


Self-Control Warga Binaan Pemasyarakatan

Details

Written by Pritha Rahmadanty Wardhani dan Gita Widya Laksmini Soerjoatmodjo

Category: [Vol. 5 No. 15 Agustus 2019 \(/index.php/daftar-artikel\)](#).

 Published: 11 August 2019

ISSN 2477-1686

Vol.5 No. 15 Agustus 2019

Self-Cotrol Warga Binaan Pemasyarakatan

Oleh

Pritha Rahmadanty Wardhani dan Gita Widya Laksmini Soerjoatmodjo

Program Studi Psikologi Fakultas Humaniora dan Bisnis Universitas Pembangunan Jaya

Hari Lembaga Pemasyarakatan (lapas) Indonesia dirayakan pada tanggal 27 April. Lembaga yang satu ini boleh dibilang momok bagi masyarakat. Menurut data Kementerian Hukum dan HAM (Kemenkumham) pada bulan September 2018, jumlah penghuni lapas seluruh Indonesia sebanyak 248.452. Dari angka tersebut 45% merupakan tahanan kasus narkoba (Tempino, 2018). Jumlah ini meningkat sangat pesat per tahun, sehingga menimbulkan permasalahan *over capacity* (kelebihan kapasitas). Secara nasional, tiap lapas mengalami kelebihan kapasitas mencapai 100% (Suparman, 2018).

Mereka yang menjadi penghuni lapas seringkali dijauhi dari warga masyarakat. Dikenal dengan istilah Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP), mereka kehilangan kebebasan untuk berinteraksi dengan masyarakat luar. Kebebasan berinteraksi hilang untuk jangka waktu tertentu, atau bahkan seumur hidup. Bukan hanya kemerdekaan berinteraksi saja yang hilang, tetapi juga berbagai kemerdekaan yang lain ikut terampas (Harsono dalam Faried dan Nashori, 2012).

Di sisi lain, sejatinya tindak kejahatan dapat dilakukan oleh siapapun juga, baik pria dan wanita dan dapat berlangsung pada usia anak, remaja, dewasa ataupun lanjut usia. Kejahatan dapat dilakukan secara sadar - yaitu dipikirkan, direncanakan, dan diarahkan pada tujuan tertentu. Namun bisa dilakukan secara setengah sadar karena dorongan-dorongan paksaan yang kuat (Kartono dalam Erhan dan Desira, 2016).

Salah satu yang dapat mendukung upaya perbaikan adalah dengan memotret faktor-faktor yang membuat seseorang rentan melakukan kejahatan. Psikologi mengenal salah satu faktor tersebut adalah *self-control*. Tangney, Baumister, dan Boone (2004) mengungkapkan bahwa *self-control* merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai dan aturan di masyarakat agar mengarah pada perilaku positif.

Secara garis besar, hal-hal yang memengaruhi kontrol diri ini terdiri dari faktor internal. Salah satunya adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang maka, semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu dan faktor eksternal, faktor ini diantaranya adalah lingkungan keluarga.

Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orang tua yang semakin demokratis cenderung diikuti tingginya kemampuan mengontrol dirinya. Demikian ini maka, bila orang tua menerapkan disiplin kepada anaknya sikap disiplin secara intens sejak dini, dan orang tua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka hal ini akan diinternalisasi oleh anak dan kemudian akan menjadi kontrol diri baginya (Tangney, Baumeister dan Boone 2004).

Dengan memahami tentang *self-control*, maka psikologi bisa membantu Lembaga Pemasyarakatan untuk bisa mengoptimalkan kesempatan bagi penghuni lapas. Mereka layak mendapatkan kesempatan kedua dalam memperbaiki kesalahan. Apalagi karena fungsi utama dari lapas yaitu sebagai pembinaan, sehingga setiap lapas memiliki program-program pembinaan masing-masing.

Umumnya program pembinaan yang ada di lapas yaitu program kemandirian seperti kegiatan kerajinan tangan dan produksi makanan ringan, serta program kepribadian seperti kegiatan pramuka, pendidikan formal, dan kegiatan asimilasi. Tujuannya adalah agar mereka menjadi manusia seutuhnya, 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 negara yang baik dan bertanggung jawab (Tempino, 2018).

Psikologi punya ruang leluasa untuk berkontribusi pada program pembinaan tersebut, utamanya pada program kepribadian. Dengan menggunakan jendela *self-control* seperti ditawarkan oleh tulisan ini, diharapkan WBP dapat mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan dirinya, sehingga mampu memperbaiki kualitas dirinya baik selama di lapas maupun saat kembali ke masyarakat.

Referensi

- Erhan. dan Desira, D. (2016). Pengaruh layanan konseling individual pendekatan realitaterhadap kontrol diri narapidana yang akan bebas di lapas kelas II B Kota Tanjung Balai tahun 2016. (Sksipsi). Diakses dari <http://digilib.unimed.ac.id/21386/> (<http://digilib.unimed.ac.id/21386/>).
- Fariad, L. dan Nashori, F. (2012). Hubungan antara kontrol diri dan kecemasan menghadapi masa pembebasan pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Wirogunan Yogyakarta. *Jurnal Khazanah*, 5(2) Januari 2012. Diakses dari <http://journal.uii.ac.id/khazanah/article/view/3796/0> (<http://journal.uii.ac.id/khazanah/article/view/3796/0>).
- Suparman, F. Dalam Encyclopedia Beritasatu. Diakses 16 April 2019, dari <https://www.beritasatu.com/nasional/529886/napi-narkoba-bikin-lapas-dan-rutan-di-indonesia-kelebihan-kapasitas> (<https://www.beritasatu.com/nasional/529886/napi-narkoba-bikin-lapas-dan-rutan-di-indonesia-kelebihan-kapasitas>).
- Tangney, J.P., Baumeister, R.F., dan Boone, A.L. (2004). High self-control predict good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2).
- Tempino, T.D. Dalam Encyclopedia Indonesiana Tempo. Diakses 16 April 2019, dari <https://indonesiana.tempoco.co/read/127973/2018/09/30/thamrindahlan/separuh-penghuni-lapas-narapidana-kasus-narkoba> (<https://indonesiana.tempoco.co/read/127973/2018/09/30/thamrindahlan/separuh-penghuni-lapas-narapidana-kasus-narkoba>).

