ini.
2. Bukan merupakan duplikasi yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar sarjana di Universitas/Perguruan Tinggi lain, kecuali pada bagian-bagian tertentu digunakan refrensi pendukung untuk melengkapi informasi dan sumber informasi dengan dicantumkan melalui refrensi yang semestinya.
3. Bukan merupakan karya tulis terjemahan dari Kumpulan buku atau jurnal acuan yang tertera dalam refrensi pada Tugas Akhir ini.

Jika terbukti saya tidak memenuhi apa yang telah saya nyatakan seperti apa yang di atas, maka Tugas Akhir saya ini dibatalkan.

Sampang, 11 Februari 2026
Penelitian,



Robbiyatin Nur Azizah
NRP. 33412301026

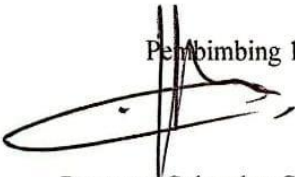
LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG TUGAS AKHIR

Judul Tugas Akhir : Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP)
Pada Awal Masa Hukuman diLapas Narkotika Kelas IIA
Pamekasan.

Penulis : Robbiyatin Nur Azizah
NRP : 33412301026
Program Studi : Diploma 3 Keperawatan
Jurusan : Kesehatan

Tugas akhir ini telah diperiksa dan disetujui untuk disidangkan. Ditandatangani di
Politeknik Negeri Madura

Pembimbing 1



Prastomo Suhendro, S.E., M.M
NIP. 197711242024211003

Menyetujui,

Pembimbing 2



Arif Rahman Hakim, S.Kep Ns., MS
NIP. 199110212024061002

Mengetahui,

Ketua
Jurusan Kesehatan



Abdan Syakura, S.Kep., Ns., M.Kes
NIPPPK.199005252025211001

Koordinator
Program Studi D3 Keperawatan

Ns. Lailatul Hafidh, S.kep., M.Kes
NIPPPK.198502022025212061

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

GAMBARAN TINGKAT STRES WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN
(WBP) PADA AWAL MASA HUKUMAN DILAPAS NARKOTIKA KELAS IIA
PAMEKASAN

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk melaksanakan penelitian, dalam
pelaksanaan tugas akhir untuk mendapatkan gelar ahli madya keperawatan
(AMd.Kep)
pada

Program Studi Diploma 3 Keperawatan
Jurusan Kesehatan
Politeknik Negeri Madura.

Oleh:

Robbiyatin Nur Azizah
33412301026

Tugas akhir ini telah disidangkan pada tanggal 11 Februari 2026 dan telah sesuai
dengan ketentuan.

Tim Penguji Tugas Akhir :

- | | |
|---|---|
| 1. Prastomo Suhendro, S.E,M.M
NIP. 197711242024211003 |  Pembimbing I |
| 2. Arif Rahman Hakim,S.Kep.,NS.,MS
NIP. 199110212024061002 |  Pembimbing II |
| 3. Anggeria Oktavisa D,S.Si.,M.M.,M.Biotech
NIPPPK. 198710192024212016 |  Penguji I |
| 4. Mohamad Nur, S.Kep., Ns., M.Si.
NIP. 198012022014061002 |  Penguji II |
| 5. Kuzzairi, S.Kep., Ns., M.H., M.Kes
NIPPPK. 197811022025211033 |  Penguji III |

SAMPANG
11 Februari, 2026

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji syukur kepada Allah Yang Maha Esa yang telah memberi kekuatan, kemampuan, dan kesabaran kepada penulis, sehingga penulis dapat Menyusun Tugas Akhir ini dengan baik. Sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul “Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Pada Awal Masa Hukuman Dilapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan” sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan Program Studi D3 Keperawatan Jurusan Kesehatan di Politeknik Negeri Madura.

Penyelesaian ini tidak lepas dari dukungan, bimbingan, dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Laily Ulfiyah, S.T., MT., selaku Direktur Politeknik Negeri Madura yang telah memberikan kesempatan dan izin bagi penulis untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini.
2. Bapak M. Musta'in, S.T., MT., selaku Wakil Direktur Bidang Akademik Politeknik Negeri Madura.
3. Bapak Ns. Abdan Syakura, S. Kep., selaku Ketua Jurusan Kesehatan Program Studi D3 Keperawatan.
4. Ibu Ns. Hilmah Noviandry R, S. Kep., M.Kes., selaku Sekretaris Jurusan Kesehatan
5. Ibu Ns. Lailatul Hafidah, S. Kep., M.Kes., selaku Koordinator Program Studi D3 Keperawatan
6. Bapak Prastomo Suhendro, S.E.,M..M selaku pembimbing I yang telah banyak membantu serta berperan aktif dalam memberikan masukan dan arahan kepada saya dalam proses pengerjaan Tugas Akhir ini.
7. Bapak Arif Rahman Hakim, S.Kep.,Ns.,MS selaku pembimbing II yang telah banyak juga membantu serta berperan aktif dalam memberikan masukan serta arahan kepada saya dalam proses pengerjaan Tugas Akhir ini.
8. Para dosen dan tenaga kependidikan Politeknik Negeri Madura yang telah melayani mahasiswa selama penulis menempuh Pendidikan disini.
9. Bapak Syaiful, selaku Kepala urusan umum lapas narkotika kelas IIA pamekasan, yang telah memberi izin kepada saya untuk melakukan pengambilan data dan penelitian di tempat tersebut.
10. Kantor Wilayah Direktorat Jenderal Pemasyarakatan Jawa Timur, yang telah memberi izin kepada saya untuk melakukan penelitian di tempat tersebut.
11. Orangtua yang tak henti-hentinya selalu mendoakan dan memotivasi untuk senantiasa bersemangat dan tak mengenal kata putus asa.
12. Teman-teman penulis di Politeknik Negeri Madura yang tak dapat penulis sebutkan satu persatu.
13. Semua pihak yang telah berkontribusi dalam pembuatan Tugas Akhir ini.

Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan dan memberikan rahmat serta hidayah-Nya kepada kita semua. Akhirnya, dengan segala kerendahan hati penulis merasa masih banyak kekurangan dan kekeliruan dalam penulisan Tugas Akhir ini, oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun untuk Tugas Akhir ini.

Sampang, 11 Februari 2026



Robiyatin Nur Azizah
NRP. 33412301026

GAMBARAN TINGKAT STRES WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN (WBP) PADA AWAL MASA HUKUMAN DI LAPAS NARKOTIKA KELAS IIA PAMEKASAN

Nama Mahasiswa : Robbiyatin Nur Azizah
NRP : 33412301026
Prodi : D3 Keperawatan
Dosen Pembimbing 1 : Prastomo Suhendro, S.E., M.M
Dosen Pembimbing 2 : Arif Rahman Hakim, S.Kep., NS., MS

ABSTRAK

Pendahuluan: Peralihan dari kehidupan bebas menuju lingkungan yang terbatas seperti di dalam penjara merupakan salah satu pengalaman yang sangat besar pengaruhnya yang dialami seseorang. Bagi Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP), masa awal menjalani penahanan merupakan fase yang sangat rentan memicu stres berat. Pada fase tersebut mereka dituntut beradaptasi dengan hilangnya kebebasan, terputusnya hubungan dengan keluarga dan teman, serta berhadapan dengan aturan dan sistem sosial yang baru dan ketat di dalam lapas. **Tujuan:** Untuk mendeskripsikan tingkat stres warga binaan pada awal masa hukuman di Lapas Kelas IIA Narkotika Pamekasan. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *deskriptif sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 69 responden dan sampel yang diambil dalam penelitian ini sebanyak 69 responden di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan dengan menggunakan teknik *total sampling* pada bulan Januari 2026. Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan kuesioner tingkat stres *PSS (Perceived stress scale)* jenis *closed ended questions* skala likert memuat 10 item pertanyaan dan kemudian dilakukan pengolahan data berupa *editing, coding, scoring, tabulating, dan interpreting*. **Hasil:** Sebagian besar responden di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan (64%) mengalami stres sedang sebanyak 44 narapidana. **Kesimpulan:** Warga binaan diharapkan dapat mengembangkan strategis koping yang positif dalam menghadapi tekanan dalam menjalani masa hukuman, seperti mengikuti kegiatan pembinaan, menjaga hubungan sosial yang baik dengan sesama warga binaan, serta memanfaatkan layanan konseling yang tersedia. Upaya tersebut dapat membantu warga binaan mengelola stres secara adaptif.

Kunci Jawaban : Tingkat Stres, Narapidana, Awal Masa Hukuman

**OVERVIEW OF STRESS LEVELS OF INMATES (WBP) AT THE
BEGINNING OF THEIR SENTENCE IN CLASS IIA PAMEKASAN
NARCOTICS PENITENS**

Student Name : Robbiyatin Nur Azizah
NRP : 33412301026
Study Program : D3 Keperawatan
Supervisor 1 : Prastomo Suhendro, S.E.,M.M
Supervisor 2 : Arif Rahman Hakim,S.Kep.,NS.,MS

ABSTRACT

Introduction: The transition from a free life to a confined environment like prison is one of the most impactful experiences a person can experience. For inmates, the early stages of detention are a highly vulnerable phase that can trigger severe stress. During this phase, they are required to adapt to the loss of freedom, the loss of relationships with family and friends, and the new and strict rules and social systems within the prison. **Objective:** To describe the stress levels of inmates at the beginning of their sentence in Class IIA Narcotics Prison Pamekasan. **Method:** This study used a descriptive sectional design. The population of this study was 69 respondents, and the sample size was 69 at the Pamekasan Class IIA Narcotics Prison using a total sampling technique in January 2026. Data collection was conducted using a 10-item, closed- ended Likert-type stress level questionnaire (PSS). Data were then processed through editing, coding, scoring, tabulating, and interpreting. **Results:** The majority of respondents at the Pamekasan Class IIA Narcotics Prison (64%) experienced moderate stress, with 44 inmates. **Conclusion:** Inmates are expected to develop positive coping strategies to deal with the stress of serving their sentence, such as participating in developmental activities, maintaining good social relationships with fellow inmates, and utilizing available counseling services. These efforts can help inmates manage stress adaptively.

Answer Key: Stress Level, Inmates, Beginning of Sentence

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

“jangan jadikan musibah sebagai ujian, tapi jadikan musibah sebagai tujuan untuk hidup yang gemelang.”

“direndahkan dimata manusia, ditinggikan dimata tuhan”

“Selesaikan apa yang sudah kamu mulai, lewati saja badainya jangan ubah tujuannya”

“Untuk apapun yang terjadi, aku hanya ingin menjadi sebaik-baiknya manusia. Bahkan di titik terburuk ku dalam hidup, aku selalu ingin bermanfaat bagi banyak orang dan lingkungan sekitar “

-Siti Fauziah-

PERSEMBAHAN

Peneliti persembahkan Karya Tulis Ilmiah ini kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan kelancaran dari setiap proses yang saya lewati
2. Terkhusus kepada Almarhum Bapak Suriat, S.Pd., sosok yang paling kurindukan. Berat sekali rasanya ditinggalkan waktu saya duduk dibangku SMA. Terima kasih atas segala pengorbanan, kasih sayang, serta segala bentuk tanggung jawab atas kehidupan layak yang telah diberikan semasa bapak hidup. Terima kasih telah menjadi alasan terbesarku untuk tetap semangat berjuang meraih gelar sarjana yang bapak impikan. Walaupun berat sekali harus melewatkan kerasnya kehidupan tanpa didampingi sosok bapak, rasa iri dan rindu sering kali membuat terjatuh. Semoga bapak bangga dengan usaha dan perjuanganku selama ini. Terima kasih kepada semua keluarga yang selalu mendukung dan memberikan motivasi selama proses penyusunan KTI ini.
3. Kepada Ibu tercinta, Marinah, S.Pd., terima kasih telah mengorbankan banyak waktu, tenaga dan upaya, selalu berjuang untuk kehidupan anak-anaknya, menggantikan peran bapak menjadi suatu kebanggaan memiliki orang tua hebat yang selalu mendukung anak-anaknya untuk mencapai cita-cita.
4. Dosen pembimbing Karya Tulis Ilmiah ini yang selalu memberikan motivasi dan menjadi jembatan untuk kelancaran KTI saya.
5. Robbiyatin Nur Azizah, terimakasih untuk perjuangannya selama ini.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG TUGAS AKHIR.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT	ix
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Batasan Masalah.....	2
1.4 Tujuan.....	3
1.5 Manfaat	3
1.5.1 Manfaat Teoritis	3
1.5.2 Manfaat Praktis.....	3
BAB 2.....	4
TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 Stres	4
2.1.1 Definisi Stress.....	4
2.1.2 Sumber stres	4
2.1.3 Indikator Stres.....	6
2.1.4 Jenis Stres	7
2.1.5 Tingkat Stres.....	9
2.1.6 Dampak Stres.....	9
2.1.7 Manajemen stres	10
2.1.8 Alat Ukur Tingkat Stres	12
2.2 Tahap Awal Masa Hukuman	12
2.3 Konsep Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP).....	12
2.3.1 Pengertian Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP).....	12
2.3.2 Warga Binaan Pemasyarakatan dengan kasus narkoba	13
2.3.3 Sistem Pemasyarakatan	13
2.3.4 Sistem Pemasyarakatan Narkotika	14
2.4 Kajian Hasil Penelitian Terdahulu	15
2.5 Kerangka Konsep	23
2.5 Deskripsi Kerangka Konsep.....	24
3.1 Desain / Rancangan Penelitian.....	25

3.2 Kerangka Kerja	26
3.3 Populasi, Sampel, Sampling.....	28
3.3.1 Populasi	28
3.3.2 Sampel	28
3.3.3 Sampling.....	28
3.4 Identifikasi Variabel.....	28
3.5 Definisi Operasional	29
3.6 Pengumpulan Dan Analisis Data	29
3.6.2 Instrumen penelitian	30
3.6.3 Waktu dan tempat penelitian	30
3.6.5 Analisis Deskriptif.....	33
3.7 Etika Penelitian	33
3.7.1 Lembar persetujuan menjadi responden (<i>informed consent</i>)	33
3.7.2 Tanpa nama (<i>Ananomy</i>).....	33
3.7.3 Kerahasiaan (<i>confidentiality</i>)	33
3.8 Keterbatasan	34
BAB 4.....	35
HASIL DANPEMBAHASAN	35
4.1 Hasil Penelitian	35
4.1.1 Deskripsi/ Gambaran umum tempat penelitian	35
4.1.2 Hasil Penelitian.....	36
4.1.3 Pembahasan	38
BAB 5.....	41
PENUTUP	41
5.1 Kesimpulan	41
6.2 Saran	41
6.2.1 Bagi peneliti selanjutnya.....	41
6.2.2 Bagi responden/ Warga Binaan Permasyarakatan	41
6.2.3 Bagi institusi/ Lembaga Permasyarakatan	41
DAFTAR PUSTAKA	42

DAFTAR TABEL

			Halaman
Tabel	2.1	Kajian Hasil Penelitian Terdahulu Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Pada Awal Masa Hukuman Dilapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan.....	14
Tabel	3.1	Definisi Operasional Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Pada Awal Masa Hukuman Dilapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan....	28
Tabel	3.2	Waktu Penelitian.....	30

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Pada Awal Masa Hukuman Dilapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan.	22
Gambar 3.1 Kerangka Kerja Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Pada Awal Masa Hukuman Dilapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan.....	26

DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL

Daftar Singkatan

1. TP : Tidak Pernah
2. HTP : Hampr tidak pernah
2. KK : Kadang-kadang
3. CS : Cukup Sering
4. SS : Kadang-kadang
5. WHO : *World health Organization*
6. WBP : Warga Binaan Pemasyarakatan
7. PSS : *Perceived stres scale*
8. KUHP : Kitab UU Hukum Pidana
9. CBT : *Cognitive Behavioral Therapy*
- 10 TC : *Therapeutic Community*
11. JC : *Justice Collaborator*

Daftar Simbol

1. % : Persentase
2. n : Jumlah sampel
3. N : Jumlah populasi
4. P : Persentase
5. : : Pembagian kategori kode data
6. = : Sama dengan
7. $\geq$: lebih dari
8. $\leq$: Kurang dari

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Lembar permohonan responden
Lampiran 2	: Lembar informed consent
Lampiran 3	: Lembar kuesioner
Lampiran 4	: Lembar kisi kisi kuesioner
Lampiran 5	: Tabulasi jawaban pertanyaan kuesioner
Lampiran 6	: Surat permohonan pengambilan data awal penelitian
Lampiran 7	: Lembar surat balasan bakesbangpol
Lampiran 8	: Surat permohonan izin penelitian
Lampiran 9	: Lembar surat balasan Kanwil Direktorat Jenderal Pemasyarakatan Jawa Timur
Lampiran 10	: Lembar surat Keterangan sudah melakukan penelitian
Lampiran 11	: Dokumentasi
Lampiran 12	: Biodata penulis
Lampiran 13	: Turnirin
Lampiran 14	: Lembar konsultasi pembimbing 1
Lampiran 15	: Lembar konsultasi pembimbing 2
Lampiran 16	: lembar Konsultasi penguji 1
Lampiran 17	: lembar Konsultasi penguji 2
Lampiran 18	: lembar Konsultasi penguji 3

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Peralihan dari kehidupan bebas menuju lingkungan yang terbatas seperti di dalam penjara merupakan salah satu pengalaman yang sangat besar pengaruhnya yang dialami seseorang. Bagi Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP), masa awal menjalani penahanan merupakan fase yang sangat rentan memicu stres berat. Pada fase tersebut mereka dituntut beradaptasi dengan hilangnya kebebasan, terputusnya hubungan dengan keluarga dan teman, serta berhadapan dengan aturan dan sistem sosial yang baru dan ketat di dalam lapas (Hastuti *et al.*, 2023). Masa penahanan dan penempatan individu di lembaga pemasyarakatan sering kali menjadi pengalaman yang penuh tekanan serta menimbulkan stres psikologis yang serius bagi sebagian besar narapidana (Nurfaizah Yusuf, 2023). Populasi di dalam penjara memiliki beban masalah kesehatan mental yang lebih tinggi dibanding populasi umum, gangguan yang kerap muncul diantaranya yaitu termasuk depresi, gangguan stres, PTSD (gangguan stres pasca trauma), dan gangguan penggunaan zat, gangguan tersebut tidak muncul secara tunggal, melainkan dipengaruhi oleh beberapa faktor kondisi seperti kondisi fisik dan aturan ketat di dalam penjara, durasi masa hukuman yang dijalani, serta lingkungan interaksi sosial di lingkungan lapas (Depkes. RI, 2016).

Di Indonesia, beberapa penelitian dan laporan memperlihatkan bahwa tingkat stres warga binaan pemasyarakatan bersifat beragam, melainkan dipengaruhi oleh beberapa faktor, faktor tersebut seperti panjang lama vonis yang dialami, sejauh mana dukungan keluarga yang masih dirasakan, kemampuan individu dalam penerimaan keadaan dirinya, hingga kondisi lingkungan blok pemasyarakatan yang ditempatkan (Ashari Jaya *et al.*, 2025; Hastuti *et al.*, *n.d.*, 2023). Menurut informasi data pemasyarakatan, Indonesia memiliki jumlah narapidana terbanyak keempat di Asia, jumlah narapidana di Indonesia pada tahun 2024 yaitu sebanyak 213,562 orang. Diprovinsi Jawa Timur total narapidana sebanyak 21,044 narapidana. Hasil Penelitian di Lapas Kelas II A Bangkinang menemukan bahwa 32,3% narapidana berada pada tingkat stres berat, yang signifikan berhubungan dengan kejadian insomnia (Nizar Syarif Hamidi & Anggraini Dhillon, *et al.*, 2024). Selain itu, di Lapas Perempuan Kelas II A Tangerang bahkan melaporkan bahwa 40% narapidana berada dalam kategori stres sedang dan 40% dalam kategori stres parah (Ratnasari *et al.*, 2020). Dan hasil penelitian di rumah tahanan negara kelas IIB Maumere, mengungkapkan bahwa mayoritas narapidana remaja, yaitu sebesar 66,7%, mengalami tingkat stres dalam kategori sedang. Sementara itu, 10,0% berada dalam kategori stres rendah, dan hanya sebagian kecil, yakni 3,3%, yang menunjukkan tingkat stres tinggi (Noeng *et al.*, 2025). Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti menemukan bahwa 69 Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di lapas narkotika kelas IIA pamekasan yang baru masuk pada bulan November, dan belum pernah adanya dilakukan penelitian pengukuran tingkat stres sebelumnya.

Masa awal menjalani hukuman, yang juga dikenal sebagai fase masa adaptasi atau penyesuaian seringkali merupakan periode paling rentan secara psikologis bagi warga binaan pemasyarakatan (WBP) karena mereka harus

menghadapi perubahan lingkungan yang drastis, kehilangan kebebasan, stigma, dan ketidakpastian mengenai masa depan mereka (Ega *et al.*, 2021). Selain itu, Perbedaan fasilitas dan pola manajemen antar kelas lapas (mis. Kapasitas hunian, tingkat kepadatan, ketersediaan akses layanan kesehatan mental, maupun akses terhadap program rehabilitasi) dapat menyebabkan perbedaan pengalaman stres yang bermakna antar setiap kelompok warga binaan pemasyarakatan (WBP) di kelas yang berbeda (Ashari Jaya *et al.*, 2025). Stres yang dialami Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di penjara, dapat menimbulkan dampak buruk yang luas pada kesehatan fisik dan mental Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP), dipicu oleh faktor lingkungan yang membatasi seperti kepadatan hunian dan isolasi sosial, menghasilkan konsekuensi kesehatan yang parah dan komprehensif. Secara psikologis, stres ini bermanifestasi sebagai peningkatan kecemasan dan depresi berat, yang secara serius mengganggu kemampuan mereka untuk beradaptasi (*psychological adjustment*) dengan kehidupan penjara, bahkan mendorong perilaku ekstrem seperti bunuh diri atau melukai diri sendiri (*self-harm*) (Ashari Jaya *et al.*, 2025; Fazel *et al.*, 2016). Pada aspek fisik, stres kronis menyebabkan gangguan fisiologis seperti insomnia dan meningkatkan risiko penyakit seperti hipertensi (Nizar Syarif Hamidi *et al.*, 2024). Keseluruhan dampak negatif ini, ditambah dengan perubahan perilaku menjadi lebih gelisah dan iritabel (mudah marah), secara signifikan menghambat proses rehabilitasi yang seharusnya membantu Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) dan mempersulit reintegrasi sosial mereka di masa depan (Hapsari Nina Nabilah *et al.*, 2025).

Berdasarkan hal yang telah diuraikan diatas, peneliti memiliki ketertarikan untuk melaksanakan sebuah penelitian mengenai gambaran tingkat stres yang dialami oleh warga binaan pemasyarakatan (WBP) pada tahap awal masa hukuman yang tinggal di Lapas Narkotika kelas IIA Pamekasan. Sehingga hasilnya dapat menjadi landasan dasar ilmiah bagi pengembangan program pembinaan dan layanan kesehatan mental yang lebih tepat sasaran.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah yang muncul dalam penelitian ini adalah Bagaimana gambaran tingkat stres warga binaan pemasyarakatan (WBP) pada awal masa hukuman di lapas narkotika kelas IIA Pamekasan?

1.3 Batasan Masalah

Penelitian ini difokuskan pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) kasus narkotika yang sedang menjalani tahap awal masa hukuman, yaitu dalam rentang waktu 1 hingga 6 bulan pertama di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan. Fokus utama penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat stres secara umum yang dialami oleh WBP selama masa transisi tersebut. Penelitian ini tidak membahas mengenai faktor-faktor penyebab stres (faktor internal/eksternal), efektivitas program pembinaan di Lapas, maupun aspek gangguan kejiwaan klinis yang lebih mendalam.

1.4 Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat stres warga binaan pada awal masa hukuman dengan kasus narkoba dilapas kelas IIA narkoba Pamekasan.

1.5 Manfaat

1.5.1 Manfaat Teoritis

Dengan memperkaya penelitian yang sudah ada mengenai stres, penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, serta dapat menjadi informasi dan pembelajaran untuk mengidentifikasi serta dengan mudah mengetahui bagaimana gambaran Perbedaan Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) pada Awal Masa Hukuman Dilapas narkoba kelas IIA Pamekasan.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Manfaat bagi peneliti

Hasil penelitian ini akan memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika psikologis, khususnya tingkat stres, pada WBP di tahap awal masa hukuman. Selain itu, penelitian ini diharapkan memberikan pengalaman berharga dan menambah ilmu pengetahuan dalam bidang kesehatan jiwa di lingkungan nyata, serta mendapatkan manfaat berupa ilmu pengetahuan dan wawasan baru bagi peneliti.

2. Manfaat bagi institusi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan sebagai referensi untuk memperoleh informasi dalam bidang keperawatan jiwa, khususnya mengenai gambaran tingkat stres pada warga binaan pemasyarakatan.

3. Manfaat bagi responden

Penelitian ini memberikan kesempatan bagi warga binaan untuk mengekspresikan kondisi psikologis yang mereka alami, sehingga diharapkan dapat meningkatkan kesadaran mereka terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental.

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Stres

2.1.1 Definisi Stress

Stres adalah respons alami tubuh yang mencakup aspek fisiologis, psikologis, dan perilaku, yang muncul saat seseorang berusaha beradaptasi atau mengatasi tekanan dari dalam maupun luar diri. Tekanan atau stresor ini bisa datang dari berbagai aspek kehidupan, seperti pekerjaan, hubungan, atau masalah keuangan, dan memengaruhi setiap individu secara berbeda. Jika tidak ditangani dengan baik, stres dapat mengganggu kesehatan mental, memicu perubahan perilaku seperti mudah marah atau menarik diri, menimbulkan masalah dalam berinteraksi dengan orang lain, dan bahkan menyebabkan keluhan fisik seperti sakit kepala atau gangguan pencernaan (Mubin, 2024).

Stress merupakan suatu kondisi perasaan mengganggu dan mengancam ketika menjalani kehidupan, (WHO, 2020). Stres merupakan pola reaksi serta adaptasi umum, dalam artian reaksi yang dihadapi oleh seseorang dalam menghadapi stresor yang berasal dari dalam maupun luar individu itu sendiri yang bersifat nyata maupun tidak nyata. Istilah lain mengatakan bahwasanya stress merupakan reaksi tubuh yang muncul saat seseorang mendapatkan suatu tekanan, ancaman, maupun perubahan (Musradinur, 2018).

Menurut Melati & Wibowo (2023) menjelaskan bahwa stres pada narapidana adalah proses yang terus berubah. Pada tahap awal masa hukuman, narapidana mengalami stres adaptasi yang dipicu oleh ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan penjara yang keras dan penuh tekanan. Stres ini bersumber dari berbagai faktor, seperti hilangnya otonomi dan kontrol atas kehidupan sehari-hari, isolasi sosial dari keluarga dan dunia luar, serta perasaan tidak aman akibat ancaman kekerasan dari sesama narapidana atau petugas.

Menurut Nizar Syarif Hamidi *et al.*, (2024) juga menyatakan kombinasi stresor ini seringkali memicu manifestasi psikologis yang serius, termasuk kecemasan berlebih, depresi, dan gangguan tidur, serta gejala fisik seperti sakit kepala dan gangguan pencernaan, membuat tahap awal hukuman menjadi periode yang sangat rentan bagi kesehatan mental narapidana.

2.1.2 Sumber stres

Menurut Ivan Aditya Mileniawan (2022) beberapa sumber stres, yaitu:

1. Lingkungan

Faktor lingkungan dibagi menjadi 2 kategori utama yaitu :

- 1) Faktor lingkungan internal, yaitu kondisi di dalam Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) itu sendiri. Lapas dihuni oleh orang-orang dengan berbagai latar belakang kejahatan yang berbeda, mulai dari pembunuhan, perampokan, hingga korupsi. Keberagaman karakter dan "budaya" yang ada di dalamnya memaksa narapidana untuk beradaptasi agar bisa bertahan. Ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan yang kompleks dan penuh tekanan ini sering kali menjadi pemicu utama stres.
- 2) Faktor lingkungan eksternal, yang berasal dari luar lapas, seperti sikap keluarga. Meskipun narapidana berada di dalam Lapas, dukungan dari keluarga tetap menjadi hal yang sangat penting. Ketika narapidana merasa diabaikan atau dijauhi oleh orang-orang terdekatnya, seperti dalam kasus perceraian atau tidak pernah dikunjungi, hal ini menimbulkan beban emosional yang berat dan memicu stres. Jadi, lingkungan, baik di dalam maupun di luar Lapas, memainkan peran signifikan dalam kondisi mental narapidana.

2. Diri sendiri

Sumber stres dari diri sendiri umumnya bersumber dari :

- 1) Keterbatasan Keinginan dan Hak Di dalam Lapas.
Narapidana harus menghadapi kenyataan bahwa hak dan keinginan mereka sangat dibatasi. Keterbatasan ini bisa menimbulkan frustrasi dan tekanan psikologis. Ketika narapidana tidak bisa mendapatkan hal yang mereka inginkan, kondisi mental mereka cenderung terganggu.
- 2) Ketidaknyamanan Fisik dan Mental.
Lingkungan Lapas yang padat (*overcrowding*) sering kali memaksa narapidana untuk berbagi ruang tidur, bahkan berdesak-desakan. Kondisi ini menciptakan ketidaknyamanan fisik yang berkelanjutan. Ketika perasaan tidak nyaman ini terus-menerus dipikirkan, hal itu dapat memengaruhi kondisi mental narapidana dan menimbulkan stres.

Menurut sejumlah penelitian, faktor stres yang bersifat internal pada narapidana dapat ditinjau dan dikelompokkan berdasarkan karakteristik sosiodemografi dan latar belakang pidana mereka. Faktor-faktor ini meliputi usia narapidana, pekerjaan sebelum menjalani hukuman, tingkat pendidikan (Fathiroh Fushilah Famuji *et al.*, 2025), lama hukuman yang harus dijalani, status pernikahan, dan agama atau keyakinan yang dianut. Variabel-variabel internal ini dipercaya berkorelasi dengan kemampuan individu dalam beradaptasi dan mengelola tekanan psikologis yang timbul akibat lingkungan penjara, sehingga dapat menjadi prediktor signifikan terhadap tingkat stres yang dialami narapidana (Hastuti *et al.*, 2023).

3. Pikiran

- 1) Stres pada narapidana juga dapat berasal dari cara mereka memandang atau mempersepsikan lingkungan di sekitarnya.
- 2) Pola pikir negatif yang berkelanjutan ini membuat mereka tidak bisa merasa nyaman dan menjalin hubungan yang sehat.

2.1.3 Indikator Stres

Menurut Rachmanie & Swasti (2022) menyebutkan bahwa ada beberapa indikator stres antara lain:

1. Perasaan tidak terprediksi (*felling of unpredictability*)
Di tahap ini dapat diartikan sebagai ketidakmampuan seseorang untuk memprediksi kejadian secara tiba-tiba yang terjadi di dalam masa kehidupannya. Hal itulah yang dapat menyebabkan seseorang mempunyai rasa putus asa dan sering merasa tidak berdaya
2. Perasaan tidak terkontrol (*felling of uncontrollability*)
Pada tahap yang kedua ini dapat muncul karena ketidakmampuan seseorang dalam mengontrol dirinya yang ditimbulkan karena adanya berbagai tuntutan dari dalam diri (internal) atau bahkan dari luar (eksternal) yaitu lingkungan yang dapat menimbulkan dampak perilaku.
3. Perasaan ter tekan (*felling of overload*)

Dalam keadaan ini seseorang akan menimbulkan dampak negative secara psikis dan biologis. Di tahap ini umumnya seseorang akan mengalami gejala seperti adanya rasa cemas, rasa benci sedih, rasa khawatir yang berlebih, bahkan mempunyai perasaan harga diri rendah

Menurut Anggraini D. , H. T. , & S. W. (2020) menjelaskan bahwa narapidana mengalami stres pada dua fase krusial, saat awal masuk dan menjelang pembebasan. Kedua fase ini menuntut penyesuaian yang signifikan dan menimbulkan tantangan psikologis yang berbeda.

1. Stres pada Narapidana Baru

Narapidana yang baru masuk ke lembaga pemasyarakatan (Lapas) atau rumah tahanan (Rutan) umumnya mengalami stres adaptasi yang tinggi. Mereka dipaksa untuk berhadapan dengan lingkungan baru yang sangat berbeda dari kehidupan normal. Hal ini bisa memicu berbagai respons stres, baik secara fisik maupun psikologis.

1) Hilangnya Kebebasan dan Otonomi

Kehidupan di dalam lapas diatur oleh jadwal dan aturan yang ketat, menghilangkan kebebasan pribadi yang sebelumnya dimiliki. Narapidana tidak bisa lagi menentukan apa yang ingin dimakan, kapan bangun atau tidur, atau bahkan dengan siapa mereka berinteraksi. Perasaan terkekang ini bisa menimbulkan frustrasi dan kecemasan.

2) Ancaman dan Rasa Tidak Aman

Lingkungan Lapas bisa menjadi tempat yang keras dan penuh kekerasan. Narapidana baru mungkin merasa terancam oleh narapidana lain atau bahkan oleh petugas. Rasa tidak aman ini memicu kewaspadaan konstan, yang melelahkan secara mental dan fisik.

3) Isolasi Sosial

Terpisah dari keluarga, teman, dan orang-orang terkasih dapat menyebabkan depresi, kesepian, dan kesedihan. Meskipun berada di tengah banyak orang, narapidana baru bisa merasa sangat terisolasi.

- 4) Penyesuaian terhadap Aturan
Proses adaptasi terhadap rutinitas dan aturan Lapas yang baru menuntut penyesuaian perilaku yang cepat, yang tidak jarang menimbulkan kebingungan dan kelelahan mental.
2. Stres pada Narapidana Menjelang Bebas
Menjelang pembebasan, narapidana menghadapi jenis stres yang berbeda, yaitu stres antisipatif. Stres ini muncul dari ketidakpastian masa depan dan kekhawatiran tentang reintegrasi ke masyarakat.
 - 5) Kekhawatiran tentang Penerimaan Masyarakat
Mantan narapidana sering kali menghadapi stigma sosial yang besar. Mereka khawatir tidak akan diterima kembali oleh keluarga, teman, atau lingkungan sekitar. Rasa takut akan penolakan ini dapat menghambat mereka untuk memulai hidup baru.
 - 6) Masalah Ekonomi dan Pekerjaan
Salah satu kekhawatiran terbesar adalah bagaimana mereka akan mencari nafkah setelah bebas. Rekam jejak kriminal sering kali menjadi hambatan besar dalam mencari pekerjaan yang layak. Tanpa pekerjaan, mereka berisiko jatuh kembali ke dalam pola kriminalitas.
 - 7) Kecemasan tentang Keterampilan Sosial
Selama di dalam Lapas, narapidana mungkin kehilangan atau lupa cara berinteraksi secara normal dengan masyarakat. Mereka khawatir tidak bisa lagi beradaptasi dengan perubahan sosial dan teknologi yang terjadi di luar selama mereka dipenjara.
 - 8) Kurangnya Dukungan
Beberapa narapidana yang akan bebas mungkin tidak memiliki jaringan dukungan yang kuat di luar. Ketiadaan keluarga atau teman yang bisa membantu mereka beradaptasi bisa membuat transisi menjadi sangat sulit dan penuh tekanan.

2.1.4 Jenis Stres

Jenis-jenis stres pada narapidana dapat dikategorikan berdasarkan sumbernya dan waktu kemunculannya.

1. Stres Berdasarkan Sumbernya

1) Stresor Lingkungan (Environmental Stressors)

Stres yang disebabkan oleh kondisi fisik dan sosial di dalam lembaga pemasyarakatan (lapas) atau rumah tahanan (rutan). Menurut Zalewska (2018), stresor lingkungan meliputi:

(1) Kondisi Fisik

Ruangan yang padat dan sesak, kurangnya privasi, sanitasi yang buruk, kebisingan, dan minimnya akses terhadap udara segar dan sinar matahari.

(2) Aturan yang Kaku

Narapidana harus mematuhi jadwal yang ketat untuk makan, tidur, dan kegiatan harian lainnya, yang menghilangkan otonomi

- pribadi.
- (3) Ancaman Kekerasan
Ancaman kekerasan yang menimbulkan stres seperti risiko kekerasan fisik, intimidasi, atau pelecehan dari narapidana lain atau bahkan petugas.
 - (4) Isolasi Sosial
Isolasi sosial yang menimbulkan stres dapat berupa terputusnya hubungan atau komunikasi dari keluarga dan teman-teman, yang dapat menimbulkan rasa kesepian dan depresi.
- 2) Stresor Psikologis (Psychological Stressors)
Stres ini berkaitan dengan kondisi mental dan emosional narapidana. Hidayatullah *et al.*, (2020) mengidentifikasi beberapa stresor psikologis utama, yaitu:
- (1) Rasa Bersalah dan Penyesalan
Rasa bersalah dan penyesalan merupakan pergolakan emosional mendalam di mana narapidana dihantui oleh bayangan kejahatan yang telah dilakukan, bukan hanya rasa bersalah secara hukum, tetapi juga secara moral. Perasaan yang bersalah atas kejahatan tersebut serta penyesalan atas dampak yang ditimbulkannya pada keluarga, korban, dan pihak-pihak lain yang terdampak secara tidak langsung, menciptakan kerusakan hubungan, kehilangan dukungan, dan penderitaan batin yang berkelanjutan.
 - (2) Ketidakpastian Masa Depan
Ketidakpastian masa depan adalah stresor yang berkelanjutan, mencakup kekhawatiran tentang nasib mereka setelah keluar dari penjara dan kemampuan untuk reintegrasi ke dalam masyarakat. Stigma masyarakat yang besar terhadap status sebagai mantan narapidana menciptakan hambatan sosial, membuat narapidana merasa terisolasi dan sulit diterima kembali. Selain itu, kesulitan mendapatkan pekerjaan bukan hanya masalah finansial, tetapi juga menghambat pemulihan harga diri dan kemandirian mereka setelah dibebaskan.
 - (3) Ketergantungan dan Kehilangan Identitas
Stresor ini berpusat pada perasaan kehilangan identitas diri yang terjadi karena peran sosial, pekerjaan, dan jaringan di luar lapas terputus atau hilang selama masa hukuman, sehingga narapidana hanya dikenal sebagai "Narapidana." Bersamaan dengan itu, mereka menjadi sangat bergantung pada sistem lapas yang terstruktur dan terjamin, di mana segala kebutuhan dasar telah disediakan. Ketika dibebaskan, mereka dihadapkan pada keharusan untuk mandiri dan mengambil keputusan secara independen, yang justru menjadi sumber stres baru.

2. Stres Berdasarkan Waktu Kemunculan
Menurut Anggraini, (2020) Stres narapidana bersifat dinamis, berubah seiring berjalannya masa hukuman.
 - 1) Stres Adaptasi Awal (Initial Adaptation Stress)
Stres yang dialami oleh narapidana baru, pada fase ini narapidana harus membiasakan diri dengan lingkungan baru, aturan yang ketat, dan interaksi dengan narapidana lain yang tidak dikenal. Stres ini sering kali menimbulkan kecemasan, kebingungan, dan rasa takut.
 - 2) Stres Selama Masa Hukuman (Mid-Sentence Stress)
Setelah fase adaptasi awal, stres dapat berubah bentuk menjadi kebosanan, kelelahan mental, dan depresi. Rutinitas yang monoton dan harapan yang memudar sering kali menjadi pemicu stres ini.
 - 3) Stres Menjelang Pembebasan (Pre-Release Stress)
Stres antisipatif yang terjadi saat narapidana akan dibebaskan, narapidana merasa tidak percaya diri untuk kembali ke masyarakat, khawatir tentang stigma, kesulitan mencari pekerjaan, dan membangun kembali hubungan dengan keluarga dan teman.

2.1.5 Tingkat Stres

Menurut Mubin, (2024), stres dibagi menjadi tiga tingkatan yaitu:

1. Stres Ringan
Stres ringan sering kali terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan dapat diatasi dengan mudah. Ini bisa terjadi karena tugas sehari-hari, situasi sosial yang menuntut, atau tantangan kecil yang muncul dalam rutinitas harian. Biasanya, stres ringan tidak memiliki dampak yang signifikan dan dapat diatasi dengan strategi coping sederhana.
2. Stres Sedang
Stres sedang mungkin timbul ketika ada tekanan atau tuntutan yang lebih besar dalam kehidupan, seperti tekanan di tempat kerja, perubahan hidup yang signifikan atau masalah keuangan yang mempengaruhi kestabilan finansial. Stres sedang bisa memengaruhi kesehatan fisik dan mental seseorang jika tidak diatasi dengan baik.
3. Stres Berat
Stres berat merupakan tingkatan stres yang intens dan berkepanjangan. Ini bisa disebabkan oleh kejadian traumatis, kehilangan yang signifikan, konflik yang berlarut-larut, atau kondisi yang sangat membebani secara emosional maupun fisik. Stres berat dapat memiliki dampak serius pada kesehatan mental dan fisik seseorang, dan memerlukan perhatian dan bantuan profesional.

2.1.6 Dampak Stres

Beberapa dampak yang mempengaruhi stres Menurut Muhammad Arief Agus, (2020). Yaitu:

1. Dampak kepada sistem pernafasan dan kardiovaskular
Ketika tubuh merasa stress maka pernafasan berlangsung lebih cepat untuk mendistribusikan oksigen keseluruh tubuh khususnya kepada otot sehingga seseorang memiliki lebih banyak kekuatan untuk mengambil tindakan. Kondisi ini akan berakibat pada peningkatan tekanan darah. Apabila hal ini dibiarkan dalam jangka waktu yang panjang akan beresiko pada serangan jantung atau stroke.

2. Dampak kepada sistem pencernaan

Ketika tubuh merasa stress maka tubuh akan meningkatkan gula darah (glukosa) untuk memberikan kekuatan pada tubuh, ketika kondisi ini terjadi dalam waktu yang lama dapat berdampak pada diabetes melitus tipe II. Selain itu akan terjadi peningkatan asam pada lambung yang menyebabkan mual, muntah, dan sembelit.

3. Dampak kepada sistem otot

Ketika otot menegang untuk melindungi diri dari cedera saat mengalami stres. Otot cenderung lepas lagi setelah rileks, tetapi jika stress terjadi terus menerus, otot mungkin tidak sempat rileks. sehingga menyebabkan sakit kepala, nyeri punggung dan bahu, serta nyeri tubuh. Seiring waktu, hal ini dapat memicu siklus tidak sehat saat Anda berhenti berolahraga dan beralih ke obat pereda nyeri untuk meredakan nyeri.

4. Dampak kepada seksualitas

Ketika stress dalam jangka pendek tubuh akan meningkatkan hormon testosteron, namun jika stress, terjadi cukup lama maka produksi testosterone akan menurun yang berdampak kepada penurunan produksi sperma dan menyebabkan disfungsi ereksi atau impotensi. Dan pada wanita dampak stress dapat menyebabkan menstruasi yang tidak teratur.

5. Dampak kepada system kekebalan tubuh

Stres merangsang sistem kekebalan, yang dapat menjadi nilai tambah untuk situasi tertentu. Stimulasi ini dapat membantu menghindari infeksi dan menyembuhkan luka. Namun seiring waktu, hormon stres akan melemahkan sistem kekebalan tubuh dan mengurangi respons tubuh terhadap penyerang asing. Orang yang mengalami stres kronis lebih rentan terhadap penyakit virus seperti flu dan pilek, serta infeksi lainnya. Stres juga dapat meningkatkan waktu yang diperlukan untuk pulih dari penyakit atau cedera.

2.1.7 Manajemen stres

Mengelola stres pada narapidana adalah proses yang rumit, terutama jika mereka menghadapi berbagai sumber tekanan. Oleh karena itu, pendekatan yang digunakan harus disesuaikan secara spesifik untuk setiap individu. Selain penggunaan obat-obatan yang bisa efektif, beberapa jenis terapi juga terbukti berhasil dalam membantu narapidana mengatasi stres yang mereka alami. Berikut beberapa jenis terapi yang bisa digunakan. (Muhammad Arief Agus, 2020).

1. Terapi Perilaku Kognisi *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)*

Terapi Perilaku Kognitif (CBT) adalah pendekatan terapeutik yang berfokus pada cara pandang seseorang terhadap diri sendiri dan lingkungannya. Terapi ini membantu pasien mengidentifikasi, menganalisis, dan mengubah pola pikir serta perilaku negatif yang tidak sehat. CBT menggabungkan dua komponen utama: terapi kognitif, yang fokus pada pemeriksaan pikiran negatif, dan terapi perilaku, yang membantu pasien memahami cara mereka bereaksi dalam berbagai situasi. Melalui proses ini, pasien berperan aktif dalam terapi, mempelajari keterampilan baru yang dapat membantu mereka membuat keputusan yang lebih baik, dan pada akhirnya mampu melakukan perbaikan diri. Terapi ini umumnya membutuhkan 12 hingga 16 sesi

pertemuan.

2. *Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR)*

Terapi ini melatih seseorang untuk lebih sadar dan fokus pada realitas, sehingga mereka dapat menjalani hidup berdasarkan fakta. Pelatihan ini sering kali mencakup latihan pernapasan, visualisasi, dan praktik lain yang membantu mengubah pola pikir.

3. Relaksasi Otot Progresif

Metode relaksasi otot, yang diperkenalkan oleh Edmund Jacobson dan disingkat menjadi pelatihan relaksasi progresif, merupakan teknik untuk mengurangi respons tubuh terhadap stres dan kecemasan. Latihan ini melibatkan penegangan dan pengenduran otot secara sistematis, biasanya dimulai dari kepala ke kaki atau sebaliknya. Dengan menguasai teknik ini, seseorang dapat menurunkan tingkat ketidaknyamanan yang diakibatkan oleh stres.

4. Terapi Musik

Terapi musik terbukti secara signifikan memberikan dampak positif pada pasien. Perubahan ini terlihat dalam peningkatan relaksasi, perbaikan suasana hati, dan pikiran yang lebih positif tentang diri sendiri setelah menjalani intervensi musik.

5. Penggunaan Obat-obatan

Obat-obatan sering kali direkomendasikan oleh dokter sebagai bagian dari terapi untuk mengatasi stres. Penggunaan obat ini umumnya aman dan efektif, dengan dosis yang disesuaikan berdasarkan tingkat keparahan gejala yang dialami.

6. Menolong Diri Sendiri

Beberapa narapidana bisa mengatasi stresnya secara mandiri dengan berbagai cara, seperti mengenali gejala stres, bermeditasi, berolahraga, beristirahat di tempat yang tenang, atau berbicara dengan orang yang suportif. Efektivitas terapi ini berbeda-beda, ada yang berhasil dalam hitungan bulan, ada pula yang membutuhkan waktu lebih dari satu tahun.

2.1.8 Alat Ukur Tingkat Stres

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur tingkat stres dalam penelitian ini adalah menggunakan PSS (*Perceived stres scale*). *Perceived stres scale* (PSS-10) merupakan self-report questionnaire yang terdiri dari 10 pertanyaan dan dapat mengevaluasi tingkat stres beberapa bulan yang lalu dalam kehidupan subjek penelitian (Strand, 2020).

Soal dalam PSS *perceived stres scale* ini akan menanyakan tentang perasaan dan pikiran responden dalam satu bulan terakhir ini. Responden akan diminta untuk mengindikasikan seberapa sering perasaan ataupun pikiran dengan membulatkan jawaban atas pertanyaan. Responden akan diberikan pertanyaan yang menggambarkan berbagai perasaan dan pikiran. Tugas Responden adalah menentukan seberapa sering mengalami perasaan atau pikiran tersebut dengan melingkari salah satu pilihan jawaban yang paling sesuai (S. Anggraini & Kurniasari, 2020).

1. (TP) Tidak pernah = 0
2. (HTP) Hampir tidak pernah = 1 (1-2 kali)
3. (KK) Kadang kadang = 2 (3-4 kali)
4. (CS) Cukup sering = 3 (5-6 kali)
5. (SS) Sangat sering = 4 (lebih dari 6 kali)

Semua penilaian diakumulasikan, kemudian disesuaikan dengan tingkatan stres sebagai berikut:

1. Stres ringan = 0-13
2. Stres sedang = 14-26
3. Stres berat = 27-40

2.2 Tahap Awal Masa Hukuman

Menurut kitab UU hukum pidana (KUHP) Masa hukuman adalah jangka waktu tertentu atau seumur hidup yang ditetapkan oleh putusan pengadilan yang berkekuatan hukum tetap, sebagai sanksi atau derita yang dijatuhkan oleh negara kepada seseorang yang terbukti bersalah melakukan tindak pidana. Sesuai dengan Pasal 9 ayat (1) bahwa Pembinaan tahap awal sebagaimana dimaksud dalam Pasal 7 ayat (2) huruf a bagi narapidana dimulai sejak yang bersangkutan berstatus sebagai narapidana sampai dengan 1/3 (satu per tiga) dari masa pidana. Pada Pasal 10 menjelaskan bahwa pada pembinaan tahap awal pada ayat (1) Pembinaan tahap awal sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) meliputi:

1. Masa pengamatan, pengenalan dan penelitian lingkungan paling lama 1 (satu) bulan.
2. Perencanaan program pembinaan kepribadian dan kemandirian.
3. Pelaksanaan program pembinaan kepribadian dan kemandirian
4. Penilaian pelaksanaan program pembinaan tahap awal.

2.3 Konsep Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP)

2.3.1 Pengertian Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP)

Warga binaan adalah sebuah istilah yang diberikan kepada penghuni lembaga pemasyarakatan maupun rumah tahanan negara. Warga binaan adalah orang yang dibatasi kemerdekaannya ditempatkan di dan lembaga pemasyarakatan maupun rumah tahanan negara karena perbuatannya terbukti bersalah sehingga dijatuhi hukuman hilang

kemerdekaannya (penjara dan kurungan) yang mempunyai kekuatan hukum yang tetap. Menurut pasal 10 kitab Undang undang hukum pidana (KUHP). Di dalam Pasal 1 butir 3 dan 6 Undang undang Nomor 22 tahun 2022 tentang pemasyarakatan yaitu :

1. Narapidana adalah terpidana yang sedang menjalani pidana penjara untuk waktu tertentu dan seumur hidup atau terpidana mati yang sedang menunggu pelaksanaan putusan, yang sedang menjalani pembinaan di pemasyarakatan. lembaga
2. Warga binaan adalah terpidana yang menjalani kemerdekaan di hilang Lembaga Pemasyarakatan (LAPAS) Yang dimaksud warga binaan disini adalah seorang yang karena perbuatannya melanggar hukum, maka ia di pidana atau dihukum berdasarkan putusan pengadilan yang mempunyai kekuatan hukum yang tetap dan di tempatkan di Lembaga Pemasyarakatan.

2.3.2 Warga Binaan Pemasyarakatan dengan kasus narkoba

Menurut Agus Irianto (2020). Yang dimaksud warga binaan dengan kasus narkoba disini adalah narapidana yang sedang menjalani pidana hilang kemerdekaan di Lapas karena terbukti secara sah dan meyakinkan bersalah melakukan tindak pidana di bidang narkotika dan/atau prekursor narkotika, sesuai dengan putusan pengadilan yang telah memperoleh kekuatan hukum tetap. Mereka bisa merupakan pelaku dalam berbagai peran, seperti:

1. Penyalahguna atau pecandu narkotika.
2. Pengedar, kurir, atau bandar narkotika.

2.3.3 Sistem Pemasyarakatan

Sistem Pemasyarakatan yang di amanatkan pada Undang-undang nomor 12 tahun 1995 tentang Pemasyarakatan pasal 1 ayat 2 yang berbunyi “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. Pembinaan yang di lakukan dilapas sendiri sudah terbagi menjadi 3 tahap sesuai dengan Peraturan Pemerintah Nomor 31 Tahun 1999 tentang Pembinaan dan Pembimbingan yakni :

1. Pembinaan narapidana dilaksanakan melalui beberapa tahap pembinaan.
2. Tahap pembinaan sebagaimana dimaksud dalam ayat (1) terdiri dari atas 3 (tiga) tahap, yaitu:
 - 1) Tahap, awal
 - 2) Tahap lanjutan dan
 - 3) Tahap akhir
3. Pengalihan pembinaan dari satu tahap ke tahap lain ditetapkan melalui sidang tim Pengamat pemasyarakatan berdasarkan data dari pembina pemasyarakatan, Pengaman pemasyarakatan Pembimbing Kemasyarakatan, dan wali narapidana.

2.3.4 Sistem Pemasyarakatan Narkotika

Sistem pembinaan bagi Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) kasus narkoba, khususnya pengguna atau pecandu, mengutamakan Rehabilitasi sebagai program wajib, selaras dengan UU No. 35 Tahun 2009 yang menganggap pecandu sebagai "orang sakit" yang harus diobati melalui Rehabilitasi Medis (pemulihan fisik dari ketergantungan) dan Rehabilitasi Sosial (pemulihan mental dan sosial), sering menggunakan metode *Therapeutic Community* (TC) dengan dukungan kerja sama dari BNN. Selain itu, UU No. 22 Tahun 2022 telah menghilangkan syarat tambahan seperti *Justice Collaborator* (JC) untuk mendapatkan hak Reintegrasi Sosial (seperti Pembebasan Bersyarat), sehingga WBP kini hanya perlu memenuhi syarat umum seperti berkelakuan baik, aktif mengikuti pembinaan, dan menjalani minimal 2/3 masa pidana. Di samping program khusus tersebut, WBP tetap menjalani Pembinaan Umum yang mencakup Pembinaan Kepribadian (keagamaan, mental) dan Pembinaan Kemandirian (pelatihan keterampilan vokasional) sebagai bekal kembali ke masyarakat.

2.4 Kajian Hasil Penelitian Terdahulu

Tabel 2.1 Kajian Hasil Penelitian Terdahulu Gambaran Tingkat Stres Pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Berdasarkan Blok Ditahap Awal Masa Hukuman Dilapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan.

Judul, Penulis, Tahun	Metode	Hasil	Novelty
“Tingkat Stres Narapidana ditinjau dari masa tahanan dan frekuensi membaca Alquran” (Sholihah & Sawitri, 2021).	D : penelitian kuantitatif korelasional dan komparatif. S : 63 Responden V : Variabel yang digunakan pada penelitian ini adalah stres yang merupakan variabel terikat dengan masa tahanan dan frekuensi membaca Alquran sebagai variabel bebas. I : Kuesioner DASS dengan item 22 A : Uji deskriptif, Spearman-Rank, dan Mann-Whitney	Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan antara masa tahanan dan stres, akan tetapi terdapat perbedaan stres yang ditinjau dari frekuensi membaca Alquran.	Perbedaan dari penelitian tersebut dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah perbedaan variabel yang akan diteliti. Variabel yang diteliti oleh saya yaitu gambaran tingkat stres narapidana berdasarkan blok ditahap awal masa hukuman. Perbedaan selanjutnya adalah lokasi yang akan saya ambil yaitu dilapas narkotika kelas IIA pamekasan. Dan perbedaan terakhir adalah metode penelitian yang akan saya ambil yaitu menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif.
“Gambaran tingkat stres narapidana ditinjau dari vonis	D : pendekatan kuantitatif	Hasil penelitian menunjukkan bahwanarapidana	Perbedaan dari penelitian

hukuman” (Hapsari Nina Nabilah <i>et al.</i>, 2025)	deskriptif. S : 337 Responden V : Satu variabel mandiri (Tunggal) tingkat stres narapidana ditinjau dari vonis hukuman I : kuesioner PSS A : Uji analisis deskriptif	dengan pidana seumur hidup memiliki rata-rata skor stres tertinggi (M = 22.06), disusul oleh narapidana dengan pidana mati (M = 21.80), dan terendah pada narapidana pidana BI (M = 20.65).	tersebut dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah perbedaan variabel yang akan diteliti. Variabel yang diteliti oleh saya yaitu gambaran tingkat stres narapidana berdasarkan blok ditahap awal masa hukuman. Perbedaan selanjutnya adalah lokasi yang akan saya ambil yaitu dilapas narkotika kelas IIA pamekasan.
“Gambaran Kesepian WBP Pada Awal Masa Pidana Di Lapas Kelas I Semarang” (Ega <i>et al.</i>, 2024).	D : pendekatan kualitatif deskriptif S : 2 Responden V : Variabel (Fokus) Kesepian, Pengalaman WBP, Awal Masa Pidana I : Wawancara dan Observasi A : Tidak ada (karena kualitatif)	Hasil penelitian tersebut didapatkan bahwa gambaran kesepian pada awal menjalani masa pidana keduanya mengalami kondisi rasa cemas dan khawatir pada dirinya yang dika renakan memikirkan dan mengkhawatirkan keluarganya yang berada di rumah lalu kurangnya hiburan yang ada dilapas membuat keduanya merasakan bosan hal ini dikarenakan timbul perasaan cemas yang diakibatkan ketidakmampuan individu menyesuaikan diri	Perbedaan dari penelitian tersebut dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah perbedaan variabel yang akan diteliti. Variabel yang diteliti oleh saya yaitu gambaran tingkat stres narapidana berdasarkan blok ditahap awal masa hukuman. Perbedaan selanjutnya adalah lokasi yang akan

		selama berada di Lembaga Pemasyarakatan. Kemudian didapatkan hasil bahwa yang dirasakan ketakutan untuk beradaptasi dilingkungan baru karena adanya perasaan takut dibully atau terjadi perploncoan oleh seniorinya yang ada dilapas, takut tidak bisa beradaptasi oleh lingkungan yang baru.	saya ambil yaitu dilapas narkotika kelas IIA pamekasan. Selanjutnya metode yang saya gunakan adalah pendekatan kuantitatif deskriptif, dan perbedaan terakhir adalah kuesioner yang saya pakai adalah kuesioner PSS
“Gambaran stres narapidana remaja dirumah tahanan negara kelas IIB maumere” (Noeng <i>et al.</i>, 2025).	D : Deskriptif kuantitatif. S : 30 Responden V : Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif yang bertujuan untuk memperoleh gambaran tentang suatu fenomena, yaitu gambaran mengenai tingkat stres narapidana berdasarkan kategorivonis hukuman." I: Kuesioner tertutup A : Uji analisis deskriptif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas narapidana anak, yaitu 66,7%, mengalami tingkat stres dalam kategori sedang. Sementara itu, 10,0% berada dalam kategori stres rendah, dan hanya sebagian kecil, yaitu 3,3%, yang menunjukkan tingkat stres tinggi.	Perbedaan dari penelitian tersebut dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah perbedaan variabel yang akan diteliti. Variabel yang diteliti oleh saya yaitu gambaran tingkat stres narapidana berdasarkan blok ditahap awal masa hukuman. Perbedaan selanjutnya adalah lokasi yang akan saya ambil yaitu dilapas narkotika kelas IIA pamekasan. Dan perbedaan terakhir adalah teknik

			sampling, teknik sampling yang saya gunakan adalah total sampling dimana semua populasi dijadikan sampel.
“Analisis faktor stres pada warga binaan di lembaga pemasyarakatan perempuan kelas iia way hui bandar lampung”(Ashari Jaya <i>et al.</i>, 2025).	D : Analitik kuantitatif dengan rancangan cross sectional S : 134 Responden V : menggunakan variabel dependen (kejadian stres) dengan variabel independen (pengetahuan, usia, dukungan social, masa hukuman, penyesuaian diri, kepadatan hunian). I : Observasi dan kuesioner A : Chi square	hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Sebagian besar responden tidak mengalami stres (94.8%). pengetahuan kurang (52.8%), usia 18-64 tahun (99.3%), dukungan sosial baik (59.7%), masa tahanan < 3 tahun (70.9%), penyesuaian diri baik (64.2%), mengalami perasaan kepadatan hunian (70.9%). Ada hubungan pengetahuan (p-value = 0.002: OR = 2.59) dengan stres dan tidak ada hubungan dukungan sosial (p-value = 0.70), lama masa hukuman (p-value = 0.67), penyesuaian diri (p-value = 1.00) kepadatan hunian (p-value = 0.67), dan usia (p-value = 0.493) dengan stres.	Perbedaan dari penelitian tersebut dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah perbedaan variabel yang akan diteliti. Variabel yang diteliti oleh saya yaitu gambaran tingkat stres narapidana berdasarkan blok ditahap awal masa hukuman. Perbedaan selanjutnya adalah lokasi yang akan saya ambil yaitu dilapas narkotika kelas IIA pamekasan. Dan perbedaan terakhir adalah metode penelitian yang akan saya ambil yaitu menggunakan pendekatan kuantitatif

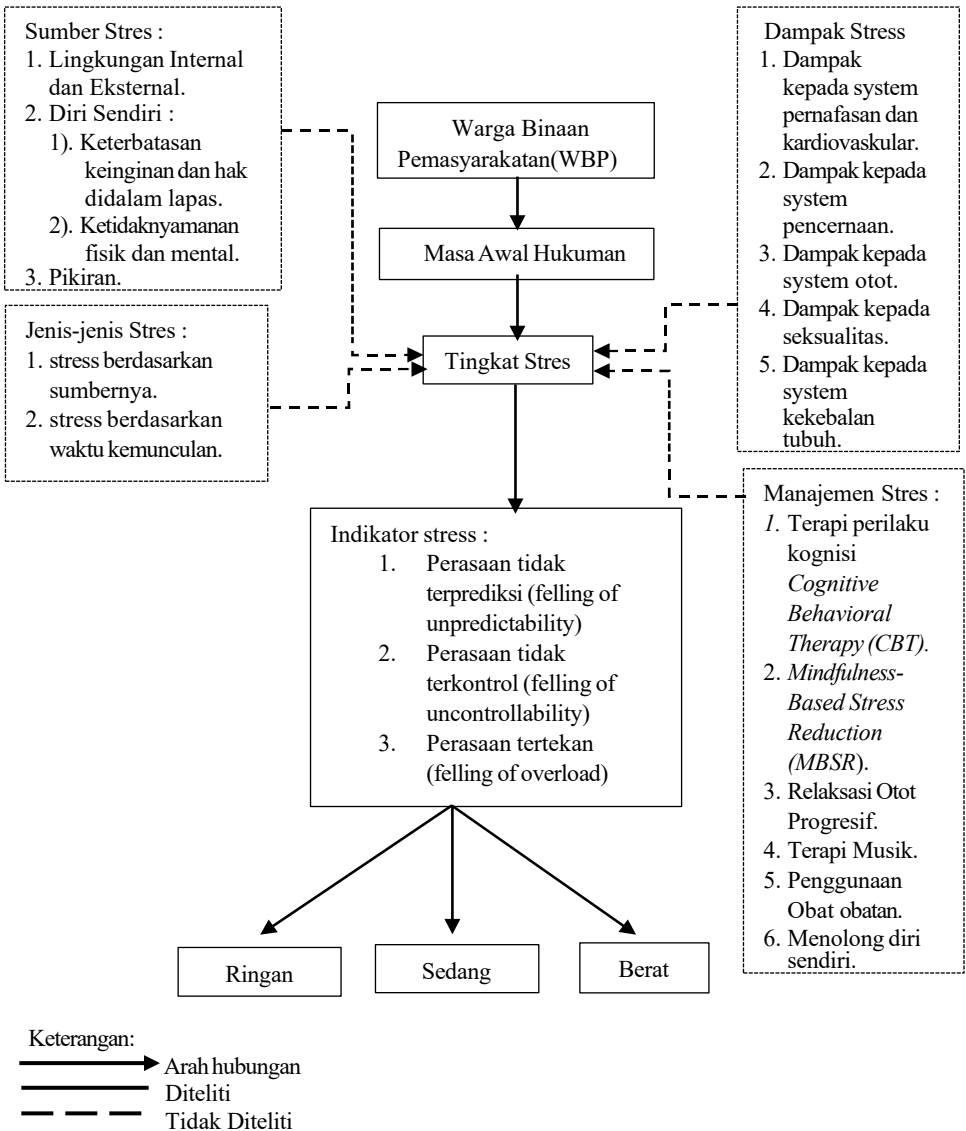
			dengan jenis penelitian deskriptif.
“Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Tingkat Stress pada Narapidana di Lapas Narkotika Kelas III Samarinda” (Febrianti & Masnina, 2020).	D : Analisis korelasidengan pendekatan cross sectional. S : 55 Responden V : Variabel independen (bebas) dukungan sosial dan variabel dependen (terikat) tingkat stres pada narapidana I : Tingkat stress di nilai dengan Depression Anxiety Stres Scale dan untuk mengukur variabel independen dukungan sosial di gunakan kuesioner yang di adopsi dari Amalia. A : <i>Chi-square</i>	Hasil penelitian dari total 55 responden diperoleh dukungan sosial baik 30 (54.5%) dan kurang baik 25 (45.5%) dengan tingkat stres normal 21 (38.2%), ringan 9 (16.4%), sedang 19 (34.5%), berat 5 (9.1%) dan sangat berat 1 (1.8%). Uji statistik menunjukkan P value $0.00 < \alpha 0.05$.	Perbedaan dari penelitian tersebut dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah perbedaan variabel yang akan diteliti. Variabel yang diteliti oleh saya yaitu gambaran tingkat stres narapidana berdasarkan blok ditahap awal masa hukuman. Perbedaan selanjutnya adalah lokasi yang akan saya ambil yaitu dilapas narkotika kelas IIA pamekasan. Dan perbedaan terakhir adalah metode penelitian yang akan saya ambil yaitu menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif.
“Hubungan Masa Hukuman dengan Tingkat Stres pada Narapidana diLapas Perempuan Kelas II A Samarinda” (S.	D : Analitik kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional.	Hasil uji Spearman rank didapatkan nilai signifikan sebesar $0,225 < 0,05$ dengan kolerasi (0,085),disimpulkan	Perbedaan dari penelitian tersebut dengan penelitian

Anggraini & Kurniasari, 2020)	S : 180 Responden V : Variabel independen (bebas) masa hukuman dan variabel dependen (terikat) tingkat stres pada narapidana I : Kuesioner dengan dua variabel berbeda (DASS 42) A : Uji Spearman rank	bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara Masa Hukuman dengan Tingkat Stres pada narapidana di lapas perempuan kelas II A Samarinda	yang akan saya lakukan adalah perbedaan variabel yang akan diteliti. Variabel yang diteliti oleh saya yaitu gambaran tingkat stres narapidana berdasarkan blok ditahap awal masa hukuman. Perbedaan selanjutnya adalah lokasi yang akan saya ambil yaitu dilapas narkotika kelas IIA pamekasan. Dan perbedaan terakhir adalah metode penelitian yang akan saya ambil yaitu menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif.
“Analisis faktor yang berhubungan dengan stres narapidana Tipidum di lembaga pemasyarakatan kelas iia Yogyakarta” (Hastuti <i>et al.</i>, 2023)	D : Kuantitatif observasional analitik dengan desain cross sectional S : 127 Responden V : Variabel independen (bebas) dan variabel dependen (terikat) stres narapidana tipidum	Hasil penelitian ini menunjukkan dukungan sosial keluarga mendapat hasil ($p = 0,000 < 0,05$) dengan nilai koefisien korelasi 0,662 menunjukkan korelasi positif, sedangkan adaptasi mendapatkan hasil ($p = 0,021 < 0,05$) dengan korelasi koefisien sebesar 0,025 menunjukkan	Perbedaan dari penelitian tersebut dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah perbedaan variabel yang akan diteliti. Variabel yang diteliti oleh saya yaitu

	I : Kuesioner dan dianalisis A: Uji korelasi Spearman Rank.	korelasi positif, serta untuk tingkat spiritual narapidana diperoleh hasil ($p = 0,017 > 0,05$) dimana nilai koefisien korelasi 140 menunjukkan korelasi negative.	gambaran tingkat stres narapidana berdasarkan blok ditahap awal masa hukuman. Perbedaan selanjutnya adalah lokasi yang akan saya ambil yaitu dilapas narkotika kelas IIA pamekasan. Dan perbedaan terakhir adalah metode penelitian yang akan saya ambil yaitu menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif.
“Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Tahanan Di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Bangil” (Fathiroh Fushilah Famuji <i>et al.</i>, 2025).	D : Kuantitatif observasional analitik dengan desain cross sectional S : 70 Responden V : Variabel independent (bebas) dukungan keluarga variabel dependent (terikat) tingkat stres tahanan I : Kuesioner DASS A : Uji korelasi pearson product momen	Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar tahanan di Rumah Tahanan Kelas IIB Bangil mengalami kondisi normal, Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres tahanan di Rumah Tahanan Kelas IIB Bangil dengan korelasi yang kuat dan hubungan negatif dimana kedua variabel memiliki hubungan yang tidak searah jika dukungan keluarga tinggi maka	Perbedaan dari penelitian tersebut dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah perbedaan variabel yang akan diteliti. Variabel yang diteliti oleh saya yaitu gambaran tingkat stres narapidana berdasarkan blok ditahap awal masa hukuman. Perbedaan selanjutnya

		tingkat stres semakin rendah.	adalah lokasi yang akan saya ambil yaitu dilapas narkotika kelas IIA pamekasan. Dan perbedaan terakhir adalah metode penelitian yang akan saya ambil yaitu menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif.
“Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Insomnia Pada Narapidana Di Lapas Kelas II A Bangkinang” (Nizar Syarif Hamidi & Anggraini Dhillon, <i>n.d.</i> 2024)	D : penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan cross sectional. S : 62 Responden V : variabel Bebas (Independent Variable) Tingkat Stres Variabel Terikat (Dependent Variable) Kejadian Insomnia I : Kuesioner DASS 21 dan PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index). A : uji pearson chi-square.	Hasil penelitian menunjukkan Sebagian besar responden (narapidana) mengalami stres berat (sekitar 32,3% atau 20 responden), sebagian besar responden mengalami insomnia (sekitar 51,6% atau 32 responden), Terdapat hubungan yang signifikan (atau korelasi) antara Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia pada narapidana di Lapas Kelas IIA Bangkinang.	Perbedaan dari penelitian tersebut dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah perbedaan variabel yang akan diteliti. Variabel yang diteliti oleh saya yaitu gambaran tingkat stres narapidana berdasarkan blok ditahap awal masa hukuman. Perbedaan selanjutnya adalah lokasi yang akan saya ambil yaitu dilapas narkotika kelas IIA pamekasan.

2.5 Kerangka Konsep



Gambar 2.1 Kerangka Konsep Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasarakatan (WBP) Pada Awal Masa Hukuman Dilapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan.

2.5 Deskripsi Kerangka Konsep

Berdasarkan kerangka konsep diatas menjelaskan bahwa Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) yang berada pada masa awal hukuman, di mana kondisi tersebut secara langsung memengaruhi tingkat stres mereka yang dikategorikan menjadi tingkatan ringan, sedang, dan berat. Munculnya stres ini dipicu oleh berbagai sumber stres seperti faktor lingkungan, kondisi diri sendiri terkait keterbatasan hak di lapas, serta pola pikiran, yang kemudian dikelompokkan ke dalam jenis-jenis stres berdasarkan sumber dan waktu kemunculannya. Kondisi stres tersebut dapat diukur melalui tiga indikator utama, yaitu perasaan tidak terprediksi (*feeling of unpredictability*), perasaan tidak terkontrol (*feeling of uncontrollability*), dan perasaan tertekan (*feeling of overload*). Jika tidak ditangani, stres ini akan menimbulkan dampak kesehatan yang signifikan pada sistem pernapasan, kardiovaskular, pencernaan, otot, seksualitas, hingga penurunan kekebalan tubuh. Oleh karena itu, diperlukan upaya manajemen stres melalui berbagai intervensi seperti terapi perilaku kognitif (CBT), *mindfulness-based stress reduction* (MBSR), relaksasi otot progresif, terapi musik, penggunaan obat-obatan, maupun kemampuan menolong diri sendiri untuk memitigasi dampak negatif tersebut.

BAB 3

METODE PENELITIAN

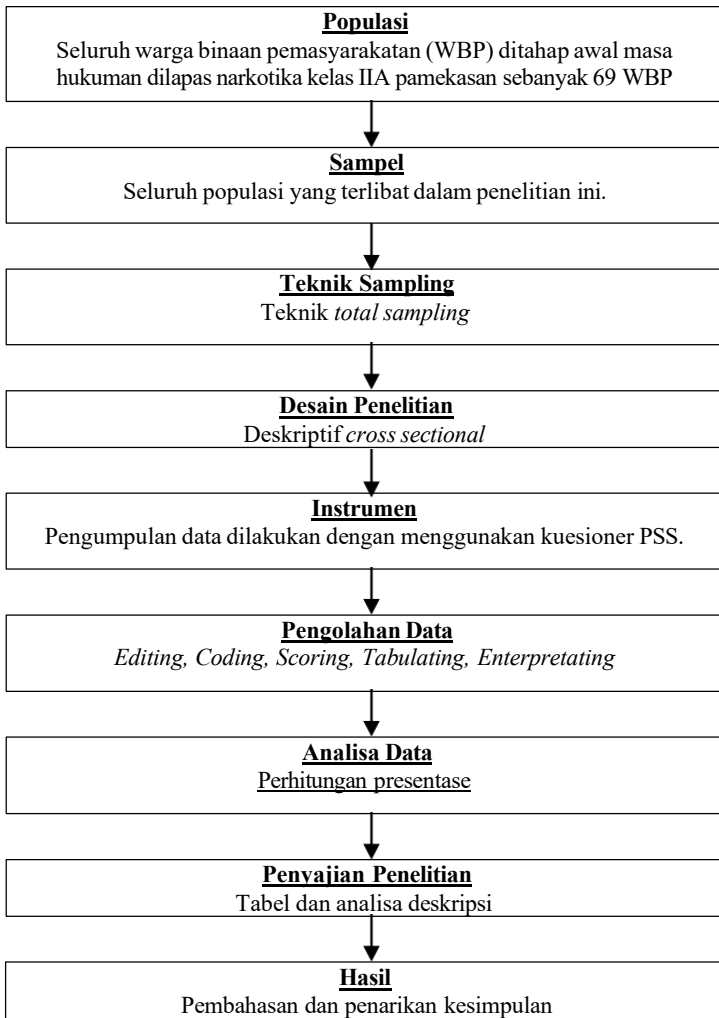
Metode penelitian adalah proses sistematis yang berawal dari suatu pemikiran awal yang kemudian dirumuskan menjadi masalah penelitian. Tahap ini memicu pembentukan hipotesis awal dugaan sementara atas jawaban masalah yang didukung dan disempurnakan melalui tinjauan penelitian terdahulu atau literatur relevan. Seluruh rangkaian kegiatan ini berujung pada pengumpulan, pengolahan, dan analisis data yang terstruktur, yang pada akhirnya menghasilkan kesimpulan yang berisi temuan dan jawaban atas permasalahan yang diteliti, sehingga dapat menetapkan kebenaran dalam studi tersebut (Sahir, 2021). Secara esensial, metode penelitian dapat dipahami sebagai peta jalan ilmiah untuk mencapai pengetahuan atau memverifikasi teori. Sehubungan dengan metodologi penelitian yang dimaksud, terdapat delapan aspek fundamental yang akan diulas, antara lain: 1) Desain penelitian; 2) kerangka kerja teoritis; 3) strategi desain dan pengambilan sampel; 4) identifikasi variabel; 5) penyusunan definisi operasional; 6) prosedur pengumpulan dan analisis data; 7) tahapan pengolahan data; dan 8) pertimbangan etika penelitian.

3.1 Desain / Rancangan Penelitian

Desain penelitian merupakan kerangka kerja dan prosedur esensial yang memandu perencanaan hingga pelaksanaan studi, berfungsi sebagai alat bantu utama untuk proses pengumpulan dan analisis data (Herdayati & Syahril, 2019). Salah satu modelnya adalah penelitian deskriptif *cross-sectional*. Jenis penelitian ini bertujuan memberikan gambaran rinci tentang suatu kondisi atau setting sosial tertentu, di mana peneliti akan mendeskripsikan berbagai variabel terkait isu dan unit analisis yang diamati pada satu waktu spesifik (Rusandi, 2021). Pada penelitian yang akan dilakukan ini desain yang digunakan adalah analisis deskriptif dengan pendekatan *cross sectional* dimana peneliti melakukan investigasi pada saat ini tentang tingkat stres (WBP). Berfokus pada upaya untuk menggambarkan tingkat stres warga binaan pemasyarakatan (WBP) pada awal masa hukuman.

3.2 Kerangka Kerja

Penelitian ini diawali dengan penetapan populasi, yaitu Seluruh warga binaan pemasyarakatan (WBP) ditahap awal masa hukuman dilapas narkotika kelas IIA pamekasan sebanyak 69 WBP. Dari populasi tersebut kemudian ditentukan sampel, yaitu seluruh warga binaan pemasyarakatan (WBP) ditahap awal masa hukuman sebanyak 69 WBP yang dipilih.. Untuk menentukan sampel, penelitian menggunakan teknik total sampling, yaitu teknik pengambilan sampel dimana seluruh anggota populasi dijadikan sampel, sehingga jumlah sampel sama dengan jumlah populasi. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif *cross sectional* dengan pendekatan kuantitatif, bertujuan menggambarkan tingkat stress warga binaan pemasyarakatan (WBP) ditahap awal masa hukuman. Dalam tahap instrumen penelitian, pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner PSS yang berisi pernyataan untuk menilai tingkat stres responden. Selanjutnya, data yang terkumpul diproses melalui tahapan editing, coding, scoring, tabulating, dan enter data. Setelah itu, dilakukan analisis data menggunakan perhitungan persentase untuk menggambarkan hasil secara kuantitatif. Data yang telah dianalisis kemudian disajikan dalam bentuk tabel dan uraian deskriptif pada bagian penyajian penelitian. Tahap akhir penelitian adalah hasil, yang berisi pembahasan dan penarikan kesimpulan mengenai gambaran tingkat stress warga binaan pemasyarakatan (WBP) pada awal masa hukuman.



Gambar 3.1 Kerangka Kerja Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Pada Awal Masa Hukuman Dilapas Narkoba Kelas IIA Pamekasan.

3.3 Populasi, Sampel, Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi didefinisikan sebagai keseluruhan individu atau objek yang berada dalam suatu area tertentu, yang memiliki berbagai sifat dan ciri khas, namun telah ditetapkan secara spesifik untuk dijadikan subjek dalam sebuah penelitian (Amruddin, 2022). Populasi penelitian ini adalah difokuskan pada seluruh Warga binaan pemasyarakatan (WBP) narkoba yang sedang menjalani hukuman pada awal masa hukuman di lapas narkoba kelas IIA Pamekasan 2025.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian yang diambil dari populasi, yang telah ditentukan berdasarkan sifat, karakteristik, dan jumlah spesifik, dengan tujuan untuk mencapai sasaran dari penelitian (Nur Fadilah Amin, 2023).

Peneliti menggunakan seluruh populasi yang ada untuk dijadikan sampel, ada 69 WBP yang akan mengikuti penelitian ini.

3.3.3 Sampling

Sampling merupakan teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian terdapat berbagai teknik sampling yang digunakan atau dapat diartikan proses pengambilan suatu objek dalam kelompok kecil dari suatu populasi untuk diseleksi agar dapat mewakili populasi yang ada dari populasi sasaran (Firmansyah *et al.*, 2022). Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan teknik *total sampling*, teknik *total sampling* adalah teknik penentuan sampel, bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel, Semua anggota populasi (misalnya, $N < 100$) dianggap memenuhi kriteria populasi dan seluruhnya diambil. Penelitian dengan teknik sampling ini dilakukan untuk membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil (I Gusti Bagus Rai Utama, 2023).

3.4 Identifikasi Variabel

Variabel merupakan sesuatu yang berbentuk apa saja yang dapat ditetapkan peneliti untuk dipelajari sehingga dapat memperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian bisa ditarik kesimpulannya (Surachman Surjaatmadja, 2024). Variable yang digunakan dalam penelitian ini adalah tingkat stres warga binaan pemasyarakatan (WBP)

3.5 Definisi Operasional

Operasional merupakan suatu konsep yang bersifat abstrak guna memudahkan pengukuran suatu variabel. Operasional dapat juga diartikan sebagai suatu pedoman dalam melakukan suatu kegiatan maupun pekerjaan penelitian (Yoana Agnesia, 2023).

Tabel 3.1 Definisi Operasional Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Pada Awal Masa Hukuman Dilapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan.

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala	Skor
Variabel Independen: Tingkat stres pada tahap awal masa hukuman	Perasaan tegang dan tertekan yang dialami warga binaan pemasyarakatan (WBP) dilapas pamekasan akibat tuntunan atau kondisi lingkungan.	1. Perasaan tidak terprediksi (<i>felling of unpredictability</i>) 2. Perasaan tidak terkontrol (<i>felling of uncontrollabilit</i>) 3. Perasaan tertekan (<i>felling of overload</i>)	Alat ukur Yang digunakan untuk mengukur tingkat stres dalam penelitian ini adalah kusioner PSS (<i>Perceived Stres Scale</i>).	Skala yang digunakan penelitian ini adalah skala ordinal.	1. Pertanyaan positif a. TP = 4 b. HTP = 3 c. KK = 2 d. CS = 1 e. SS = 0 2. Pertanyaan negatif a. TP = 0 b. HTP = 1 c. KK = 2 d. CS = 3 e. SS = 4 Interpretasi Skor Stres : Ringan : 0 – 13 Sedang : 14-26 Berat : 27-40 (Azza Lathifatul Mahmudah, 2024)

3.6 Pengumpulan Dan Analisis Data

3.6.1 Proses pengumpulan data

Proses pengumpulan data merupakan suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik sejak subjek yang diperlukan dalam penelitian (Nursalam, 2020).

Adapun tahapan dalam pengumpulan data pada penelitian ini yaitu:

1. Peneliti mengajukan permohonan surat izin penelitian kepada Ketua Jurusan Keperawatan Program Studi D3 Keperawatan Politeknik Negeri Madura sebagai persyaratan administratif sebelum pelaksanaan penelitian.

2. Setelah mendapatkan surat izin penelitian dari kampus, peneliti menyerahkan surat tersebut kepada Kepala Bakesbangpol Pamekasan untuk memperoleh izin melakukan pengambilan data awal.
3. Peneliti melakukan koordinasi dengan Pihak lapas menjelaskan tujuan peneliti.
4. Setelah berkoordinasi dengan pihak lapas peneliti menyerahkan surat dari kampus dan bakesbangpol ke Kanwildirektorat Jenderal Pemasarakatan Jawa Timur lewat email perizinanditjenpas.jatim@gmail.com.
5. Setelah mendapatkan surat izin resmi dari Kanwildirektorat Jenderal Pemasarakatan Jawa Timur. Peneliti segera menindaklanjuti dengan mendatangi Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan. Kedatangan tersebut bertujuan untuk melakukan kontrak waktu serta koordinasi teknis terkait jadwal dan mekanisme pengambilan data kepada pihak pengelola Lapas.
6. Setelah proses kontrak waktu disepakati, peneliti diwajibkan hadir di lokasi penelitian sebelum pukul 07.00 WIB untuk mengikuti kegiatan apel pagi bersama jajaran petugas Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan, setelah apel pagi selesai, peneliti melakukan proses registrasi dengan menemui Kepala Urusan Umum.
7. Setelah menyelesaikan proses administrasi di urusan umum, peneliti diarahkan untuk menemui Wakil Kepala Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan. Dalam pertemuan tersebut, peneliti menerima arahan teknis serta penjelasan mengenai peraturan dan protokol keamanan ketat yang wajib dipatuhi sebelum diizinkan memasuki area hunian narapidana melalui pintu sekat selanjutnya.
8. Setelah menerima arahan dari Wakil Kepala Lapas, peneliti diarahkan menuju ruang pemeriksaan khusus. Di ruangan tersebut, dilakukan pengeledahan fisik serta pemilahan barang bawaan sesuai dengan protokol keamanan lembaga pemasarakatan. Peneliti hanya diperbolehkan membawa atribut penelitian yang telah disetujui seperti lembar kuesioner dan bulpen, sementara barang-barang lainnya wajib ditiptikan di loker penyimpanan guna mencegah masuknya barang terlarang ke dalam area hunian.
9. Setelah melewati pemeriksaan keamanan, peneliti diizinkan memasuki area hunian. Namun, sebelum menemui responden, peneliti diarahkan menuju ruang kerja Wakil Kepala Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan untuk menjalani sesi wawancara terlebih dahulu.
10. Setelah menyelesaikan sesi wawancara dengan Wakil Kepala Lapas, peneliti diserahkan kepada petugas operasional untuk memfasilitasi pengumpulan narapidana di area yang telah ditentukan. Petugas membantu mengidentifikasi dan memobilisasi warga binaan yang memenuhi kriteria inklusi penelitian, sehingga peneliti dapat memulai interaksi secara kolektif namun tetap dalam pengawasan keamanan yang ketat.
11. Peneliti menjelaskan lembar persetujuan (*informed consent*) kepada calon responden. Responden diberikan hak bisa mengundurkan diri

pada tahap manapun. Responden yang setuju akan diberikan angket secara langsung tatap muka kepada responden yang kemudian mengisi dengan memilih salah satu jawaban yang tersedia dengan baik dan benar sesuai dengan petunjuk yang telah disampaikan.

12. Peneliti Mengumpulkan kembali kuesioner, dan mengoreksi jawaban dari setiap responden serta memberikan kode pada semua data yang terkumpul.
13. Peneliti menyusun laporan data sesuai hasil temuan dan senantiasa menerapkan prinsip etika penelitian selama seluruh proses berlangsung.

3.6.2 Instrumen penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat bantu yang digunakan oleh peneliti dalam melakukan kegiatan penelitiannya untuk mengumpulkan data agar kegiatan penelitian tersebut menjadi sistematis (Henri Setiawan, 2025). Alat yang digunakan dalam pengumpulan data penelitian ini menggunakan kuesioner yang diisi oleh responden. kuesioner yang dibagikan merupakan jenis instrumen kuesioner closeended question dengan jumlah pertanyaan sebanyak 10 soal dengan menggunakan kuesioner PSS (*Perceived Stres Scale*). dikembangkan oleh Sheldon Cohen (1983). *Closeended question* adalah jawaban pertanyaan yang bersifat membatasi responden dapat menjawab dengan beberapa pilihan jawaban sudah tersedia sehingga responden mengisi sesuai keadaan atau kondisi (Rimbani, 2017).

3.6.3 Waktu dan tempat penelitian

1. Tempat penelitian

Tempat penelitian ini berada di lapas narkotika kelas IIA pamekasan.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan mulai dari bulan desember sampai bulan januari dengan gambar pada tabel berikut :

Tabel 3.2 Waktu Penelitian

	Jenis Kegiatan	Sep	Okt	Nov	Des	Jan	Feb
	Persiapan (Proposal, instrumen)						
	Seminar Proposal						
3.	Pengumpulan data						
4.	Analisa data						
5.	Penyusunan laporan dan seminar akhir						
6.	Perbaikan laporan dan ujian akhir						

3.6.4 Pengolahan Data

1. Editing, *Editing* yaitu adalah tahap untuk melakukan pengecekan

kelengkapan data identitas pengisi, memeriksa jawaban, memperjelas serta melakukan pengecekan data yang dikumpulkan untuk menghindari pengukuran yang salah (Azza Lathifatul Mahmudah, 2024).

2. Coding, *Coding* adalah tahap untuk memeriksa hasil kuesioner dengan memberikan tanda atau kode dengan cara merubah kata menjadi angka (Azza Lathifatul Mahmudah, 2024).Setelah dilakukan editing, data yang diperoleh kemudian dilakukan coding sesuai dengan ketepatan interpretasi yang ditentukan sebagai berikut :

- 1) Data umum : coding yang digunakan pada data demografi

- (1) Usia

Remaja (12-19 tahun) : 1

Dewasa (20-59 tahun) : 2

Lansia (60 tahun keatas) : 3

- (2) Pekerjaan sebelum menjadi narapidana

Tidak bekerja : 1

Wiraswasta : 2

Swasta : 3

Lainnya, sebutkan : 4

- (1) Lama hukuman

Tahun : 1

Seumur hidup : 2

- (4) Status Pernikahan

Belum menikah : 1

Menikah : 2

Cerai hidup : 3

Cerai Mati : 4

- (5) Tingkat Pendidikan

SD : 1

SMP : 2

SMA/SMK : 3

Sarjana : 4

Diplomat : 5

Tidak Sekolah : 6

- (6) Agama
 Islam : 1
 Non Islam : 2
- 2) Data khusus : koding yang digunakan pada skala likert
 (1) Stres ringan : 1
 (2) Stres sedang : 2
 (3) Stres berat : 3
3. Scoring, *Scoring* adalah hasil data yang telah terkumpul kemudian dilihat dan diberi skor untuk masing-masing opsi yang dipilih oleh responden sesuai dengan nilai tertinggi atau terendah yang ditentukan (Azza Lathifatul Mahmudah, 2024), yaitu sebagai berikut:
 Skor total subkala stres PSS Adalah sebagai berikut :
- 1) (TP) : Tidak pernah = 4 Negatif = 0
 2) (HTP) : Hampir tidak pernah = 3 Negatif = 1
 3) (KK) : Kadang – kadang = 2 Negatif = 2
 4) (CK) : Cukup sering = 1 Negatif = 3
 5) (SS) : Sangat sering = 0 Negatif = 4
- Nilai tertinggi yang didapatkan responden yaitu 40 dan nilai terendah 0
4. Tabulating, *Tabulating* adalah proses mengidentifikasi hasil data yang di peroleh dalam bentuk tabel yang harus disesuaikan dengan tujuan penelitian.
5. Interpretating
 Data yang telah diinterpretasikan kemudian dijelaskan sebarannya menggunakan presentase sebagai berikut:

$$p = \frac{\sum f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

- 1) P = presentase.
 2) f = jumlah kelompok
 3) n = nilai skor maksimal

Hasil penelitian data dalam bentuk presentase dengan menggunakan skala kuantitatif sebagai berikut :

- | | | |
|----|-----------|---------------------|
| 1. | 100 % | : Seluruh |
| 2. | 76% - 99% | : Hampir seluruh |
| 3. | 51% - 75% | : Sebagian besar |
| 4. | 50 % | : Setengah |
| 5. | 26% - 49% | : Hampir stengahnya |
| 6. | 1% - 25% | : Sebagian kecil |
| 7. | 0 % | : Tidak satupun. |

3.6.5 Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif merupakan suatu metode penelitian untuk menjelaskan, menggambarkan atau menganalisis hasil penelitian, namun tidak dimaksudkan untuk menarik kesimpulan yang lebih luas (Djaali, 2021). Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif yang berfokus pada penggambaran tingkat stres yang dialami oleh Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) dilapas pamekasan tanpa melakukan pengujian hipotesis hubungan sebab-akibat atau generalisasi yang lebih luas. Data yang terkumpul, melalui kuesioner skala stres PSS, akan diolah untuk menentukan distribusi frekuensi (misalnya, berapa persentase WBP yang mengalami stres ringan, sedang, atau berat) dan ukuran pemusatan (seperti skor rata-rata stres total dan sub-skala), serta menyajikan temuan tersebut secara sistematis dalam bentuk tabel dan grafik agar dapat memberikan gambaran yang jelas dan mendalam mengenai karakteristik, intensitas, dan jenis-jenis stres (misalnya, stres terkait isolasi, keamanan, atau keluarga) yang paling dominan dirasakan oleh populasi WBP yang diteliti.

3.7 Etika Penelitian

3.7.1 Lembar persetujuan menjadi responden (*informed consent*)

Lembar persetujuan (*informed consent*) merupakan dokumen penting dalam penelitian yang berfungsi sebagai jembatan komunikasi antara peneliti dan responden. Tujuannya adalah untuk menyampaikan secara transparan seluruh informasi terkait penelitian kepada calon responden. Selain itu, dokumen ini secara fundamental berperan menjaga hak dan privasi masing-masing responden. Kesiediaan responden untuk berpartisipasi, setelah memahami sepenuhnya sifat, risiko, dan manfaat penelitian, dibuktikan melalui penandatanganan lembar persetujuan tersebut, menjadikannya sebuah kesepakatan formal dan etis.

3.7.2 Tanpa nama (*Anonymity*)

Untuk menjaga kerahasiaan data dan menghormati privasi responden, pada penelitian ini mengganti nama asli partisipan WBP dengan menggunakan inisial tertentu. Hasil utama. Dalam penelitian ini, nama-nama responden tidak dimasukkan dalam kuesioner yang dibagikan.

3.7.3 Kerahasiaan (*confidentiality*)

Peneliti akan melakukan penelitian dengan prosedur yang diterapkan secara ketat, dimulai dengan pengubahan identitas subjek menjadi kode atau inisial tertentu segera setelah data diperoleh, di mana kunci kodenya disimpan terpisah dan aman oleh peneliti; permintaan data harus diajukan secara formal kepada Kepala Lapas/Rutan, dan pengumpulan data primer kuesioner wajib dilaksanakan secara tertutup di ruangan yang menjamin privasi untuk menghindari tekanan; selanjutnya, penyimpanan data yang terkumpul sepenuhnya menjadi tanggung jawab peneliti, baik dokumen fisik yang disimpan dalam lemari terkunci maupun file digital yang dilindungi kata sandi, dan dalam semua bentuk pelaporan, hanya kode subjek yang akan digunakan untuk memastikan identitas WBP tidak terungkap.

3.8 Keterbatasan

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada aspek administratif dan operasional dimana proses perizinan yang berlapis dari tingkat pusat hingga instansi terkait memerlukan waktu yang cukup lama, sehingga peneliti tidak langsung diperkenankan untuk masuk karena harus melewati beberapa protokol, sehingga durasi penelitian dilapangan menjadi terbatas, peneliti harus mengikuti apel pagi dan diusahakan tidak datang pada saat hari kunjungan karena keterbatasan waktu.

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini merupakan salah satu penyampaian hasil dari pengumpulan data dan analisa data yang meliputi geografis, data umum dan data khusus. Penyajian hasil dalam penelitian ini menggunakan tabel dan deskripsi tabel.

4.1.1 Deskripsi/ Gambaran umum tempat penelitian

1. Data Geografi

Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan merupakan salah satu Unit Pelaksana Teknis (UPT) di bawah naungan Kantor Wilayah Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia Jawa Timur yang memiliki spesialisasi dalam menjalankan fungsi pemasyarakatan bagi narapidana kasus narkoba. Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Narkotika Kelas IIA Pamekasan terletak di jantung Kabupaten Pamekasan, tepatnya Jl. Pembina No.02, RW.01, Rw. 01, Jungcang, Kec. Pamekasan, Kabupaten Pamekasan, Jawa Timur 69317. Wilayah ini berada pada koordinat astronomis sekitar 09° 14.2" LS dan 113 28' 22.8" BT. Lokasi penelitian memiliki luas lahan total mencapai 43.574 m² yang mencakup berbagai zonasi, mulai dari area perkantoran, blok hunian warga binaan, hingga fasilitas pendukung seperti poliklinik dan area kegiatan kerja. Letaknya tergolong sangat strategis karena berada di kawasan perkotaan yang berbatasan langsung dengan pemukiman penduduk di sisi utara dan barat, serta akses jalan utama kabupaten di sisi selatan, sehingga memudahkan mobilitas operasional dan logistik instansi.

2. Data Demografi

Populasi di dalam Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan terdiri dari dua kelompok utama, yaitu petugas pemasyarakatan dan warga binaan pemasyarakatan (WBP). Sebagai instansi kelas IIA, Lapas ini memiliki kapasitas standar untuk menampung sebanyak 1.234 orang warga binaan, yang seluruhnya merupakan laki-laki dengan latar belakang kasus penyalahgunaan narkoba. Karakteristik warga binaan sangat beragam, mencakup rentang usia produktif hingga lansia, dengan tingkat pendidikan yang bervariasi mulai dari tingkat dasar hingga perguruan tinggi. Sementara itu, dari sisi kepegawaian, instansi ini didukung oleh puluhan personel yang terbagi ke dalam berbagai divisi, seperti urusan tata usaha, kesatuan pengamanan, bidang pembinaan narapidana, serta bidang kegiatan kerja untuk mendukung program rehabilitasi bagi para penghuni.

4.1.2 Hasil Penelitian

1. Hasil penelitian data umum

1) Data umum usia responden

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia diLapas Narkotika kelas IIA Pamekasan.

No	Usia	Frekuensi	Persentase
1.	Remaja	0	0%
2.	Dewasa	47	68%
3.	Lansia	22	32%
Total		69	100%

Berdasarkan tabel 4.1 menjelaskan bahwa sebagian besar responden di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan (68%) berusia dewasa sebanyak 47 narapidana, hampir setengah responden (32%) berusia lansia sebanyak 22 narapidana, dan tidak satupun responden (0%) berusia remaja sebanyak 0 narapidana.

2) Data umum Pekerjaan sebelum menjadi narapidana

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan diLapas Narkotika kelas IIA Pamekasan.

No	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
1.	Tidak bekerja	2	2%
2.	Swasta	19	28%
3.	Wiraswasta	27	39%
4.	Lainnya	21	31%
Total		69	100%

Berdasarkan tabel 4.2 menjelaskan bahwa hampir setengah responden di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan (39%) bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 27 narapidana, hampir setengah responden (31%) bekerja sebagai lainnya sebanyak 21 narapidana, hampir setengah responden (28%) bekerja sebagai swasta sebanyak 19 narapidana, dan sebagian kecil responden (2%) tidak bekerja sebanyak 2 narapidana.

3) Data umum lama hukuman

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Hukuman diLapas Narkotika kelas IIA Pamekasan.

No	Lama Hukuman	Frekuensi	Persentase
1.	Tahun	69	100%
2.	Seumur hidup	0	0%
Total		69	100%

Berdasarkan tabel 4.6 menjelaskan bahwa Seluruh responden di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan (100%) di jatuhkan hukuman kurang lebih di bawah 20 tahun sebanyak 69 narapidana, dan tidak satupun responden (0%) dijatuhkan hukuman.

4) Data umum status pernikahan

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Pernikahan diLapas Narkotika kelas IIA Pamekasan.

No	Status Pernikahan	Frekuensi	Persentase
1.	Belum menikah	15	22%
2.	Menikah	24	35%
3.	Cerai hidup	16	23%
4.	Cerai mati	14	20%
Total		69	100%

Berdasarkan tabel 4.4 menjelaskan bahwa hampir setengah responden di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan (35%) berstatus menikah sebanyak 24 narapidana, sebagian kecil responden (23%) berstatus cerai hidup sebanyak 16 narapidana, sebagian kecil responden (22%) berstatus belum menikah sebanyak 15 narapidana, dan sebagian kecil responden (20%) berstatus cerai mati sebanyak 14 narapidana.

5) Data umum tingkat pendidikan

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan diLapas Narkotika kelas IIA Pamekasan.

No	Pendidikan	Frekuensi	Persentase
1.	SD	12	17%
2.	SMP	16	23%
3.	SMA/SMK	19	28%
4.	Sarjana	8	12%
5.	Diplomat	4	6%
6.	Tidak sekolah	10	14%
Total		69	100%

Berdasarkan tabel 4.5 menjelaskan bahwa hampir setengah responden di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan (28%) berpendidikan SMA sebanyak 19 narapidana, sebagian kecil responden (23%) berpendidikan SMP sebanyak 16 narapidana, sebagian kecil responden (17%) berpendidikan SD sebanyak 12 narapidana, sebagian kecil responden (14%) tidak sekolah sebanyak 10 narapidana, sebagian kecil (12%) sarjana sebanyak 8 narapidana, dan sebagian kecil (6%) Diplomat sebanyak 4 narapidana.

6) Data umum agama

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Agama diLapas Narkotika kelas IIA Pamekasan.

No	Agama	Frekuensi	Persentase
1.	Islam	56	81%
2.	Non Islam	13	19%
Total		69	100%

Berdasarkan tabel 4.6 menjelaskan bahwa Hampir Seluruh responden di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan (81%) menganut agama islam sebanyak 56 narapidana dan, sebagian kecil responden (19%) menganut agama non islam sebanyak 13 narapidana.

2. Hasil Penelitian Data Khusus

1) Data khusus tingkat stres

Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Narapidana di Lapas Narkotika kelas IIA Pamekasan.

No	Usia	Frekuensi	Persentase
1.	Stres ringan	10	14%
2.	Stres sedang	44	64%
3.	Stres berat	15	22%
Total		69	100%

Berdasarkan tabel 4.7 menjelaskan bahwa sebagian besar responden di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan (64%) mengalami stres sedang sebanyak 44 narapidana, sebagian kecil responden (22%) mengalami stres berat sebanyak 15 narapidana dan, sebagian kecil responden (14%) mengalami stres ringan sebanyak 10 narapidana.

4.1.3 Pembahasan

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan mengalami stres sedang. Hal ini menggambarkan bahwa pada awal masa hukuman, warga binaan berada dalam fase adaptasi psikologis yang cukup berat. Akan tetapi belum mencapai kondisi gangguan stres yang berat. Tingkat stres sedang tersebut dipengaruhi oleh berbagai karakteristik responden antara lain usia (68%), pekerjaan (39%), lama hukuman (100%), status pernikahan (35%), tingkat pendidikan (28%), dan agama yang dianut (81%). Tingkat stres sedang merupakan kondisi di mana individu mengalami ketegangan yang cukup mengganggu namun masih memiliki mekanisme pertahanan diri untuk berfungsi. Menurut Sunaryo (2016), stres sedang berada pada tahap di mana individu mulai merasakan gejala fisik dan psikologis seperti ketegangan otot, kecemasan, dan kesulitan berkonsentrasi, namun masih

mampu melakukan penilaian terhadap stresornya. Hal ini selaras dengan profil responden yang mayoritas berada pada usia dewasa. Penelitian terbaru dalam jurnal oleh Pradana & Susanti (2024), menyebutkan bahwa narapidana dengan tingkat stres sedang biasanya berada dalam "fase transisi koping". Pada fase ini, individu sedang berusaha mengintegrasikan identitas lamanya (sebagai warga bebas) ke dalam identitas barunya sebagai narapidana. Stres sedang muncul karena adanya ketidakseimbangan antara tuntutan lingkungan lapas yang ketat dengan kapasitas adaptasi individu yang masih terbatas. Jika proses adaptasi ini didukung oleh lingkungan yang kondusif, maka stres dapat menurun, namun jika tekanan terus meningkat tanpa dukungan sosial, individu berisiko jatuh ke tahap stres berat atau fase kelelahan (*exhaustion stage*) sebagaimana dijelaskan dalam teori *General Adaptation Syndrome*. Dominasi stres sedang pada responden menunjukkan bahwa warga binaan di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan sebenarnya sedang berada pada titik krusial adaptasi. Mereka menyadari beban hukuman dan tanggung jawab sosial yang terhambat, namun masih berupaya mencari celah untuk bertahan hidup. Intervensi psikologis atau penguatan program keagamaan pada tahap ini sangat efektif untuk mencegah peningkatan eskalasi stres dari sedang menjadi berat.

Sebagian besar responden di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan berusia dewasa. Hal ini menggambarkan bahwa mayoritas narapidana berada pada fase usia produktif dengan berbagai tuntutan dan tanggung jawab kehidupan. Menurut Ashari *et al.* (2025) usia dewasa merupakan tahap di mana individu dihadapkan pada tugas perkembangan seperti tanggung jawab terhadap pekerjaan, keluarga, dan peran sosial di masyarakat. Apabila tugas perkembangan tersebut terganggu, akan memicu gangguan psikologis. Pada usia ini, narapidana memiliki tanggung jawab besar terhadap pekerjaan dan pemenuhan kebutuhan ekonomi keluarga. Ketika seseorang harus menjalani masa pidana, peran sebagai pencari nafkah dan anggota masyarakat menjadi terhenti. Kondisi tersebut dapat menimbulkan perasaan tidak berdaya dan kehilangan kontrol terhadap kehidupan. Selain itu, ketidakmampuan memenuhi peran keluarga sering menimbulkan rasa bersalah dan kekhawatiran yang berkepanjangan. Tekanan psikologis ini diperberat oleh lingkungan lapas yang penuh keterbatasan dan aturan ketat. Narapidana dewasa juga memiliki kesadaran yang tinggi terhadap dampak jangka panjang dari masa pidana terhadap masa depan mereka. Hal ini dapat memicu kecemasan dan stres emosional yang terus menerus. Akumulasi tekanan tersebut membuat individu sulit beradaptasi dengan kondisi yang dihadapi. Oleh karena itu, narapidana usia dewasa cenderung lebih berisiko mengalami stres sedang selama masa tahanan.

Seluruh responden di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan di jatuhkan hukuman kurang lebih di bawah 20 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh narapidana dalam penelitian masih berada dalam rentang masa hukuman yang relatif panjang dan membutuhkan proses adaptasi psikologis yang tidak singkat. Menurut Sholihah & Sawitri (2021) lama hukuman dapat menjadi stresor psikologis yang kuat karena individu harus menghadapi tekanan jangka panjang, seperti keterbatasan kebebasan,

kejenuhan, serta ketidakpastian masa depan. Masa hukuman di bawah 20 tahun tetap dapat menimbulkan stres sedang pada narapidana, karena periode tersebut masih tergolong lama dan berdampak pada terhambatnya rencana hidup, hubungan keluarga, serta peluang sosial di masa depan. Kesadaran bahwa masih harus menjalani hukuman dalam jangka waktu bertahun-tahun dapat memicu kecemasan, kelelahan emosional, dan perasaan tertekan. Kondisi ini membuat narapidana rentan mengalami stres sedang selama masa tahanan meskipun hukuman yang dijalani tidak mencapai lebih dari 20 tahun. Semakin lama seseorang menjalani masa pidana, semakin besar tuntutan adaptasi psikologis yang harus dilakukan, dan apabila kemampuan coping tidak memadai, maka individu berisiko mengalami stres.

Hampir setengah responden di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan berstatus menikah. Hal ini menunjukkan narapidana memiliki ikatan keluarga dan tanggung jawab rumah tangga selama menjalani masa pidana. Menurut Ratnasari *et al.* (2020) individu yang telah menikah memiliki peran ganda sebagai pasangan dan sebagai orang tua. Ketika peran tersebut tidak dapat dijalankan secara optimal akibat keterbatasan selama masa tahanan, individu dapat mengalami konflik peran dan tekanan psikologis. Stres pada narapidana muncul ketika tuntutan lingkungan dan peran sosial melebihi kemampuan narapidana untuk beradaptasi, sehingga kondisi terpisah dari keluarga dapat meningkatkan beban emosional. Status menikah berkontribusi terhadap munculnya stres pada narapidana karena adanya perasaan khawatir terhadap pasangan dan anak yang ditinggalkan. Ketidakmampuan menjalankan tanggung jawab sebagai kepala keluarga serta keterbatasan komunikasi dengan keluarga dapat menimbulkan rasa bersalah dan kecemasan. Kondisi ini menyebabkan tekanan psikologis yang berkelanjutan, sehingga meningkatkan risiko terjadinya stres sedang pada narapidana yang berstatus menikah selama masa tahanan.

Hampir setengah responden di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan berpendidikan Menengah. Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran yang cukup terhadap kondisi dan konsekuensi hukum yang dihadapi, namun belum sepenuhnya memiliki kemampuan coping yang optimal untuk mengelola tekanan psikologis. Menurut Hastuti *et al.* (2023) tingkat pendidikan berpengaruh terhadap kemampuan individu dalam memahami masalah, mengelola emosi, serta memilih strategi coping yang adaptif. Individu dengan pendidikan menengah umumnya memiliki pengetahuan yang cukup, namun belum sepenuhnya optimal dalam mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan pemecahan masalah secara efektif, sehingga lebih rentan mengalami tekanan psikologis ketika menghadapi situasi stres berat seperti masa pidana. Narapidana dengan tingkat pendidikan Menengah berpotensi mengalami stres sedang karena memiliki kesadaran yang cukup terhadap kondisi dan konsekuensi hukuman yang dijalani, namun belum sepenuhnya memiliki keterampilan coping yang matang untuk mengelola tekanan tersebut. Pemahaman yang terbatas dalam mengontrol emosi dan menghadapi masalah kompleks dapat menyebabkan stres berkelanjutan. Selain itu, keterbatasan akses informasi dan strategi adaptasi di lingkungan lapas dapat memperparah

kondisi psikologis narapidana dengan pendidikan menengah. Oleh karena itu, tingkat pendidikan Menengah menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya stres sedang pada narapidana selama masa tahanan.

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan mengalami stres sedang.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor-faktor lain yang memengaruhi tingkat stres warga binaan permasyarakatan, seperti dukungan keluarga, lama masa hukuman, riwayat penggunaan narkoba, dan mekanisme koping individu. Selain itu, penelitian dengan metode kualitatif atau pendekatan longitudinal dapat memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai dinamika stres warga binaan dari waktu ke waktu.

6.2.2 Bagi responden/ Warga Binaan Permasyarakatan

Responden/ Warga binaan diharapkan dapat mengembangkan strategis koping yang positif dalam menghadapi tekanan dalam menjalani masa hukuman, seperti mengikuti kegiatan pembinaan, menjaga hubungan sosial yang baik dengan sesama warga binaan, serta memanfaatkan layanan konseling yang tersedia. Upaya tersebut dapat membantu warga binaan mengelola stres secara adaptif.

6.2.3 Bagi institusi/ Lembaga Permasyarakatan

Disarankan agar pihak Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan dapat meningkatkan perhatian terhadap kondisi psikologis warga binaan, khususnya pada fase awal masa hukuman. Upaya yang dapat dilakukan antara lain dengan menyediakan program orientasi awal yang bersifat edukatif dan sportif, layanan konseling psikologis secara berkala, serta kegiatan pembinaan yang mampu membantu warga binaan beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Hal ini diharapkan dapat menurunkan tingkat stres dan dukungan proses pembinaan yang efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, D. , H. T. , & S. W. (2020). Perbedaan Tingkat Stres dan Tingkat Resiliensi Narapidana Yang Baru Masuk Dengan Narapidana Yang Akan Segera Bebas. *Studi Pada Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Klas Lia Wanita Semarang*. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 8(1), 148–160.
- Anggraini, S., & Kurniasari, L. (2020). *Hubungan Masa Hukuman dengan Tingkat Stres pada Narapidana di Lapas Perempuan Kelas II A Samarinda* (Vol. 2, Issue 1).
- Anggraini, S., & Kurniasari, L. (2020). *Hubungan Masa Hukuman dengan Tingkat Stres pada Narapidana di Lapas Perempuan Kelas II A Samarinda* (Vol. 2, Issue 1).
- Ashari, J. H., Sary, L., Muhani, N., Setiawati, O. R., & Amperaningsih, Y. (2025). ANALISIS FAKTOR STRES PADA WARGA BINAAN DI LEMBAGA PEMASAYARAKATAN PEREMPUAN KELAS IIA WAY HUI BANDAR LAMPUNG Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati. In *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan* (Vol. 12, Issue 2). <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kesehatan>
- Azza Lathifatul Mahmudah. (2024). *Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Politeknik Negeri Madura*. 27–29.
- Agus Irianto, S. H. , M. S. M. H. (2020). *Potret Efektivitas Rehabilitasi Penyalahguna Narkotika Di Lembaga Pemasyarakatan*.
- Amruddin, S. Pt. , M. Pd. , M. Si. (2022). *Metodologi penelitian kuantitatif*.
- Depkes. RI. (2016). *KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA REPUBLIK INDONESIA KEPUTUSAN DIREKTUR JENDERAL PEMASYARAKATAN KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA REPUBLIK INDONESIA*.
- Djaali. (2021). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*.
- Ega, D., Buwono, F., & Yuwono, E. S. (n.d.). *Gambaran Kesepian WBP Pada Awal Masa Pidana Di Lapas Kelas 1 Semarang Depiction of WBP's Loneliness at The Beginning of His Criminal Term in Semarang Class 1 Prison*. 5(1), 253–263. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v5i1.276>
- Ega, D., Buwono, F., & Yuwono, E. S. (2024). *Gambaran Kesepian WBP Pada Awal Masa Pidana Di Lapas Kelas 1 Semarang Depiction of WBP's Loneliness at The Beginning of His Criminal Term in Semarang Class 1 Prison*. 5(1), 253–263. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v5i1.276>

- Fathiroh Fushilah Famuji, R. T. , N. L. F. F. F., Studi Ilmu Keperawatan, P., Tinggi Ilmu Kesehatan Maharani Malang, S., & Malang, K. (2025). *J u r n a l K e p e r a w a t a n M u h a m m a d i y a h* Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Tahanan Di Rumah Tahanan Negara Kelas IIb Bangil. In *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* (Vol. 10, Issue 1).
- Fazel, S., Hayes, A. J., Bartellas, K., Clerici, M., & Trestman, R. (2016). Mental health of prisoners: prevalence, adverse outcomes, and interventions. In *The Lancet Psychiatry* (Vol. 3, Issue 9, pp. 871–881). Elsevier Ltd. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(16\)30142-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(16)30142-0)
- Febrianti, M., & Masnina, R. (2020). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Tingkat Stress pada Narapidana di Lapas Narkotika Kelas III Samarinda*.
- Firmansyah, D., Pasim Sukabumi, S., & Al Fath Sukabumi, S. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114. <https://doi.org/10.55927>
- Hapsari Nina Nabilah, Hasnida, & Rahma Fauzia. (2025a). Tingkat Stres Narapidana Ditinjau dari Vonis Hukuman. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(1), 1122–1127. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.1554>
- Hapsari Nina Nabilah, Hasnida, & Rahma Fauzia. (2025b). Tingkat Stres Narapidana Ditinjau dari Vonis Hukuman. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(1), 1122–1127. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.1554>
- Hasanah Siregar, R., Sutatminingsih, R., Irmayanti Saragih, J., Juariani Lubis, A., Psikologi, F., & Sumatera Utara, U. (2020a). *Manajemen Stres Untuk Menurunkan Tingkat Stres Narapidana (Pelatihan Pengabdian di Lapas Kelas I Tanjung Gusta Medan)* (Vol. 2, Issue 2). www.ejurnal.stikpmedan.ac.id
- Hasanah Siregar, R., Sutatminingsih, R., Irmayanti Saragih, J., Juariani Lubis, A., Psikologi, F., & Sumatera Utara, U. (2020b). *Manajemen Stres Untuk Menurunkan Tingkat Stres Narapidana (Pelatihan Pengabdian di Lapas Kelas I Tanjung Gusta Medan)* (Vol. 2, Issue 2). www.ejurnal.stikpmedan.ac.id
- Hastuti, W., Hursan, L., Erida W, A., Aisyah, N., Syarifah, N., Wira, S., & Yogyakarta, H. (n.d.). *ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STRES NARAPIDANA TIPIDUM DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIA YOGYAKARTA* *STRESS RELATED FACTORS AMONG PRISONERS AT GENERAL CRIMINAL PENETENTIARY AT YOGYAKARTA*.
- Hastuti, W., Hursan, L., Erida W, A., Aisyah, N., Syarifah, N., Wira, S., & Yogyakarta, H. (2023a). *ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN*

DENGAN STRES NARAPIDANA TIPIDUM DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIA YOGYAKARTA STRESS RELATED FACTORS AMONG PRISONERS AT GENERAL CRIMINAL PENITENTIARY AT YOGYAKARTA.

- Hastuti, W., Hursan, L., Erida W, A., Aisyah, N., Syarifah, N., Wira, S., & Yogyakarta, H. (2023b). *ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STRES NARAPIDANA TIPIDUM DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIA YOGYAKARTA STRESS RELATED FACTORS AMONG PRISONERS AT GENERAL CRIMINAL PENITENTIARY AT YOGYAKARTA.*
- Henri Setiawan, Ph. D. (2025). *Metodologi Penelitian.*
- I Gusti Bagus Rai Utama, N. M. E. M. N. P. D. K. (2023). *Metodologi Penelitian Bidang Manajemen Dan Pariwisata (Dilengkapi Studi Kasus Penelitian dan Pembahasannya).*
- Ivan Aditya Mileniawan. (2022). Dampak Stress Terhadap Kesehatan Fisiologis Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan. In *INNOVATIVE: JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE RESEARCH* (Vol. 160).
- Melati, A., & Wibowo, P. (2023). Pengaruh Penyesuaian Diri terhadap Tingkat Stres Narapidana Seumur Hidup di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Cipinang. *Jurnal Intelektualita: Keislaman, Sosial, Dan Sains*, 12, 2023. <https://doi.org/10.19109/intelektualita.v12i02.19825>
- Mubin, SKp. , M. Kep. , Sp. Kep. J. (2024). *Buku Ajar keperawatan Jiwa.*
- Muhammad Arief Agus. (2020). *Psikologi Penjara : Penerapan Psikologi dalam Proses Pemasyarakatan.*
- Nizar Syarif Hamidi, M., & Anggraini Dhilon, D. (n.d.). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Insomnia Pada Narapidana Di Lapas Kelas II A Bangkinang 286 Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Insomnia Pada Narapidana Di Lapas Kelas II A Bangkinang.*
- Nizar Syarif Hamidi, M., Anggraini Dhilon, D., Studi Sarjana Keperawatan, P., Ilmu Kesehatan, F., & Pahlawan Tuanku Tambusai, U. (2024). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Insomnia Pada Narapidana Di Lapas Kelas II A Bangkinang 286 Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Insomnia Pada Narapidana Di Lapas Kelas II A Bangkinang.*
- Noeng, A. V., Megaloma, M., Gaharpung, H., Barus, D. A., Nusa, U., & Indonesia, N. (2025). GAMBARAN STRES NARAPIDANA REMAJA DI RUMAH TAHANAN NEGARA KELAS IIB MAUMERE. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 5(1). <https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy>

- Nur Fadilah Amin. (2023). *KONSEP UMUM POPULASI DAN SAMPEL DALAM PENELITIAN*. 14.
- Nurfaizah Yusuf. (2023). *HUBUNGAN STATUS KESEHATAN MENTAL DENGAN KUALITAS HIDUP NARAPIDANA DI LAPAS KELAS II A BULUKUMBA TAHUN 2023 SKRIPSI*.
- Pradana, A., & Susanti, R. (2024). *Dinamika Psikologis dan Mekanisme Koping Narapidana pada Masa Awal Tahanan*. Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat. (Menjelaskan mengapa narapidana cenderung terjebak di level stres sedang selama masa transisi).
- Ratnasari, F., Gandaria, Y. F., Wibisono, H. A. Y. G., Sari, R. P., Tangerang, S. Y., Aria, J., Margasari, S., 40a, N., Karawaci, B., & Tangerang-Banten, K. (2020). Edu Dharma Journal DUKUNGAN KELUARGA DENGAN TINGKAT STRESS WARGA BINAAN DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN PEREMPUAN TANGERANG. *Edu Dharma Journal*, 4, 110–121. <http://openjournal.wdh.ac.id/index.php/edudharma>
- Rizqiyani, B. N., Yuda, A. E., Fadillah, G. F., Ernawati, D. 4, Islam, B. K., Mas, R., Surakarta, S., & Islam, P. (2021). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN TINGKAT STRES NARAPIDANA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN WIROGUNAN YOGYAKARTA. In *Jurnal Kesetaraan dan Keadilan Gender* (Vol. 16, Issue 2).
- Rusandi, & M. R. (2021). Merancang Penelitian Kualitatif Dasar/Deskriptif dan Studi Kasus. . *Al-Ubwlīyah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam*, 2(1), 48–60.
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian*.
- Sholihah, K. U., & Sawitri, D. R. (2021). Tingkat Stres Narapidana ditinjau dari Masa Tahanan dan Frekuensi Membaca Alquran. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 4(2), 95–106. <https://doi.org/10.15575/jpib.v4i2.11288>
- Surachman Surjaatmadja, R. (2024). *Metodologi Penelitian untuk Kualitas Riset Terbaik*.
- Sunaryo. (2016). *Psikologi Keperawatan*. Jakarta: EGC. (Menjelaskan klasifikasi tingkat stres dan dampaknya terhadap perilaku individu).
- WHO (World Health Organization). (2020). *Mental Health and Psychosocial Considerations During COVID-19 Outbreak*.
- Yoana Agnesia, S. W. S. N. H. D. W. R. (2023). *Buku Ajar Metode Penelitian Kesehatan*.

**LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN
(INFORMATION FOR CONSENT)**

Kepada :

Yth. Calon responden penelitian Di tempat

Dengan hormat,

Saya adalah mahasiswa Jurusan Kesehatan Program Studi DIII Keperawatan Politeknik Negeri Madura, sedang melaksanakan pembuatan karya tulis ilmiah dengan judul “Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Pada Awal Masa Hukuman diLapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan” dalam bentuk pengisian kuesioner.

Dalam kuesioner diberikan beberapa pertanyaan yang berhubungan dengan penelitian yang dilakukan, seluruh data dan informasi yang saya peroleh dijamin kerahasiaannya dan hanya disampaikan untuk kepentingan ilmiah tanpa menyebutkan data pribadi saudara secara langsung.

Demikian saya sampaikan besar harapan saya bagi saudara berkenan menjadi partisipan dalam proses karya tulis ilmiah ini. Jika saudara tidak berkenan, saya terima keputusan itu tanpa mengurangi rasa hormat saya, namun jika saudara berkenan, kami mohon kesediaannya untuk menandatangani lembar persetujuan menjadi partisipan. Demikian, semoga seluruh niat baik saudara mendapat balasan terbaik dari tuhan.

Pamekasan, ... Januari 2026
Responden

$$(\quad)$$

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI
RESPONDEN (INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama (Inisial) :

Alamat :

No. Responden :

Menyatakan kesediaan untuk turut berpartisipasi menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh Robbiyatin Nur Azizah mahasiswa Program Studi D3 Keperawatan Politeknik Negeri Madura dengan judul penelitian “Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Pada Awal Masa Hukuman Dilapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan”.

Persetujuan ini saya buat secara sukarela, tanpa paksaan dan tekanan dari pihak manapun karena saya mengetahui bahwa keterangan yang akan saya berikan sangat besar manfaatnya bagi kelanjutan penelitian peneliti.

Responden

Hormat Saya

()

Robbiyatin Nur Azizah
NRP33412301026

KUESIONER

GAMBARAN TINGKAT STRES WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN (WBP) PADA AWAL MASA HUKUMAN DILAPAS NARKOTIKA KELAS IIA PAMEKASAN.

A. Petunjuk Pengisian.

1. Bacalah dengan teliti setiap pertanyaan dan jawaban dengan teliti.
2. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan memberi tanda ceklis (✓) pada kolom yang sudah tersedia.
3. Mohon di teliti ulang agar tidak ada pertanyaan yang terlewatkan untuk dijawab.
4. Setiap pertanyaan di jawab dengan satu jawaban yang sesuai.
 - 1) (TP) : Tidak pernah
 - 2) (HTP) : Hampir Tidak Pernah (1-2 kali dalam satu bulan terakhir)
 - 3) (KK) : Kadang-kadang (3-4 kali dalam satu bulan terakhir)
 - 4) (CS) : Cukup sering (5-6 kali dalam satu bulan terakhir)
 - 5) (SS) : Sangat sering (<6 kali dalam satu bulan terakhir)

B. Data Umum

1. No. Responden (diisi peneliti)
2. Usia Tahun
3. Pekerjaan sebelum menjadi narapidana :
☐ Tidak bekerja
☐ Swasta
☐ Wiraswasta
☐ Lainnya, sebutkan.....
4. Lama hukumantahun / seumur hidup
5. Status Pernikahan :
☐ Belummenikah
☐ Cerai hidup
☐ Menikah
☐ Cerai mati
6. Tingkat Pendidikan :
☐ SD
☐ SMP
☐ SMA/SMK
☐ Diplomat
☐ Sarjana
☐ Tidak Sekolah
7. Agama :
☐ Islam
☐ Non Islam

C. Data Khusus

1. Tingkat Stres

NO	Pertanyaan	Jawaban					Skor
		TP	HTP	KK	CS	SS	
1.	Dalam satu bulan terakhir, seberapa sering anda merasa marah karena sesuatu hal yang tidak terduga.						
2.	Dalam satu bulan terakhir, seberapa sering anda merasa yakin terhadap kemampuan diri untuk mengatasi masalah pribadi.						
3.	Dalam satu bulan terakhir, seberapa sering anda merasa lebih mampu mengatasi masalah dibandingkan dengan orang lain.						
4.	Dalam satu bulan terakhir, seberapa sering anda marah karena adanya masalah yang tidak dapat dikendalikan.						
5.	Dalam satu bulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak dapat mengontrol hal-hal penting dalam hidup anda.						
6.	Dalam satu bulan terakhir, seberapa sering anda merasa segala hal yang terjadi sesuai dengan keinginan anda.						
7.	Dalam satu bulan terakhir, mudah seberapa sering anda mampu mengontrol rasa tersinggung dalam kehidupan.						
8.	Dalam satu bulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak dapat menyelesaikan hal-hal yang harus dikerjakan.						
9.	Dalam satu bulan terakhir, seberapa sering anda merasa kesulitan yang menumpuk sehingga anda tidak dapat mengatasinya						
10.	Dalam satu bulan terakhir, seberapa sering anda merasa tertekan dan gelisah						

Sumber (Sheldon Cohen, 1983).

Lampiran 4 Lembar kisi-kisi kuesioner

NO	Variabel	Indikator	Pertanyaan		Jumlah Soal	Interprestasi Skor
			Positif	Negatif		
1.	Variabel Independen Tingkat Stres	Perasaan tidak terprediksi	4, 5	1, 6	4	Ringan : 0-13 Sedang: 14-27 Berat: 28-40
		Perasaan tidak terkontrol	7	2, 9	3	
		Perasaan tertekan	8	3, 10	3	

Lampiran 5 Tabulasi Jawaban Pertanyaan Kuesioner

No. Resp	Data Umum						Data Khusus										Total	Kategori
	Usia	Pekerjaan	Hukuma	Pernikahan	Pendidikan	Agama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	2	4	1	1	1	1	2	0	0	1	2	0	2	4	3	4	18	Sedang
2	3	2	1	4	2	1	2	3	2	2	1	2	1	2	2	2	19	Sedang
3	2	1	1	1	2	1	3	4	2	0	0	3	2	0	3	4	22	Sedang
4	2	3	1	3	1	1	3	4	4	2	1	4	2	0	2	4	22	Sedang
5	2	4	1	3	2	1	4	4	3	2	0	3	0	2	4	3	23	Sedang
6	3	3	1	3	1	1	3	3	4	1	0	4	2	2	3	3	24	Sedang
7	2	2	1	1	1	1	3	4	2	0	1	3	1	0	4	4	22	Sedang
8	2	2	1	4	2	1	2	3	4	2	0	2	4	2	2	4	25	Sedang
9	2	3	1	4	1	1	4	2	4	0	1	3	2	0	4	3	23	Sedang
10	3	4	1	1	3	1	4	3	2	0	3	2	3	2	2	3	24	Sedang
11	2	3	1	3	3	1	4	0	0	0	0	0	0	0	4	4	12	Ringan
12	2	2	1	3	1	1	1	4	3	0	0	2	0	3	3	4	20	Sedang
13	2	3	1	1	1	2	0	1	1	4	4	0	3	2	2	0	17	Sedang
14	3	2	1	1	3	1	4	4	3	0	1	3	0	0	3	4	22	Sedang
15	2	4	1	1	1	1	0	2	4	4	4	2	2	0	0	0	20	Sedang
16	3	3	1	4	1	2	0	2	2	3	1	0	1	3	2	0	14	Sedang
17	2	2	1	4	1	1	2	4	4	0	1	2	0	0	2	4	19	Sedang
18	3	4	1	1	1	2	4	3	4	2	1	3	0	0	3	4	24	Sedang
19	2	3	1	1	1	1	4	2	4	1	3	3	2	0	4	3	26	Sedang
20	3	2	1	3	1	1	1	1	1	0	2	4	2	3	4	0	19	Sedang
21	2	4	1	4	3	1	0	3	2	4	4	0	4	4	0	0	21	Sedang
22	3	2	1	1	3	2	0	1	2	4	4	2	2	2	2	0	19	Sedang
23	2	3	1	1	3	1	2	4	2	3	3	0	2	1	4	4	25	Sedang
24	3	2	1	1	3	1	1	1	1	3	3	2	3	1	1	1	19	Sedang
25	2	4	1	4	3	2	1	4	4	3	3	4	2	3	4	2	27	Berat
26	2	2	1	3	3	1	3	2	3	3	2	4	0	1	3	4	25	Sedang
27	2	3	1	4	2	2	3	2	3	0	0	3	2	1	4	4	23	Sedang
28	3	2	1	1	2	1	4	4	4	1	2	4	1	0	2	4	26	Sedang
29	2	3	1	3	4	2	4	2	3	0	1	1	1	4	3	4	23	Sedang
30	2	4	1	3	6	1	3	3	4	1	1	4	0	1	2	4	23	Sedang
31	2	2	1	1	3	1	3	2	3	0	3	3	2	0	2	3	21	Sedang
32	2	3	1	4	4	1	3	4	4	1	2	4	1	0	2	2	23	Sedang
33	3	2	1	3	2	2	2	3	4	2	2	1	2	0	4	2	22	Sedang
34	2	3	1	1	6	1	4	4	3	2	0	3	0	2	1	4	22	Sedang
35	2	4	1	2	2	1	4	3	4	0	1	4	2	0	3	4	25	Sedang
36	2	3	1	2	6	2	1	4	4	3	3	4	2	3	4	2	27	Berat
37	2	3	1	3	4	1	4	3	2	3	1	4	3	3	4	2	29	Berat
38	2	2	1	2	2	1	2	3	4	1	3	3	2	4	4	4	30	Berat
39	3	4	1	4	6	2	3	3	4	2	2	4	1	3	4	2	28	Berat
40	2	2	1	2	2	1	4	2	1	4	4	2	4	3	4	3	31	Berat
41	2	4	1	4	6	1	0	4	4	3	3	2	4	2	3	2	27	Berat
42	2	3	1	3	3	1	3	4	2	3	1	4	3	3	4	4	31	Berat
43	2	2	1	2	2	2	4	0	2	3	2	4	3	4	3	4	27	Berat
44	3	4	1	2	6	1	4	3	4	0	1	4	2	0	3	4	25	Sedang
45	2	3	1	2	4	1	3	2	4	1	3	4	2	4	2	4	29	Berat
46	2	2	1	3	2	1	1	3	2	4	4	2	3	4	2	2	27	Berat
47	3	4	1	2	6	2	2	4	2	1	1	4	3	2	4	4	27	Berat
48	2	2	1	3	3	1	4	3	1	1	4	4	3	4	2	4	30	Berat
49	3	3	1	2	2	1	0	4	4	3	2	3	4	3	4	4	31	Berat
50	2	4	1	3	3	1	3	3	2	4	1	3	4	4	3	0	27	Berat
51	2	4	1	2	4	1	4	3	0	2	4	3	1	4	3	3	27	Berat
52	2	3	1	2	2	1	0	1	4	2	4	4	4	3	2	4	28	Berat
53	3	2	1	2	4	1	3	0	3	4	4	3	3	2	2	4	28	Berat
54	2	4	1	2	3	1	1	4	4	3	2	4	1	4	3	4	31	Berat
55	3	3	1	3	2	1	4	0	2	4	4	3	2	4	2	4	29	Berat
56	2	4	1	4	3	1	0	3	2	4	4	0	4	0	0	0	21	Sedang
57	3	4	1	2	6	1	3	4	4	0	2	1	4	3	3	4	27	Berat
58	2	3	1	2	2	1	4	3	4	2	1	4	3	2	4	0	27	Berat
59	3	2	1	2	5	1	4	3	3	2	4	4	4	3	2	1	30	Berat
60	2	4	1	2	4	1	2	4	4	3	3	4	2	4	4	4	34	Berat
61	3	3	1	2	3	1	0	4	4	3	3	2	4	3	4	2	29	Berat
62	2	3	1	2	6	1	3	3	4	3	2	4	3	2	4	3	31	Berat
63	3	3	1	2	2	2	0	4	3	3	4	4	4	3	3	0	28	Berat
64	2	3	1	2	5	1	4	3	4	4	3	2	4	4	3	2	35	Berat
65	2	3	1	4	5	1	1	3	4	2	0	4	4	4	3	2	27	Berat
66	3	4	1	2	3	1	4	3	3	4	0	4	4	3	0	4	29	Berat
67	2	4	1	4	5	1	4	3	2	2	4	4	2	4	3	3	31	Berat
68	2	3	1	2	6	1	3	0	4	4	2	4	2	1	4	4	28	Berat
69	3	3	1	2	3	1	1	4	4	3	2	3	4	4	2	0	28	Berat

Lampiran 6 Surat Permohonan Pengambilan Data Awal Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI
POLITEKNIK NEGERI MADURA
Jalan Raya Camplong Km. 4 Taddan Camplong Sampang Jawa Timur 69281
Telepon : (0323) 3281671 - HP : 081360034040
Laman: www.poltera.ac.id

Nomor : 2947/PL34.1/DV.01.18/2025
Perihal : Permohonan Izin Pengambilan Data Awal Penelitian

07 November 2025

Kepada
Yth. 1. Kepala Bakesbangpol Kab. Sampang
2. Kepala Lapas Narkotika Kelas 2A Pamekasan.

Di Tempat

Sehubungan dengan keperluan Penelitian Karya Tulis Ilmiah (KTI) mahasiswa Politeknik Negeri Madura (POLTERA), maka bersama ini kami merekomendasikan 1 (Satu) mahasiswa berikut:

Nama : Robbiyatin Nur Azizah
NRP : 33412301026
Program Studi : D3 Keperawatan
Keperluan : Pengambilan Data Awal Penelitian
Judul TA : Gambaran Tingkat Stres Pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP)
Berdasarkan Blok ditahap Awal Masa Hukuman dilapas Pamekasan.

Untuk melakukan penelitian di tempat yang Bapak/Ibu pimpin. Demikian surat pengantar ini dibuat, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wakil Direktur Bidang Akademik



M. Musta'in, M.T.
NIP. 198201252014041001



Catatan:

1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah diandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BPSI.



PEMERINTAH KABUPATEN PAMEKASAN
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Jalan KH Agusssalim Nomor 44 Pamekasan, Jawa Timur 69317
Telepon (0324) 322336 Laman : <https://bakesbangpol.pamekasankab.go.id>
Pos-el : bakesbangpol@pamekasankab.go.id

SURAT REKOMENDASI

Tentang

IZIN PENELITIAN

Nomor : 000.9/737/432.404/2025

Membaca : Surat dari Direktur Politeknik Negeri Madura (POLTERA), Tanggal 07 November 2025, Nomor : 2947/PL34.1/DV.01.18/2025

Mengingat : Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia nomor 3 Tahun 2018 tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian

Dengan ini kami berikan ijin kepada :

Nama : **Robbiyatin Nur Azizah**
NRP : 33412301026
No. HP WA : 085926926978
Alamat : Desa Tanjung, Kec.Pegantenan, Kab.Pamekasan
Prodi/Jurusan : D3 Keperawatan
Judul : **Gambaran Tingkat Stres Pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Berdasarkan Blok Ditahap Awal Masa Hukuman Dilapas Narkotika Kelas 2A Pamekasan**

Lokasi : Lapas narkotika kelas 2A pamekasan.
Lama : 5 Bulan

Dengan Ketentuan-ketentuan sebagai berikut :

1. Mentaati Tata tertib, Keamanan, Kesopanan dan Kesusilaan serta menghindari pernyataan – pernyataan baik dengan lisan, tulisan, yang dapat melukai / Menghina Agama dan Negara, dan Menimbulkan Keresahan Masyarakat , Disintegrasi bangsa dan Keutuhan NKRI;
2. Mentaati Ketentuan Norma atau Adat Istiadat di Lokasi
3. Rekomendasi ini berlaku 5 Bulan Sejak Surat dikeluarkan
4. Dalam jangka waktu 2 (dua) Minggu setelah selesai melakukan kegiatan diwajibkan memberikan Laporan sementara tentang pelaksanaan dan hasil – hasilnya kepada Bupati Pamekasan melalui Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Kabupaten Pamekasan.
5. Surat Rekomendasi ini akan dicabut dan dianggap tidak berlaku apabila pemegang keterangan ini tidak memenuhi ketentuan-ketentuan sebagaimana tersebut di atas.

Pamekasan, 12 November 2025
Kepala Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik
Kabupaten Pamekasan



CAHYA WIBAWA, S.T.
Pembina Utama Muda/IVc
NIP. 196810131994031010

TEMBUSAN :

1. Sdr. Kapolres Pamekasan,
2. Sdr. Direktur Politeknik Negeri Madura (POLTERA)

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).

Lampiran 8 Surat Permohonan Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI
POLITEKNIK NEGERI MADURA
Jalan Raya Camplong Km. 4 Taddan Camplong Sampang Jawa Timur 69281
Telepon : (0323) 3281671 - HP : 081360034040
Laman: www.poltera.ac.id

Nomor : 0061/PL34.1/DV.01.18/2026
Perihal : Permohonan Izin Melakukan Penelitian

15 Januari 2026

Kepada

- Yth. 1. Kantor Wilayah Direktorat Jenderal Pemasarakatan Jawa Timur
2. Kepala Lembaga Pemasarakatan Narkotika Kelas IIA Pamekasan

Di Tempat

Sehubungan dengan keperluan Penelitian Karya Tulis Ilmiah (KTI) mahasiswa Politeknik Negeri Madura (POLTERA), maka bersama ini kami merekomendasikan 1 (Satu) mahasiswa berikut:

Nama : Robbiyatin Nur Azizah
NRP : 33412301026
Program Studi : D3 Keperawatan
Keperluan : Permohonan Izin Melakukan Penelitian
Judul TA : Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasarakatan (WBP) Pada Awal Masa
Hukuman di Lapas Narkotika Kelas II A Pamekasan.

Untuk melakukan penelitian di tempat yang Bapak/Ibu pimpin. Demikian surat pengantar ini dibuat, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wakil Direktur Bidang Akademik



M. Musta'in, M.T.
NIP. 198201252014041001



Catatan :

1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah diandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BRSSE.

Lampiran 9 lembar surat balasan kanwil direktorat jenderal pemasyarakatan Jawa Timur



KEMENTERIAN IMIGRASI DAN PEMASYARAKATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL PEMASYARAKATAN
KANTOR WILAYAH JAWA TIMUR
Jalan Letjen Sutoyo No. 266B, Medaeng, Waru, Sidoarjo
Pos-el : kanwilditjenpas.jatim@gmail.com

Nomor : WP.15-UM.01.01-52
Sifat : Biasa
Hal : Izin Penelitian

15 Januari 2026

Yth. Wakil Direktur Bidang Akademik
Politeknik Negeri Madura
di Tempat

Sehubungan dengan Surat Wakil Direktur Bidang Akademik Politeknik Negeri Madura Nomor 0061/PL34.1/DV.01.18/2026 tanggal 15 Januari 2026 hal Izin Penelitian, bersama ini disampaikan bahwa pada prinsipnya memberikan izin kepada mahasiswa berikut:

NO	NAMA	NIM
1	Robbiyatin Nur Azizah	33412301026

untuk melaksanakan kegiatan dimaksud di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Pamekasan pada bulan Januari s.d. Februari 2026.

Sebelum mengadakan kegiatan agar memperhatikan hal-hal sebagai berikut:

1. Mahasiswa wajib terlebih dahulu berkoordinasi dengan Kepala Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Pamekasan;
2. Selama melaksanakan kegiatan wajib menaati seluruh *Standar Operasional Prosedur (SOP)* yang berlaku;
3. Tidak diperkenankan mengambil gambar/foto/shooting/video di lingkungan Lapas tanpa seizin Kepala Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Pamekasan.

Demikian disampaikan, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih.



{Ditandatangani}

Kepala Kantor Wilayah,



Kadiyono

Tembusan:

1. Kepala Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Pamekasan;
2. Yang bersangkutan.

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).

Lampiran 10 lembar surat keterangan sudah melakukan penelitian



KEMENTERIAN IMIGRASI DAN PEMASYARAKATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL PEMASYARAKATAN
KANTOR WILAYAH JAWA TIMUR
LEMBAGA PEMASYARAKATAN NARKOTIKA KELAS IIA PAMEKASAN
Jln Pembina No. 2, Pamekasan, Jawa Timur 69317 Tel/Fak: (0324) 325333
Laman: lpnpamekasan.kemenkumham.go.id, Pos-el: lpnpamekasan@gmail.com

Nomor : WP.15.PAS.PAS 9.UM.01.01 - 585
Lampiran : -
Hal : selesai Penelitian an. **Robbiyatin Nur Azizah**

23 Februari 2026

Kepada Yth.

Kepala Kantor Wilayah Direktorat Jenderal Pemasyarakatan Jawa Timur
Jl. Letjen Sutoyo No. 266B

di -

SURABAYA

Sehubungan dengan surat Kepala Kantor Wilayah Direktorat Jenderal Pemasyarakatan Jawa Timur Nomor : WP.15-UM.01.01-52 Tanggal 15 Januari 2026 Perihal Izin Penelitian, dengan ini kami melaporkan bahwa mahasiswa :

Nama : Robbiyatin Nur Azizah

NIM : 33412301026

Dengan ini kami menyatakan bahwa yang bersangkutan sudah selesai melakukan penelitian pada Lapas Narkotika Pamekasan yang dilakukan selama 1 (satu) bulan dari bulan Januari s/d Februari 2026.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Kepala
Kusnan

Tembusan :

➤ Wakil Direktur Bidang Akademik POLTERA



BIODATA



Robbiyatin Nur Azizah dilahirkan di Arso, 25 Mei 2005.

Anak dari Alm. Bapak **Suriat** dan Ibu **Marinah**.

Penulis merupakan anak keempat dari lima bersaudara. Penulis menuntut ilmu di TK Al Irsyad Arso VI kabupaten Keerom pada tahun (2009-2010), melanjutkan ke SDN Pasanggar 2 pada tahun (2011-2016), melanjutkan ke SMP Muhammadiyah 1 Pamekasan pada tahun (2017- 2019), dan melanjutkan ke SMA Negeri 1 Pakong Jurusan Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) pada tahun (2020-2022).

Pada tahun 2023 penulis melanjutkan ke jenjang perguruan tinggi, yaitu di Politeknik Negeri Madura Jurusan Kesehatan Program Studi D3 Keperawatan selama 3 tahun (2023-2026). Penulis telah berhasil menyelesaikan pengerjaan tugas akhir ini. Semoga dengan penulisan tugas akhir ini mampu memberikan kontribusi positif bagi pembaca. Akhir kata dari penulis mengucapkan rasa syukur yang sebesar-besarnya atas terselesaikannya tugas akhir ini yang berjudul “**Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Pada Awal Masa Hukuman diLapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan**”.

KTJ JIJAH TERBARU2026 (1).pdf

?

Match Overview

X

11%

<

>

1	www.researchgate.net Internet Source	2%	>
2	www.jurnalp3k.com Internet Source	1%	>
3	jurnal.um-tapsel.ac.id Internet Source	1%	>
4	Nataly Dewi, Dwytrias R... Publication	1%	>
5	Submitted to LL Dikti IX... Student Paper	1%	>
6	Submitted to Morgan P... Student Paper	1%	>
7	repository.unpkediri.ac.... Internet Source	1%	>
8	Hapsari Nina Nabilah, ... Publication	1%	>
9	Submitted to Politeknik... Student Paper	1%	>
10	jurnal.unai.edu Internet Source	1%	>
11	core.ac.uk	1%	>

Lampiran 14 Lembar Konsultasi Pembimbing I

LEMBAR BIMBINGAN TUGAS AKHIR

Nama : Robbiyatin Nur Azizah
 NRP : 33412301026
 Program Studi : D3 Keperawatan
 Pembimbing I : Prastomo Suhendro, S.E,M.M
 Judul TA : Gambaran Tingkat Stres Pada Warga Binaan
 Pemasyarakatan (WBP) Berdasarkan Blok Ditahap Awal
 Masa Hukuman Dilapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan.

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Keterangan	Paraf Pembimbing
1.	15/09/25	Konsul Judul	- Mencari referensi untuk judul - Gambaran tingkat stres pada warga binaan pemasyarakatan (WBP) ditahap awal masa hukuman dilapas pamekasan - Revisi modifikasi judul	
2.	19/09/25	Konsul Judul	- Gambaran Tingkat Stres Pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Berdasarkan Blok Ditahap Awal Masa Hukuman Dilapas Narkotika Kelas 2A Pamekasan - ACC judul - Lanjutkan BAB 1	
3.	08/10/25	Konsul BAB 1	Revisi - Perbaiki latar belakang	
4.	26/11/25	Konsul BAB 1 dan 2	Revisi - Kerangka konsep	
5.	05/12/25	Konsul BAB 1,2 dan 3	Revisi - Mencari sumber rumus silovin	
			- Mengubah rumus silovin ke teknik total sampling - Perbaiki kerangka konsep	

6.	08/12/25	Konsul BAB 2 dan 3	Revisi - Penulisan kerangka kerja	
7.	11/12/25	Konsul BAB 3 dan kuesioner	Revisi - Kuesioner	
8.	12/12/25	Konsul BAB 1,2 & 3	ACC BAB 1,2 & 3 ACC ujian proposal	
9.	30/01/26	Konsul bab 3, 4 & 5	Revisi	
10.	02/02/26	Konsul bab 4 & 5	Revisi geografi	
11.	03/02/26	Konsul bab 5	Revisi	
12.	04/02/26	Konsul bab 4,5 & abstrak.	Revisi	
13.	05/02/26	Konsul bab 4,5 & abstrak.	ACC	

Mengetahui

Koordinator Program Studi

Lailatul Hafidah, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIPPPK.198502022025212061

Pembimbing I

Prastomo Suhendro, S.E., M.M
NIP. 197711242024211003

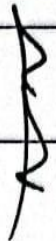
LEMBAR BIMBINGAN TUGAS AKHIR

Nama : Robbiyatin Nur Azizah
NRP : 33412301026
Program Studi : D3 Keperawatan
Pembimbing II : Arif Rahman Hakim, S.Kep, Ns., MS
Judul TA : Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP)
Pada Awal Masa Hukuman Di Lapas Narkotika Kelas IIA
Pamekasan

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Keterangan	Paraf Pembimbing
1	16/09/25	Konsul judul	- Gambaran tingkat stres pada warga binaan pemasyarakatan (WBP) ditahap awal masa hukuman dilapas pamekasan - Revisi modifikasi judul	
2	19/09/25	Konsul Judul	- Gambaran Tingkat Stres Pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Berdasarkan Blok Ditahap Awal Masa Hukuman Dilapas Narkotika Kelas 2a Pamekasan - ACC judul - Lanjutkan BAB 1 - Mencari 10 referensi jurnal yang berkaitan dengan judul	
3	9/10/25	Konsul BAB 1	- Revisi - Perbaiki latar belakang - menambahkan presentase diparagraf 2 - Perbaiki penulisan sumber jurnal	

4	23/10/25	Konsul BAB 1 dan 2	Revisi - Perbaiki penulisan latar belakang - Perbaiki penulisan sumber jurnal - Penulisan rumusan masalah	R
5	27/11/25	Konsul BAB 1 dan 2	Revisi - Mengubah alat ukur PSS dengan DASS - Rumusan masalah 1 pertanyaan saja - Tambahkan deskripsi kerangka konsep - Perbaiki penulisan kajian peneliti terdahulu	l
6	1/12/25	Konsul BAB 1,2 dan 3	Revisi - Tambahkan teori WBP narkoba - Tambahkan teori sistem pemasyarakatan narkoba - Perbaiki definisi operasional - Tambahkan penulisan di latar belakang paragraf 2	R
7	2/12/25	Konsul BAB 2 dan 3	Revisi - Menambahkan informed consent dan lembar persetujuan menjadi responden - Tambahkan kata pengantar tahap awal masa hukuman - Tambahkan deskripsi kerangka kerja - Perbaiki penulisan etik penelitian	R
8.	3/12/25	Konsul BAB 2 dan 3	Revisi - Perbaiki penulisan bab 1, bab 2, bab 3	

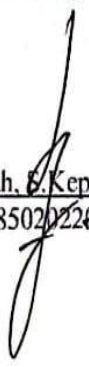
			- Font, jarak - Tambah jurnal yang berkaitan dengan napi narkotika - Tambah data umum biografi cari referensi di jurnal penelitian sebelumnya	R
9.	8/12/25	Konsul BAB 2, 3 dan kuesioner	Revisi - Kerangka konsep - Perbaiki kuesioner - Tambahkan tabel waktu penelitian - Perbaiki pengolahan data - Perbaiki penulisan populasi, sampel dan sampling	R
10.	10/12/25	Konsul BAB 2, 3 dan kuesioner	Revisi - Perbaiki kerangka Konsep - Perbaiki kuesioner - Perbaiki penulisan paragraf - Perbaiki penulisan kerangka kerja	R
11.	11/12/25	Konsul BAB 2 dan 3	Revisi - Perbaiki penulisan waktu penelitian - Perbaiki tabel kerangka kerja bagian sampel - Perbaiki tabel kajian peneliti terdahulu	R
12.	12/12/25	Konsul BAB 1, 2 & 3	ACC BAB 1, 2 & 3 ACC ujian proposal	AD
13.	30/01/26	Konsul bab 3, 4 & 5	Revisi kesimpulan	AD
14.	02/01/26	Konsul bab 3	Revisi keterbatasan	AD
15.	03/02/26	Konsul bab 4,5 & abstrak.	Revisi penulisan	AD

16.	04/02/26	Konsul bab 4,5 & abstrak.	Revisi	
17.	05/02/26	Konsul bab 4,5 & abstrak.	ACC	

Mengetahui

Koordinator Program Studi

Pembimbing II

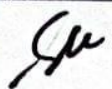
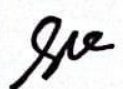
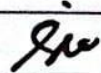

Lailatul Hafidah, S.Kep., Ns., M.Kes.
 NIPPPK.198502022025212061


Arif Rahman Hakim, S.Kep., Ns., MS
 NIP. 199110212024061002

LEMBAR BIMBINGAN TUGAS AKHIR

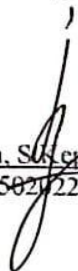
Nama : Robbiyatin Nur Azizah
 NRP : 33412301026
 Program Studi : D3 Keperawatan
 Penguji I : Anggeria Oktavisa D.S.Si.,M.,M.Biotech
 Judul TA : Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP)
 Pada Awal Masa Hukuman Di Lapas Narkotika Kelas IIA
 Pamekasan

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Keterangan	Paraf Pembimbing
1.	22/12/25	Konsul Judul, bab 1, bab 2. Dan 3	- Gambaran tingkat stres warga binaan pemasyarakatan (WBP) pada awal masa hukuman dilapas narkotika kelas IIA pamekasan - Revisi penulisan kutipan bab 1,2 dan 3 - Revisi kusioner DASS menjadi PSS - Revisi tabel penelitian terdahulu - Revisi latar belakang menggunakan bahasa ilmiah - Revisi justifikasi latar belakang - Revisi solusi latar belakang - Revisi proses pengumpulan data awal menggunakan kalimat aktif. - Revisi penulisan daftar pustaka - Revisi penulisan bahasa asing menggunakan itali - Tambahkan batasan masalah	
2.	23/12/25	Konsul bab 2	- Revisi kerangka konsep	

3.	06/01/26	Konsul bab 1, bab 2. Dan 3	ACC proposal TA	
4.	19/02/26	Konsul bab 1 - 5	Revisi - Penambahan teori di pembahasan - Penulisan pembahasan FTO - Proses pengumpulan data	
5.	20/02/26	Konsul bab 1 - 5	ACC	

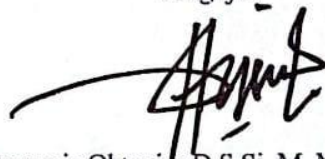
Mengetahui

Koordinator Program Studi



Lailatul Hafidah, S.Sep., Ns., M.Kes.
NIPPPK.198502022025212061

Penguji I



Anggeria Oktavisa D.S.Si.,M.,M.Biotech
NIPPPK. 198710192024212016

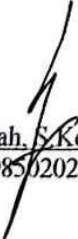
LEMBAR BIMBINGAN TUGAS AKHIR

Nama : Robbiyatin Nur Azizah
NRP : 33412301026
Program Studi : D3 Keperawatan
Penguji II : Mohamad Nur, S.Kep., Ns., M.Si.
Judul TA : Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP)
Pada Awal Masa Hukuman Di Lapas Narkotika Kelas IIA
Pamekasan

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Keterangan	Paraf Pembimbing
1.	05/01/26	Konsul Judul, bab 1-3	Revisi - Penulisan	
2.	06/01/26	Konsul bab 1 - 3	ACC proposal TA	
3.	23/02/26	Konsul bab 1 - 5	Revisi - Penambahan teori di pembahasan - Penulisan pembahasan FTO - Proses pengumpulan data - Penulisan di pembahasan	
4.	24/02/26	Konsul bab 1 - 5	ACC	

Mengetahui

Koordinator Program Studi


Lailatul Hafidah, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIPPPK.198502022025212061

Penguji II


Mohamad Nur, S.Kep., Ns., M.Si.
NIP. 198012022014061002

LEMBAR BIMBINGAN TUGAS AKHIR

Nama : Robbiyatin Nur Azizah
 NRP : 33412301026
 Program Studi : D3 Keperawatan
 Penguji III : Kuzzairi, S.Kep.,Ns.,M.H.,M.Kes
 Judul TA : Gambaran Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP)
 Pada Awal Masa Hukuman Di Lapas Narkotika Kelas IIA
 Pamekasan

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Keterangan	Paraf Pembimbing
1.	06/01/26	Konsul Judul, bab 1-3	Revisi Judul Gambaran tingkat stres warga binaan pemasyarakatan (WBP) pada awal masa hukuman dilapas narkotika kelas IIA pamekasan	
2.	07/01/26	Konsul bab 1 - 3	ACC proposal TA	
3.	23/02/26	Konsul bab 1 - 5	Revisi - Penambahan teori di pembahasan - Penulisan pembahasan FTO - Proses pengumpulan data - Penulisan di pembahasan - Penambahan surat keterangan telah melakukan penelitian	
4.	24/02/26	Konsul bab 1 - 5	ACC	

Mengetahui

Koordinator Program Studi

Penguji III

Lailatul Hafidah, S.Kep., Ns., M.Kes.
 NIPPPK.19850222025212061

Kuzzairi, S.Kep.,Ns.,M.H.,M.Kes
 NIPPPK. 197811022025211033