

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1. Kecenderungan Perilaku *Self injury***

##### **2.1.1. Pengertian Kecenderungan Perilaku *Self injury***

Kecenderungan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) memiliki arti kecondongan hati atau keinginan akan sesuatu hal. Menurut Chaplin (2004), kecenderungan atau *tendency* adalah merupakan satu set atau susunan sikap untuk bertingkah laku dengan cara tertentu. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kecenderungan yaitu kecondongan hati untuk bertindak atau bertingkah laku dengan cara tertentu.

*Self injury* dalam istilah lain dikenal dengan *self-mutilation*, *self harm* (SH) dan *self wounding* (Hasking dkk, 2008). Ada berbagai pengertian mengenai perilaku *self injury*. Menurut *International Society for the Study of Self-Injury* (ISSS) pengertian perilaku *self injury* adalah sebagai berikut,

*“Self injury behavior is defined as the deliberate, self-inflicted destruction of body tissue resulting in immediate damage, without suicidal intent and for purposes not socially sanctioned.”* (dalam Holly, 2011)

Dari pengertian tersebut dapat dijelaskan bahwa perilaku *self injury* adalah perilaku sengaja melukai diri sendiri yang menimbulkan kerusakan pada jaringan tubuh, tanpa niat untuk bunuh diri dan termasuk perbuatan yang tidak biasa secara sosial.

Sementara itu, Klonsky (2007) mendefinisikan perilaku *self injury* adalah tindakan sengaja menyakiti atau merusak bagian tubuh sendiri tanpa disertai niatan untuk bunuh diri. Ia juga menjelaskan bahwa seseorang yang melakukan tindakan ini sebagai upaya sementara mereka untuk mengurangi emosi negatif

yang begitu meluap serta untuk mengekspresikan kemarahan pada diri mereka sendiri.

Selanjutnya Walsh (2006) menjelaskan bahwa perilaku *self injury* adalah tindakan sengaja menyakiti diri sendiri dengan tujuan mengalihkan rasa sakit secara psikis ke rasa sakit secara fisik. *Self injury* dilakukan sebagai metode *coping* terhadap keadaan emosional yang sulit seperti kecemasan, kesedihan, depresi, kesepian, marah, dan perasaan negatif lainnya. *Self injury* sering dipilih sebagai cara yang efektif untuk menanggulangi keadaan emosional tersebut, meskipun harus dengan menyakiti diri sendiri.

Dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition-Text Revision (DSM-IV-TR)*, *self injury* merupakan salah satu gejala dari *borderline personality disorder* dan kadang-kadang juga dikaitkan dengan beberapa gangguan jiwa lainnya misalnya, gangguan depresi, manik, bipolar, dan cemas. Selain itu, *Self injury* juga berkaitan dengan riwayat trauma dan kekerasan di masa lalu, gangguan makan, atau biasanya dapat ditemui pada seseorang dengan ciri kepribadian tertentu seperti memiliki *self esteem* yang rendah (Klonsky & Glenn, 2009)

Dengan demikian, berdasarkan berbagai pendapat tersebut diatas maka dapat disimpulkan bahwa kecenderungan perilaku *self injury* adalah kecondongan hati atau keinginan akan suatu tindakan yang mengarah pada melukai tubuh atau bagian tubuh sendiri dengan sengaja, tidak dengan tujuan untuk bunuh diri tetapi sebagai suatu cara untuk melampiaskan emosi yang terlalu menyakitkan dan sulit untuk diekspresikan dengan kata-kata.

### **2.1.2 Bentuk Perilaku *Self injury***

Bentuk yang paling umum dari *self injury* adalah mengiris atau menggores kulit, menggaruk, mengukir kata-kata atau bentuk-bentuk tertentu diatas permukaan kulit, memukul diri sendiri, membakar atau menyundut diri sendiri dengan benda yang panas, dan mengutak-atik luka yang sudah sembuh (Walsh, 2006).

Sementara itu tidak jauh berbeda dengan penjabaran diatas, Smith dkk (2002) juga menjelaskan beberapa bentuk perilaku *self injury* yaitu, memotong, menggaruk kulit, mengikis atau menggosok kulit mereka, menusuk benda tajam ke kulit, membuat luka pada tubuh menjadi lebih parah, mencubit kulit sehingga menimbulkan tanda dan menyebabkan berdarah pada kulit, memukulkan suatu benda ke diri sendiri hingga mengakibatkan luka memar, mengukir kata-kata atau bentuk-bentuk tertentu di permukaan kulit, menyulut atau membakar kulit dengan rokok atau korek api, dan menarik rambut secara paksa dalam jumlah yang banyak, serta menelan sejumlah zat kimia yang mengandung racun tanpa ada niat bunuh diri.

Lebih lanjut lagi menurut Kanan & Finger (2005) bentuk-bentuk perilaku *self injury* antara lain yaitu :

- 1.Menggores bagian tubuh tertentu,
- 2.Membakar bagian tubuh tertentu dengan rokok,
- 3.Memukul diri sendiri, memukul tembok / benda keras yang lain,
- 4.Membuat tubuh menjadi luka memar / patah tulang,
- 5.Membenturkan kepala,
- 6.Menarik rambut,
- 7.Menghantamkan tubuh terhadap suatu objek,
- 8.Memutus aliran darah,
- 9.Mencubit bagian tubuh hingga memerah atau berdarah.

### **2.1.2. Alasan Melakukan Perilaku *Self injury***

Smith (2002) menjelaskan bahwa alasan seseorang melakukan perilaku *self injury* yaitu:

#### **2.1.2.1. Mengatasi Tekanan Emosional**

Kebanyakan seseorang yang melakukan perilaku *self injury* mengatakan bahwa mereka melakukan perilaku ini dalam rangka untuk membebaskan tekanan emosional yang dirasakan. Tekanan ini sering timbul dari pengalaman trauma

masa kecil. Emosi-emosi yang paling sering dirasakan yaitu perasaan cemas, agitasi, dan marah. Tekanan emosional ini terus menerus meningkat dan sampai pada akhirnya mereka tidak mampu mengatasinya atau mengontrolnya. Karena pada dasarnya tidak ada seseorang pun yang bisa bertahan dengan tekanan emosi yang terlalu tinggi dalam waktu yang cukup lama, maka mereka akan melakukan sesuatu untuk menurunkan tekanan emosi dalam hidupnya tersebut. Hal itu yang memungkinkan mereka untuk menyakiti dirinya sendiri, sebagai upaya untuk membebaskan tekanan dan kecemasan yang ada pada diri mereka. Mereka yang melakukan perilaku ini didukung juga oleh perasaan membenci diri dan memiliki *self esteem* yang rendah.

#### 2.1.2.2. Perasaan marah terhadap diri sendiri

Gagasan ini berasal dari pengalaman masa kanak-kanak yang mana ketika masa itu mereka tidak mendapatkan kebutuhan yang semestinya atau sering mengalami perlakuan kasar atau kejam. Hal tersebut akan menghasilkan kemarahan yang besar sebagai protes diri mereka, akan tetapi kemarahan itu selalu direpress, sehingga ketika dewasa, mereka tumbuh sebagai seseorang yang tidak dapat mengekspresikan kemarahan mereka. Rasa marah yang memuncak kepada seseorang yang telah melakukan tindakan kasar kepada mereka tersebut ketika tidak dapat mereka ekspresikan akan menjadi suatu hal yang menyiksa. Dan pada akhirnya, rasa marah itu malah berbalik kedalam dirinya. sehingga muncullah perasaan marah terhadap diri mereka sendiri. Dan ketika mereka merasakan kemarahan yang memuncak kepada dirinya tersebut. Mereka tidak akan segan untuk menyakiti dirinya sendiri.

#### 2.1.2.3. Menghukum diri sendiri

Seseorang yang melakukan perilaku *self injury* atau menyakiti dirinya sendiri pada dasarnya sebagai suatu hukuman karena telah mengalami emosi negatif yang mana mereka pikir tidak seharusnya mereka punyai. Sehingga mereka melakukan cara yang tidak biasa kelihatannya untuk mengatasi rasa bersalahnya yaitu dengan menyakiti diri sendiri.

#### 2.1.2.4. Menghukum Orang lain

Perilaku *self injury* bisa juga dilakukan untuk menunjukkan kepada seseorang, biasanya keluarga atau seseorang yang pernah menyakiti mereka, bahkan ketika seseorang yang berada dalam tahanan atau penjara, hal tersebut dilakukan untuk menunjukkan kepada petugas penjara kalau ia terluka sehingga mendapatkan perhatian lebih.

#### 2.1.4. Tipe-tipe *Self injury*

Favazza (dalam Bolognini dkk, 2003) membedakan perilaku *self injury* menjadi tiga jenis, yaitu :

- 2.1.4.1. *Major self injury* mengacu pada tingkah laku yang jarang terjadi dan secara signifikan menyebabkan kerusakan yang tidak dapat diperbaiki seperti semula pada organ-organ besar tubuh, seperti, melukai atau membutakan mata dan pengamputasian lengan. Jenis *self injury* ini biasanya dilakukan oleh seseorang yang menderita psikosis.
- 2.1.4.2. *Streotypic self injury* merupakan bentuk *self injury* yang lebih ringan namun sifatnya berulang-ulang. Perilaku paling umum adalah memukul-mukul kepala atau membenturkan kepala ke lantai atau tembok berulang-ulang. Individu yang melakukannya biasanya memiliki kelainan saraf seperti autisme atau sindroma *Tourette*.
- 2.1.4.3. *Moderate/superficial self-mutilation* merupakan tipe *self injury* yang paling banyak dilakukan. Pelaku pada tipe ini kebanyakan adalah mereka yang terlihat cukup normal. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Favazza dan Conterio (1988), tindakan yang banyak dilakukan adalah menyilet kulit (72%), membakar kulit (35%), *self hitting* (30%), mengganggu penyembuhan luka (22%), menarik-narik rambut (10%), dan mematahkan tulang (8%). *Moderate/superficial self mutilation* sendiri masih memiliki tiga buah subtype yaitu episodik, repetitif, dan kompulsif.

- a. Tipe kompulsif secara mendasar memiliki kesamaan dengan gangguan psikologis seperti gangguan obsesif-kompulsif. Tipe ini biasanya lebih kurang disadari oleh pelakunya dan biasanya bukan dilakukan untuk mencapai pelepasan namun lebih sebagai kompulsi.
- b. Tipe episodik yaitu di mana *self injury* dilakukan untuk kabur dari emosi yang menekan, yang biasanya disebabkan oleh depresi atau *personality disorder*. Tindakan ini dilakukan pada waktu-waktu yang spesifik.
- c. Tipe repetitif, *self injury* sudah dianggap sebagai bagian yang krusial dari kepribadian mereka dan melakukan tindakan tersebut berdasarkan kebiasaan mereka. Sama dengan tipe episodik, perilaku ini memberi bantuan dalam menenangkan perasaan mereka yang sebelumnya tertekan. Tipe ini biasanya berhubungan dengan *eating disorder*.

### **2.1.5. Karakteristik Pelaku *Self-Injury***

Menurut Klonsky (2007) para pelaku *self injury* memiliki karakteristik sebagai berikut :

#### **2.1.5.1. Memiliki tingkat emosi negatif yang tinggi**

Individu yang melakukan perilaku *self injury* mengalami lebih besar tingkat emosi negatif dalam kehidupan sehari-hari daripada individu yang tidak melakukan perilaku *self injury*. Tidak hanya itu, para pelaku *self injury* juga memiliki skor yang tinggi dalam pengukuran tempramen negatif, disregulasi emosi, depresi, dan kecemasan (Klonsky, et al 2003). Hal tersebut yang menjadi alasan mereka berperilaku *self injury*. Yang mana mereka lakukan untuk meringankan sementara *distress emotional* mereka.

#### 2.1.5.2. Kesulitan dalam mengutarakan atau mengekspresikan emosi negatif

Para pelaku *self injury* juga mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi mereka. Seseorang biasanya dapat dengan mudah menggambarkan perasaan atau emosi yang dialaminya. Tetapi untuk para pelaku *self injury*, mereka cenderung mengalami kesulitan dalam mengidentifikasi atau memahami perasaan mereka, terlebih hal itu adalah perasaan negatif yang amat sulit. Mereka lebih memilih untuk diam dan tidak memiliki teman untuk berbagi cerita. Sehingga pada akhirnya, bagi mereka yang sulit mengendalikan tekanan emosi yang begitu berat akan memilih untuk mengekspresikannya melalui perilaku *self injury*.

#### 2.1.5.3. Memiliki *self esteem* yang rendah

Pelaku *self injury* adalah seseorang yang memiliki pandangan yang buruk tentang dirinya. Mereka sering mengkritik dirinya sendiri dan menyalahkan dirinya atas permasalahan yang terjadi dalam hidupnya. Sehingga untuk mereka yang tidak dapat mengendalikan perasaan itu, tidak segan untuk menyakiti diri mereka sendiri.

#### 2.1.5.4. Masa kecil penuh trauma

Beberapa ahli kesehatan mental menyatakan bahwa para pelaku *self injury* pernah mengalami kekerasan masa kecil dalam hidupnya, terutama kekerasan seksual dan kekerasan yang mengarah pada perkembangan perilaku *self injury* nantinya. Seperti yang dijelaskan oleh Cavanaugh (2002) bahwa perilaku *self injury* merupakan sebuah manifestasi dari kekerasan seksual. Sehingga kekerasan seksual pada masa kecil dapat dikonseptualisasikan sebagai faktor risiko dari perilaku *self injury*. Kendati demikian, meskipun kekerasan yang terjadi pada masa anak-anak mempunyai peranan penting pada beberapa orang yang melakukan perilaku *self injury*, ada juga seseorang yang mengalami

kekerasan pada masa kecil, tetapi mereka tidak melakukan perilaku *self injury*.

#### 2.1.5.5. Pola pemikiran yang kaku

Para pelaku *self injury* cenderung memiliki cara berpikir yang kaku. Mereka harus mencapai suatu tujuan atau tidak sama sekali. Seperti perilaku menyakiti diri yang dilakukannya, mereka melakukannya secara langsung tanpa memikirkan dampak yang akan terjadi setelah melakukan hal tersebut. Karena pada dasarnya, para pelaku *self injury* lebih memilih untuk sakit secara fisik daripada sakit secara psikis.

## 2.2. Kesepian

### 2.2.1. Pengertian Kesepian

Kesepian adalah suatu keadaan mental dan perasaan emosional yang terutama dicirikan oleh adanya perasaan-perasaan terasing dan kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain (Bruno, 2000). Sementara itu, Jong-Gierverld (2010) memaparkan bahwa kesepian adalah situasi tidak menyenangkan yang dialami seseorang ketika kekurangan atau merasa tidak diterima dalam hubungan sosial.

Selanjutnya, Peplau & Perlman (dalam Hawkley, 2009) mengemukakan bahwa kesepian adalah suatu pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan yang terjadi ketika hubungan seseorang berkurang. Kekurangan tersebut dapat bersifat kuantitatif seperti tidak memiliki teman yang diinginkan dan kurang memuaskan atau bersifat kualitatif seperti merasa bahwa hubungan sosial yang dibina hanya bersifat seadanya. Anderson (dalam Baron dkk, 2009), mengatakan bahwa kesepian dapat menimbulkan perasaan-perasaan negatif seperti putus asa, depresi, cemas, ketidakpuasan, pesimis akan masa depan, perasaan menyalahkan diri sendiri, dan rasa malu.

Kesepian berbeda dengan kesendirian, seseorang yang sedang sendirian, belum tentu ia merasa kesepian, hal ini diperjelas oleh Weiss (dalam Peplau & Perlman, 1984) yang mengatakan bahwa kesepian tidak disebabkan oleh kesendirian, namun disebabkan karena tidak tersedianya hubungan yang dibutuhkan oleh individu tersebut. Sehingga, berdasarkan hal tersebut, kesepian dapat dikatakan sebagai hal yang sangat subjektif dan tidak bisa diukur hanya dengan observasi sederhana.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kesepian merupakan perasaan subjektif yang tidak menyenangkan yang dialami seseorang karena tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan orang lain, kesepian juga dapat terjadi karena terputusnya kontak sosial dengan orang-orang tertentu seperti anak, pasangan, orang tua atau relasi.

## **2.2.2 Faktor-faktor Kesepian**

Miller dkk (2007) mengatakan bahwa secara umum kesepian disebabkan oleh:

### **2.2.2.1. Ketidakpuasan dalam hubungan yang dimiliki**

Kesepian dapat terjadi ketika ada kesenjangan antarah hubungan yang dimiliki dengan hubungan yang diharapkan seseorang. Sejumlah alasan mengapa seseorang merasa tidak puas dengan hubungan yang dimiliki, yaitu:

- a. *Being unattached*; tidak memiliki pasangan, tidak memiliki patner seksual, berpisah dengan pasangan atau kekasih.
- b. *Alienation*; merasa berbeda, merasa tidak dimengerti, tidak dibutuhkan, dan tidak memiliki teman dekat.
- c. *Being alone*; pulang ke rumah tanpa ada yang menyabut.
- d. *Forced isolation*; dikurung di dalam rumah, dirawat inap di rumah sakit, tidak bisa kemana-mana.

e. *Dislocation*; jauh dari rumah (merantau), memulai pekerjaan atau sekolah baru, sering pindah rumah, dan sering melakukan perjalanan jauh.

#### 2.2.2.2. Perubahan dalam hubungan yang diinginkan seseorang

Kesepian dapat juga berkembang karena perubahan ide seseorang tentang apa yang diinginkan seseorang dalam suatu hubungan. Pada saat tertentu hubungan sosial yang dimiliki seseorang cukup memuaskan sehingga orang tersebut tidak mengalami kesepian. Tetapi pada saat yang lain, hubungan tersebut tidak lagi memuaskan karena orang itu telah merubah apa yang diinginkannya dari hubungan tersebut.

Perubahan itu dapat muncul dari beberapa sumber, yaitu perubahan mood, jenis hubungan yang diinginkan seseorang ketika sedang senang berbeda dengan jenis hubungan yang diinginkan ketika sedang sedih. Selanjutnya, usia, seiring dengan bertambahnya usia akan membawa berbagai perubahan yang akan mempengaruhi harapan atau keinginan seseorang terhadap suatu hubungan. Selain itu, perubahan situasi juga dapat berperan. Banyak orang yang tidak mau menjalin hubungan emosional yang dekat dengan orang lain ketika mereka sedang membina karir.

#### 2.2.2.3. *Self esteem*

Kesepian berhubungan dengan *self esteem* yang rendah. Orang yang memiliki *self esteem* yang rendah cenderung merasa tidak nyaman pada situasi yang berisiko secara sosial, misalnya berbicara di depan umum dan berada di kerumunan orang yang tidak dikenal. Dalam keadaan seperti ini orang tersebut akan menghindari kontak-kontak sosial tertentu secara terus-menerus, akibatnya individu tersebut akan mengalami kesepian.

#### 2.2.2.4. Perilaku interpersonal

Seseorang yang mengalami kesepian akan menyebabkan individu tersebut mengalami kesulitan dalam membangun hubungan dengan orang lain. Orang yang kesepian cenderung menilai orang lain secara negatif, kurang menyukai orang

lain, tidak mempercayai orang lain, menginterpretasikan tindakan orang lain secara negatif, dan cenderung memiliki sikap yang bermusuhan.

Selanjutnya, orang yang kesepian cenderung terhambat dalam keterampilan sosial, cenderung pasif, dan ragu-ragu dalam mengungkapkan pendapat di depan umum, cenderung kurang responsif dan kurang sensitif secara sosial. Selain itu, orang yang kesepian juga cenderung lambat dalam membangun hubungan intim dengan orang lain. Perilaku tersebut menyebabkan individu memiliki kesempatan yang terbatas bersama-sama dengan orang lain sehingga menyebabkan pola interaksi yang tidak memuaskan.

### **2.2.3. Bentuk-bentuk Kesepian**

Robert Weiss (dalam Santrock, 2003), mengatakan bahwa kesepian merupakan reaksi dari ketiadaan jenis-jenis tertentu dari hubungan. Ia membagi kesepian dalam dua bentuk, yaitu Isolasi emosional (*emotional isolation*) dan Isolasi sosial (*social isolation*).

2.2.3.1. Isolasi emosional (*emotional isolation*) adalah bentuk kesepian yang muncul ketika seseorang tidak memiliki ikatan hubungan yang intim, seperti orang dewasa yang lajang, bercerai, dan ditinggal mati oleh pasangannya. Hal ini menunjukkan bahwa mereka tidak sedang menjalin hubungan yang bermakna dengan orang-orang terdekat mereka. Sehingga dapat dikatakan bahwa isolasi emosional tidak berhubungan dengan seberapa banyaknya orang-orang terdekat mereka tetapi seberapa dalamkah hubungan emosional mereka dengan orang-orang terdekat mereka.

2.2.3.2. Isolasi sosial (*social isolation*) adalah bentuk kesepian yang muncul ketika seseorang dikucilkan dari hubungan sosialnya. Misalnya, tidak memiliki keterlibatan yang terintegrasi dalam dirinya; tidak ikut berpartisipasi dalam kelompok atau komunitas yang melibatkan adanya kebersamaan, minat yang sama, aktivitas yang terorganisasi, peran-peran

yang berarti. Isolasi sosial juga dapat berhubungan dengan ketidakmampuan seseorang dalam berhubungan sosial.

## **2.3. Narapidana**

### **2.3.1 Pengertian Narapidana**

Narapidana adalah orang-orang yang dijatuhi hukuman penjara atau kurungan berdasarkan putusan pengadilan dengan ketetapan yang pasti. Hukuman tersebut dijatuhkan karena mereka melakukan tindak kejahatan atau pelanggaran. Menurut UU No. 12 Tahun 1995 tentang pemasyarakatan, narapidana adalah terpidana yang menjalani pidana hilang kemerdekaan di Lembaga Pemasyarakatan. Harsono (1995) mengatakan narapidana adalah seseorang yang telah dijatuhkan vonis bersalah oleh hukum dan harus menjalani hukuman. Selanjutnya, Wilson (2005) mengatakan narapidana adalah manusia bermasalah yang dipisahkan dari masyarakat untuk belajar bermasyarakat dengan baik.

Dengan demikian, narapidana adalah seseorang yang terbukti melakukan tindak pidana dan telah menjalani proses persidangan, telah divonis hukuman pidana serta ditempatkan dalam suatu bangunan yang disebut penjara atau lembaga pemasyarakatan.

## **2.4. Lembaga Pemasyarakatan**

### **2.4.1. Pengertian Lembaga Pemasyarakatan**

Lembaga pemasyarakatan atau lapas merupakan unit pelaksanaan bidang pemasyarakatan yang berfungsi melaksanakan pembinaan narapidana. Menurut undang-undang No.12 Tahun 1995 disebutkan bahwa lembaga pemasyarakatan adalah bangunan untuk menampung dan melakukan pembinaan narapidana. Lembaga pemasyarakatan dibedakan menurut jenis penghuninya yaitu Lembaga

Pemasyarakatan Pria, Lembaga Pemasyarakatan Wanita, Lembaga Pemasyarakatan Anak Pria, dan Lembaga Pemasyarakatan Anak Wanita.

Dari penjabaran diatas, dapat disimpulkan bahwa lembaga pemasyarakatan adalah bangunan yang dirancang khusus untuk menempatkan dan membina narapidana yang telah dijatuhi hukuman penjara atau kurungan. Narapidana yang ditempatkan di lembaga pemasyarakatan disesuaikan dengan kategorinya masing-masing.

#### **2.4.2. Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Tangerang**

Lembaga Pemasyarakatan Wanita Tangerang (LPWT) merupakan lembaga pemasyarakatan kelas II A yang artinya dapat menampung sampai dengan 250 orang narapidana dan tahanan. Pada saat penelitian ini dilakukan, penghuni lapas berjumlah 424 narapidana terdiri dari narapidana dari berbagai wilayah terdekat dan tahanan yang berasal dari tangerang. Sampai dengan beberapa tahun lalu, para wanita yang menghuni lapas ini sebagian besar disebabkan oleh kasus pembunuhan, tetapi saat ini yang paling banyak adalah para wanita yang terjerat pidana dengan kasus psikotropika.

Bangunan lapas ini terletak pada areal tanah seluas 16.900 m<sup>2</sup>, dengan luas bangunan 5.359 m<sup>2</sup>. Bangunan tempat tinggal narapidana terdiri atas enam blok yang diberi nama bunga, yaitu blok melati, kenanga, mawar, anggrek, dahlia, dan anyelir. Ada juga blok yang bernama blok menara, yang gunanya untuk menampung para tahanan yang menunggu proses persidangan dan juga tempat untuk napi baru yang menjalani proses admisi orientasi atau pengenalan dan penyesuaian di lingkungan lapas. Selain itu, tempat ini juga digunakan sebagai tempat pengasingan bagi narapidana yang melakukan pelanggaran seperti berkelahi dengan narapidana lain.

Sehari-hari, narapidana diwajibkan mengikuti kegiatan yang telah dijadwalkan. Mulai dari jam empat pagi mereka harus bangun dan membersihkan kamar masing-masing, halaman luar serta kantor. Selanjutnya terdapat kegiatan apel pagi, makan, bekerja diruang bengkel (belajar berbagai macam ketrampilan

seperti tata rias, menjahit, merangkai bunga), istirahat, apel siang dan bekerja lagi dibengkel. Hal tersebut mereka lakukan selama menjalani masa hukuman penjara.

## **2.5. Hubungan Kesepian dan Kecenderungan Perilaku *Self injury***

Perilaku *self injury* adalah perilaku sengaja menyakiti diri sendiri dengan maksud untuk meringankan beban emosional yang dirasakan. Ada beberapa alasan seseorang melakukan perilaku *self injury*, yaitu untuk mengatasi tekanan emosional, perasaan marah terhadap diri sendiri, menghukum diri sendiri, dan juga sebagai cara untuk menghukum orang lain. Walsh (2006) perilaku *self injury* adalah *coping* maladaptif terhadap keadaan emosional yang sulit salah satunya yaitu kesepian.

Kesepian adalah perasaan subjektif tidak menyenangkan yang dialami seseorang karena tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan orang lain, kesepian juga dapat terjadi karena terputusnya kontak sosial dengan orang-orang tertentu seperti anak, pasangan, orang tua atau relasi. Menurut Anderson (dalam Baron dkk, 2009) kesepian dapat menimbulkan emosi-emosi negatif seperti seperti, perasaan putus asa, depresi, cemas, ketidakpuasan, pesimis dengan masa depan, perasaan menyalahkan diri sendiri, dan rasa malu. Emosi-emosi negatif tersebut menjadi beban psikologis tersendiri bagi seseorang yang merasakannya. Bagi mereka yang tidak berdaya mengatasi emosi-emosi negatif tersebut yang terus meningkat, mereka akan cenderung melakukan tindakan yang tak terduga, salah satunya yaitu melakukan perilaku *self injury*.

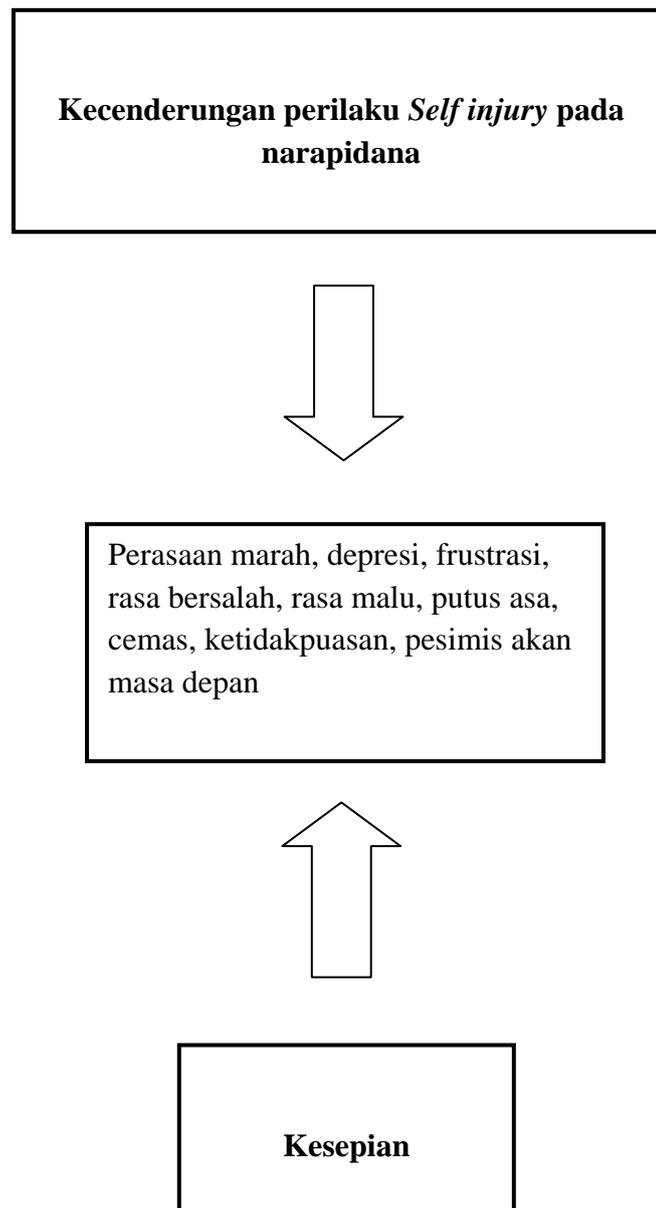
## **2.6. Kerangka Berpikir**

Narapidana adalah seseorang yang telah terbukti melakukan suatu tindak pidana dan mendapatkan vonis dari pengadilan serta menjalani hukuman di dalam penjara atau lembaga pemasyarakatan. Dalam menjalani kehidupannya dalam penjara, narapidana dituntut untuk mengikuti semua peraturan didalamnya.

Peraturan tersebut dibuat sedemikian ketatnya sehingga membatasi ruang gerak narapidana. Mereka dibatasi untuk melakukan hubungan diluar penjara misalnya, berhubungan dengan orang-orang terdekat mereka seperti keluarga, anak, teman, atau relasi. Bergaul dengan sesama narapidana didalam lapas pun tidak mudah dilakukan. Mereka cenderung tidak saling percaya satu sama lain. Selain itu, perasaan bersalah akan perbuatannya dan rasa putus asa akan masa depannya, itu semua merupakan penyebab dari tekanan emosi yang dirasakan narapidana di lembaga pemasyarakatan.

Apabila tidak teratasi dengan baik, tekanan emosi yang dirasakan semakin lama akan semakin meningkat. Hanya ada sedikit kesempatan untuk berbagi keluh kesah dan tidak ada kegiatan yang benar-benar menyenangkan yang bisa dilakukan. Kondisi tersebut yang menjadikan narapidana melakukan hal-hal tak terduga untuk mengatasinya salah satunya yaitu dengan menyakiti diri sendiri atau perilaku *self injury* (Cooke dkk, 2008)

Sama halnya seperti yang dijelaskan Borrill dkk (dalam Riaz & Agha 2012) yang mengatakan bahwa narapidana yang melakukan perilaku *self injury* disebabkan oleh emosi-emosi negatif seperti perasaan marah, depresi, frustrasi, rasa bersalah, dan rasa malu selama berada dalam penjara. Emosi-emosi negatif tersebut pada umumnya muncul akibat perasaan kesepian. Sebagaimana yang dikatakan Anderson (dalam Baron dkk, 2009), bahwa kesepian dapat menimbulkan perasaan-perasaan negatif seperti putus asa, depresi, cemas, ketidakpuasan, pesimis akan masa depan, perasaan menyalahkan diri sendiri, dan rasa malu. Sehingga bisa dikatakan bahwa perasaan kesepian yang dialami narapidana, jika mereka tidak dapat mengatasinya dengan baik dapat mengakibatkan mereka melakukan perilaku *self injury*. Hal ini didukung oleh penjelasan dari Walsh (2006) yang mengatakan bahwa perilaku *self injury* merupakan strategi coping maladaptif terhadap tekanan afektif yang memuncak, salah satunya yaitu perasaan kesepian.



**Gambar 2.1.**  
**Bagan Kerangka Berpikir**

## 2.7. Hipotesis Penelitian

Untuk menjawab pertanyaan penelitian, maka peneliti memiliki hipotesis sebagai jawaban sementara terhadap masalah yang akan diteliti dalam penelitian. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah :

*Terdapat pengaruh yang signifikan antara kesepian terhadap kecenderungan perilaku self injury pada Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Tangerang.*

## 2.8. Hasil Penelitian yang Relevan

Hasil penelitian yang relevan diantaranya :

2.6.1. Penelitian yang dilakukan oleh Dominique Roe-Sepowitz dengan judul, *“Characteristics and predictors of self-mutilation: a study of incarcerated women”*, pada tahun 2007. Penelitian ini memperlihatkan bahwa tahanan wanita yang melakukan perilaku melukai diri sendiri adalah mereka yang memiliki tingkat emosional yang tinggi, pernah mengalami kekerasan fisik dan seksual. Secara signifikan mereka cenderung merasakan kecemasan, depresi, disosiasi, gangguan referensi diri dan kemarahan. Dalam penelitian ini dinyatakan, tahanan yang melukai dirinya sendiri merupakan upaya mereka untuk mengurangi ketegangan dari pengalaman-pengalaman yang mengganggu. Selain itu, penelitian ini juga menemukan bahwa tahanan yang melukai diri sendiri merupakan tahanan yang lebih muda. Dan dapat diketahui bahwa prediktor perilaku melukai diri sendiri antara lain mereka yang pernah mengalami riwayat percobaan bunuh diri, penyiksaan emosional, pelecehan seksual, dan mengalami gangguan makan.

2.6.2. Penelitian yang dilakukan oleh Rabia Riaz dan Sajida Agha dengan judul, *“Efficacy of Cognitive Behavior Therapy with Deliberate Self-harm in Incarcerated Women”*, pada tahun 2012. Hasil penelitian ini adalah bahwa sebanyak 29% narapidana wanita melaporkan perilaku sengaja melukai

diri sendiri. Perasaan putus asa dan ketidakberdayaan merupakan motif utama dari perilaku tersebut. Memotong atau menggores dan membakar kulit adalah jenis yang paling umum dari perilaku menyakiti diri yang dilaporkan. Dan dari terapi yang diberikan yaitu *Cognitive Behavior Therapy*, menghasilkan berkuangnya frekuensi melukai diri sendiri pada narapidana.

- 2.6.3. Penelitian oleh Fransiska R. Butarbutar yang berjudul, “*Perbedaan Kesepian pada Narapidana Laki-Laki dan Perempuan*”, tahun 2007. Hasil dari penelitian ini adalah adanya perbedaan kesepian yang signifikan pada narapidana laki-laki dan perempuan. Dimana narapidana laki-laki lebih kesepian daripada narapidana perempuan. Berdasarkan hasil tambahan juga, diperoleh bahwa berdasarkan status pernikahan narapidana yang lebih kesepian adalah narapidana yang tidak menikah. Selain itu, diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kesepian yang signifikan antara narapidana laki-laki dan narapidana perempuan yang menikah dan yang tidak menikah. Berdasarkan tingkat pendidikan narapidana yang lebih kesepian adalah narapidana dengan tingkat pendidikan SD. Selanjutnya, berdasarkan usia narapidana yang lebih kesepian berada pada narapidana dengan usia 18-22 tahun dan berdasarkan lama masa hukuman berada pada 7-12 tahun, serta berdasarkan sisa masa hukuman berada pada 6-10 tahun.