

## LITERATURE REVIEW: SOCIAL SUPPORT FOR FEMALE INMATES IN INDONESIAN

*Literature Review: Dukungan Sosial Pada Narapidana Perempuan di Indonesia*

Deby Indah Aristasari <sup>1a</sup>, Ni Made Karinadevi Permata Jati <sup>2b\*</sup>

<sup>12</sup> Magister Psikologi Sains, Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya

<sup>a</sup>[debyindah1@gmail.com](mailto:debyindah1@gmail.com)

<sup>b</sup>[karinadevi@staff.ubaya.ac.id](mailto:karinadevi@staff.ubaya.ac.id)

(\*) Corresponding Author

[karinadevi@staff.ubaya.ac.id](mailto:karinadevi@staff.ubaya.ac.id)

**How to Cite:** Deby Indah Aristasari. (2025). *Literature Review: Dukungan Sosial Pada Narapidana Perempuan di Indonesia* doi: 10.36526/js.v3i2.5202

Received : 18-03-2025  
 Revised : 25-04-2025  
 Accepted: 29-04-2025

**Keywords:**

Dukungan sosial,  
 narapidana, lapas,  
 literature review

**Abstract**

Narapidana perempuan menghadapi tantangan psikologis dan sosial yang lebih kompleks dibandingkan narapidana laki-laki, termasuk stres tinggi, kesepian, serta keterbatasan akses terhadap dukungan sosial. Studi ini bertujuan untuk mengkaji pola dukungan sosial yang tersedia bagi narapidana perempuan di Indonesia serta dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian ini menggunakan metode tinjauan literatur dengan menganalisis 11 jurnal dari berbagai sumber dalam 10 tahun terakhir. Hasil analisis menunjukkan bahwa dukungan sosial, baik dari keluarga, sesama narapidana, petugas lapas, maupun program rehabilitasi, memiliki peran penting dalam mengurangi stres, meningkatkan kesejahteraan psikologis, serta membantu proses adaptasi narapidana perempuan di dalam lingkungan pemasyarakatan. Namun, akses terhadap dukungan sosial masih terbatas akibat stigma sosial, kebijakan pemasyarakatan yang kurang inklusif, serta kurangnya program rehabilitasi berbasis gender. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan akses layanan kesehatan mental, penguatan program rehabilitasi, serta strategi intervensi yang lebih responsif terhadap kebutuhan narapidana perempuan untuk mendukung kesejahteraan mereka selama masa tahanan dan proses reintegrasi sosial setelah bebas.

**PENDAHULUAN**

Narapidana perempuan merupakan kelompok yang mengalami tantangan tersendiri dalam sistem pemasyarakatan. Menurut Direktorat Jenderal, jumlah narapidana perempuan di Indonesia terus meningkat dalam beberapa tahun terakhir (Publik, 2023). Berbeda dengan narapidana laki-laki, banyak perempuan yang masuk ke dalam sistem peradilan pidana karena keadaan yang kompleks, seperti menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga, tekanan ekonomi, dan keterbatasan akses terhadap pendidikan serta pekerjaan yang layak (Greene et al., 2006). Faktor-faktor ini menunjukkan bahwa kejahatan yang dilakukan narapidana perempuan sering kali berakar pada ketidaksetaraan sosial dan ekonomi yang mereka alami sebelum masa penahanan. Perempuan yang menjalani hukuman penjara menghadapi tekanan psikologis yang lebih besar dibandingkan laki-laki. Mereka tidak hanya mengalami stigma sosial akibat status sebagai narapidana, tetapi juga kehilangan peran sebagai ibu, istri, atau pencari nafkah utama bagi keluarga mereka (Covington, 2007). Studi menunjukkan bahwa narapidana perempuan lebih rentan mengalami gangguan kesehatan mental, seperti kecemasan, depresi, PTSD, gangguan kepribadian, dan juga trauma masa kecil (Liu et al., 2021).

Dukungan sosial menjadi faktor penting dalam membantu narapidana perempuan menghadapi tekanan psikologis dan sosial selama masa penahanan. Dukungan sosial dapat berbentuk dukungan emosional, instrumental, informasional, dan apresiatif (Deutsch & House, 1981). Dukungan emosional melibatkan perhatian dan empati dari orang-orang terdekat, sementara dukungan instrumental mencakup bantuan konkret seperti pemberian materi atau akses terhadap

layanan hukum. Dalam konteks pemasyarakatan, dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, teman, sesama narapidana, petugas lapas, dan organisasi sosial (Taylor, 2012). Dukungan ini dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis narapidana perempuan, mempercepat proses rehabilitasi, serta mengurangi risiko residivisme (Listwan et al., 2012). Banyak mantan narapidana perempuan yang mengalami kesulitan dalam mendapatkan pekerjaan, tempat tinggal yang layak, serta penerimaan dari lingkungan sosial mereka. Hal ini sering kali menyebabkan mereka kembali ke lingkungan yang tidak mendukung, meningkatkan kemungkinan residivisme. Dengan mempertimbangkan kondisi tersebut, artikel mengenai dukungan sosial bagi narapidana perempuan menjadi semakin penting untuk dilakukan. Studi yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi akses dan efektivitas dukungan sosial dapat memberikan kontribusi bagi perbaikan kebijakan pemasyarakatan dan pengembangan program rehabilitasi yang lebih efektif bagi narapidana perempuan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pola dukungan sosial yang tersedia bagi narapidana perempuan di Indonesia serta mengkaji dampaknya terhadap kesejahteraan mereka. Melalui tinjauan literatur, penelitian ini akan menggali berbagai aspek yang mempengaruhi akses dan efektivitas dukungan sosial yang diterima narapidana. Diharapkan hasil kajian ini dapat memberikan rekomendasi bagi perbaikan kebijakan pemasyarakatan yang lebih inklusif, berbasis gender, dan mampu meningkatkan kualitas hidup serta peluang reintegrasi sosial bagi narapidana perempuan.

## METODE

Penulis menggunakan studi literatur di mana mempelajari referensi dan hasil penelitian sejenis yang dilakukan oleh orang lain. Penulis berusaha mengidentifikasi terkait dukungan sosial (*Social support*) pada narapidana perempuan di lapas yang berdasarkan fenomena di dalam negeri dan penelitian terdahulu. Pendekatan yang digunakan yaitu studi literatur dari beberapa *database* seperti *garuda*, *google scholar*, *connected papers*, *sage journals*, *sciendirect*, dan *open knowledge map*. Penulis menggunakan banyak kata kunci seperti warga binaan, perempuan, dukungan sosial, narapidana, wanita, *prisoner*, *female*, *social support*, dan *inmate*. Berdasarkan pencaharian menggunakan kata kunci tersebut, penulis menemukan jurnal referensi yang dibutuhkan. Selain itu, penulis juga melakukan pembatasan jurnal 10 tahun terakhir. Oleh karena itu, *literature review* ini berisi 11 jurnal mulai 2015 s/d 2025 terutama yang berasal dari Indonesia.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Tabel 1. Data Demografis Narapidana Perempuan di Indonesia

Karakteristik Demografis	Klasifikasi	(Pamungkas, 2019)	(Alidrus et al., 2022)	(Tasi & Rahayu, 2024)	(Budikafa et al., 2021)	(Novitasari & Kurniasari, 2020)	(Prada et al., 2024)	(Fitriana & Hariyono, 2024)
Tingkat Pendidikan	S1/S2/S3	-	-	17% (6 Orang)	-	-	-	-
	D1/D2/D3	-	-	5% (2 Orang)	-	-	-	-
	SMK	-	-	20% (7 Orang)	-	-	-	-
	SMA	-	-	17% (6 Orang)	-	-	-	-
	SMP	-	-	17% (6 Orang)	-	-	-	-
	SD	-	-	11% (4 Orang)	-	-	-	-
Status Pernikahan	Menikah	-	-	45% (16 Orang)	-	50,6% (91 Orang)	-	-
	Janda	-	-	40% (14 Orang)	-	38,3% (69 Orang)	-	-
	Belum Menikah	-	-	14% (5 Orang)	-	11,1% (20 Orang)	-	-
Memiliki Anak	Ya	-	-	45% (16 Orang)	-	-	-	-
	Tidak	-	-	55% (19 Orang)	-	-	-	-
Usia	17-21 Tahun	-	-	-	-	-	-	5% (5 Orang)
	24-28 Tahun	-	-	11% (4 Orang)	-	-	-	20% (20 Orang)
	29-39 Tahun	-	-	25% (9 Orang)	-	87,2% (157 Orang)	-	37% (37 Orang)
	40-46 Tahun	-	-	17% (6 Orang)	-	-	-	34% (34 Orang)
	47-58 Tahun	-	-	22% (8 Orang)	-	12,8% (23 Orang)	-	-
	59-62 Tahun	-	-	2% (1 Orang)	-	-	-	4% (4 Orang)
Lama Masa Hukuman	2-10 Tahun	-	-	-	-	92,3% (166 Orang)	-	100% (100 Orang)
	11-13 Tahun	-	-	-	-	5,6% (10 Orang)	-	-
	15 Tahun	-	-	-	-	1,7% (3 Orang)	-	-
	20 Tahun	-	-	-	-	0,4% (1 Orang)	-	-
Jenis Kelamin	Perempuan	100% (59 Orang)	100% (130 Orang)	100% (35 Orang)	100% (83 Orang)	100% (180 Orang)	100% (4 Orang)	100% (100 Orang)
Stress	Normal	26% (15 Orang)	-	-	-	-	-	-
	Ringan	42% (25 Orang)	-	-	-	-	-	-
	Sedang	20% (12 Orang)	-	-	-	-	-	-

<b>Dukungan Sosial</b>	<b>Berat</b>	9% (5 Orang)	-	-	-	-	-
	<b>Sangat Berat</b>	2% (3 Orang)	-	-	-	-	-
	<b>Rendah</b>	42% (25 Orang)	13,1% (17 Orang)	-	13,25% (11 Orang)	51,7% (93 Orang)	-
	<b>Sedang</b>	58% (34 Orang)	70,8% (92 Orang)	35% (12 Orang)	75,90% (63 Orang)	48,3% (87 Orang)	-
	<b>Tinggi</b>	0% (0 Orang)	16,2% (21 Orang)	65% (23 Orang)	10,84% (9 Orang)	-	-

Berdasarkan tabel 1 di atas, mayoritas narapidana perempuan di Indonesia memiliki tingkat pendidikan menengah, dengan sebagian besar lulusan SMA (17%), SMK (20%), dan SMP (17%). Hanya sebagian kecil yang memiliki pendidikan tinggi, yaitu 17% berpendidikan S1/S2/S3 dan 5% lulusan D1/D2/D3, sementara 11% hanya mengenyam pendidikan hingga SD. Dari segi status pernikahan, sebagian besar narapidana perempuan berstatus menikah (45%) atau janda (40%), dengan 45% diantaranya memiliki anak. Rentang usia narapidana perempuan yang paling dominan berada di antara 29 hingga 46 tahun, dengan distribusi yang cukup merata antara kelompok usia 29-39 tahun (25%) dan 40-46 tahun (17%). Selain itu, ada pula yang berusia lebih tua, yaitu 47-58 tahun (22%) dan 59-62 tahun (2%). Dalam hal lama masa hukuman, mayoritas narapidana perempuan menjalani hukuman antara 2 hingga 10 tahun, dengan persentase yang sangat tinggi (92,3% hingga 100%). Hanya sebagian kecil yang menjalani hukuman lebih lama, seperti 11-13 tahun (5,6%), 15 tahun (1,7%), dan 20 tahun (0,4%). Dari segi kesehatan mental, sebagian besar narapidana mengalami stres ringan (42%) dan stres sedang (20%), sementara 9% mengalami stres berat dan 2% mengalami stres sangat berat. Hanya 26% yang berada dalam kategori normal. Selain itu, tingkat dukungan sosial yang diterima narapidana perempuan cenderung sedang (58%), meskipun ada juga yang mengalami dukungan sosial rendah (42%), dan hanya sebagian kecil yang mendapatkan dukungan sosial tinggi (16,2% dalam salah satu studi). Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa narapidana perempuan di Indonesia umumnya memiliki tingkat pendidikan menengah, berstatus menikah atau janda, serta menjalani hukuman yang cukup lama. Mereka juga cenderung mengalami stres dengan tingkat keparahan yang bervariasi, sementara dukungan sosial yang mereka terima mayoritas berada pada tingkat sedang hingga rendah. Hal ini mengindikasikan adanya kebutuhan akan perhatian lebih terhadap kesejahteraan mental dan sosial mereka selama masa hukuman.

**Tabel 2. Hasil Kajian Literatur Dukungan Sosial Pada Narapidana Perempuan di Indonesia**

No.	Jurnal	Subjek dan Metode Penelitian	Alat Ukur	Hasil Penelitian
1	(Pamungkas, 2019)	59 WBP Perempuan di Jawa Timur. <i>Purposive Sampling.</i>  Teknik <i>Cross-Sectional</i> .	DASS.  <i>Social Provisions Scale.</i>	Sebagian besar warga binaan pemasyarakatan (WBP) menunjukkan tingkat dukungan sosial yang rendah, dengan jumlah responden sebanyak 34 orang. Sementara itu, 25 responden tercatat mengalami stres pada kategori ringan. Berdasarkan hasil analisis statistik menggunakan <i>Rank Spearman</i> , diperoleh koefisien korelasi sebesar -0,665 dengan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000, yang berada di bawah ambang batas 0,05. Temuan ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan tingkat stres pada warga binaan perempuan.
2	(Alidrus et al., 2022)	130 warga binaan pemasyarakatan di Pekanbaru. <i>Purposive Sampling.</i>	Skala Dukungan Sosial.  Skala Religiusitas.  Skala <i>Psychological Well-Being</i> .	Korelasi antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis menunjukkan nilai sebesar 0,427 dengan tingkat signifikansi $p = 0,000$ ( $p < 0,05$ ). Oleh karena itu, hipotesis dinyatakan diterima. Hasil ini mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan religiusitas dengan kesejahteraan psikologis.
3	(Tasi & Rahayu, 2024)	35 orang Warga Binaan Pemasyarakatan. <i>Sampling Incidental.</i>	Skala Dukungan Sosial.  Skala <i>Loneliness UCLA Loneliness versi 3.</i>	Diperoleh nilai korelasi ( $r$ ) sebesar -0,420 dengan tingkat signifikansi 0,012 ( $p < 0,05$ ), yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dan tingkat kesepian. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh warga binaan pemasyarakatan, maka tingkat kesepian yang mereka rasakan akan semakin rendah. Berdasarkan hasil analisis deskriptif, mayoritas partisipan memiliki skor dukungan sosial yang tinggi dan skor kesepian pada kategori sedang. Oleh karena itu, peran keluarga sangat penting dalam mempertahankan serta meningkatkan dukungan sosial kepada warga binaan agar rasa kesepian yang dialami dapat diminimalkan.

4	(Budikafa et al., 2021)	83 narapidana perempuan. <i>Total Sampling.</i>	Skala Dukungan Sosial.  Skala <i>Psychological Well-Being.</i>	Sebagian besar subjek penelitian menunjukkan tingkat dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada kategori sedang. Hasil analisis menggunakan korelasi Pearson menghasilkan koefisien sebesar 0,627 dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ), yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut.
5	(Novitasari & Kurniasari, 2020)	180 responden. <i>Simple Random Sampling.</i>  <i>Cross Sectional.</i>	Skala Dukungan Sosial.  DASS.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dari keluarga dan tingkat stres pada narapidana. Hal ini ditunjukkan oleh nilai p sebesar 0,075 yang melebihi taraf signifikansi $\alpha$ sebesar 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial keluarga tidak memiliki keterkaitan yang signifikan dengan tingkat stres pada narapidana di Lapas Perempuan Kelas IIA Samarinda.
6	(Prada et al., 2024)	4 informan narapidana di lapas Wanita.  Penelitian Kualitatif.  Pendekatan fenomenologi.  20 orang.	Wawancara.	Tiga tema utama yang pertama mencakup bentuk-bentuk dukungan sosial, yaitu dukungan instrumental, informasi, emosional, kelompok, dan penghargaan. Tema kedua berkaitan dengan komponen dukungan sosial, yang meliputi pengakuan, bimbingan, serta kedekatan emosional. Sedangkan tema ketiga merujuk pada fungsi keluarga, yang terdiri atas fungsi biologis, sosial, dan psikologis.
7	(Herik et al., 2022)	Desain <i>one group pretest posttest.</i>  Metode kuantitatif eksperimen.	Skala Dukungan Sosial.  Skala <i>Psychological Well-Being.</i>	Pelaksanaan program dukungan sosial terbukti berpengaruh terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis ( <i>psychological well-being</i> ) pada narapidana perempuan. Besarnya pengaruh yang ditunjukkan oleh dukungan sosial terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis adalah sebesar 0,536 dengan nilai konstanta positif. Artinya, dukungan sosial berkontribusi dalam meningkatkan <i>psychological well-being</i> narapidana perempuan hingga sebesar 0,534 atau setara dengan 53,4%.

8	(Mu'jizatullah, 2019)	Subjek narapidana wanita ini adalah 103 orang.  <i>Total Sampling.</i>	Skala Penyesuaian.  Skala Dukungan Sosial untuk Stres.	Berikut adalah hasil parafrase dari ketiga poin tersebut: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Terdapat pengaruh yang signifikan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap tingkat stres pada tahanan wanita di Rutan Kelas IIB Kota Balikpapan. Hasil uji hipotesis dengan analisis regresi model penuh menunjukkan bahwa F hitung (8,108) lebih besar dari F tabel (3,933), dengan nilai adjusted R square sebesar 0,140 dan signifikansi <math>p = 0,001</math> (<math>p &lt; 0,050</math>), yang mengindikasikan bahwa model tersebut signifikan.</li> <li>2. Penyesuaian diri berpengaruh terhadap tingkat stres pada tahanan wanita di Rutan Kelas IIB Kota Balikpapan, dengan nilai beta sebesar -0,190. Nilai t hitung sebesar -2,042 lebih besar dari t tabel (1,983), dan nilai signifikansi sebesar 0,044, yang meskipun mendekati batas, masih berada di bawah 0,050, sehingga pengaruhnya dianggap signifikan.</li> <li>3. Dukungan sosial juga memberikan pengaruh terhadap tingkat stres pada narapidana wanita di Rutan Kelas IIB Balikpapan. Hal ini ditunjukkan oleh nilai beta sebesar -0,307, dengan t hitung sebesar -3,303 yang lebih besar dari t tabel (1,983), serta nilai signifikansi <math>p = 0,001</math> (<math>p &lt; 0,050</math>), yang menegaskan bahwa pengaruh tersebut signifikan.</li> </ol>
9	(Sari Hurrriyati, 2022)	40 narapidana sebagai uji coba <i>try out</i> dan 100 narapidana sebagai subjek penelitian.  <i>Purposive Sampling.</i> <i>Random</i>	Skala <i>psychological adjustment</i> .  Skala dukungan sosial.	Nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,343$ atau 34,3% dengan tingkat signifikansi ( $p = 0,000 < 0,01$ ) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan penyesuaian psikologis ( <i>psychological adjustment</i> ) pada narapidana wanita.
10	(Rangkuti al., 2022)	205 orang warga binaan di Lapas Perempuan Kelas IIA Medan.	<i>The Prison Adjustment Questionnaire (PAQ)</i> .	Dukungan sosial secara online memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri di dalam penjara ( <i>prison adjustment</i> ) pada warga binaan perempuan di Lapas Kelas IIA Medan. Pengaruh tersebut bersifat positif, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial online yang diterima, maka semakin baik pula penyesuaian diri warga binaan perempuan. Sebaliknya, jika dukungan sosial online rendah, maka tingkat

		Metode kuantitatif.	<i>The Online Social Support Scale (OSS).</i>	penyesuaian diri mereka di dalam lingkungan lapas juga cenderung rendah. Temuan lain dari penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan memiliki tingkat dukungan sosial online yang rendah, sejalan dengan tingkat <i>prison adjustment</i> yang juga rendah.
		100 orang warga binaan.	Skala GSES ( <i>General Self Efficacy Scale</i> ).	
11	(Fitriana & Hariyono, 2024)	Penelitian Kuantitatif.	Skala MSPSS ( <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i> ).	Dukungan sosial tidak berpengaruh signifikan terhadap <i>self-efficacy</i> warga binaan Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Martapura dengan $p=0,176$ yang artinya $0,176 > 0,05$ .
		Desain korelasional.		

Berdasarkan tabel 2 di atas, menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran krusial dalam kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis narapidana perempuan. Sebagian besar penelitian menemukan bahwa dukungan sosial yang lebih tinggi berkorelasi dengan tingkat stres yang lebih rendah dan kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Misalnya, penelitian Pamungkas (2019) menemukan hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dan tingkat stres pada warga binaan perempuan di Jawa Timur, dengan koefisien korelasi sebesar  $-0,665$ . Hasil ini sejalan dengan temuan Alidrus et al. (2022) dan Budikafa et al. (2021), yang menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, semakin baik tingkat *psychological well-being* yang dimiliki narapidana perempuan. Selain itu, penelitian Tasi & Rahayu (2024) menemukan bahwa dukungan sosial memiliki korelasi negatif dengan *loneliness*, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh narapidana, semakin rendah tingkat kesepian yang mereka rasakan. Selain itu, kajian juga menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak hanya berpengaruh terhadap stres dan kesejahteraan psikologis tetapi juga terhadap kemampuan penyesuaian diri di dalam lingkungan lapas. Sari & Hurriyati (2022) menemukan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan *psychological adjustment*, dengan nilai korelasi sebesar  $0,343$ . Lebih lanjut, Rangkuti et al. (2022) menyoroti pentingnya dukungan sosial *online* dalam meningkatkan *prison adjustment* pada warga binaan perempuan di Lapas Kelas IIA Medan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial *online* yang diterima, semakin baik kemampuan narapidana dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan penjara. Namun, penelitian Fitriana & Hariyono (2024) menemukan bahwa dukungan sosial tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap *self-efficacy* warga binaan, dengan *p-value* sebesar  $0,176$  ( $>0,05$ ), yang menunjukkan bahwa dalam beberapa kondisi, dukungan sosial mungkin tidak berkontribusi secara langsung terhadap keyakinan diri individu dalam menghadapi tantangan di lingkungan pemasyarakatan.

Selain kajian kuantitatif, penelitian kualitatif oleh Prada et al. (2024) mengungkap bahwa dukungan sosial yang diterima narapidana perempuan terdiri dari beberapa bentuk. Dukungan sosial ini juga memiliki tiga komponen utama, yakni pengakuan, bimbingan, dan kerekatan emosional, yang semuanya berperan dalam membantu narapidana perempuan menghadapi kehidupan di dalam lapas. Sementara itu, penelitian Herik et al. (2022) menunjukkan bahwa program peningkatan dukungan sosial dapat memberikan dampak positif yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis narapidana perempuan. Peningkatan *psychological well-being* sebesar  $53,4\%$  setelah pelaksanaan program ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis dukungan sosial dapat menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan kualitas hidup narapidana perempuan selama masa tahanan. Meskipun sebagian besar studi menunjukkan hubungan positif antara dukungan sosial dan berbagai aspek kesejahteraan narapidana, ada juga penelitian yang tidak menemukan hubungan signifikan. Novitasari & Kurniasari (2020) menemukan bahwa dukungan sosial keluarga tidak memiliki hubungan signifikan dengan tingkat stres narapidana perempuan di Lapas Kelas IIA Samarinda, dengan *p-value* sebesar  $0,075$  ( $>0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dari keluarga mungkin tidak selalu menjadi faktor penentu dalam mengurangi stres di lingkungan penjara, dan kemungkinan ada variabel lain yang lebih berpengaruh dalam menentukan tingkat stres narapidana perempuan. Secara keseluruhan, hasil kajian literatur ini menegaskan bahwa dukungan sosial memainkan peran penting dalam mengurangi stres, meningkatkan kesejahteraan psikologis, mengurangi kesepian, serta membantu narapidana perempuan dalam menyesuaikan diri di lingkungan pemasyarakatan. Namun, efektivitas dukungan sosial bergantung pada sumber, bentuk, dan cara dukungan tersebut diberikan. Intervensi berbasis dukungan sosial, baik dari keluarga, sesama warga binaan, maupun program khusus di dalam lapas, dapat menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan mental narapidana perempuan selama menjalani masa hukuman.

## Pembahasan

### 1. Dukungan Sosial Pada Narapidana Perempuan dalam Perspektif Psikologi

Dukungan sosial merupakan bagian penting dalam kehidupan seseorang terutama pada narapidana perempuan selama berada di lapas. Dukungan sosial sendiri bisa membantu dalam mengurangi stres (Mu'jizatullah, 2019), meningkatkan kesejahteraan psikologis (Herik et al., 2022), mengatasi perasaan kesepian (Tasi & Rahayu, 2024), dan mendukung penyesuaian diri di lapas (Mu'jizatullah, 2019; Sari & Hurriyati, 2022; Rangkuti et al., 2022).

### 2. Dukungan Sosial dan Tingkat Stress Pada Narapidana Perempuan

Berdasarkan kajian literatur, sebagian besar narapidana perempuan mengalami tingkat stres yang bervariasi. Hasil penelitian Pamungkas (2019) menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara dukungan sosial dan tingkat stres pada narapidana perempuan di Jawa Timur ( $r = -0,665, p < 0,05$ ). Temuan ini konsisten dengan teori stres dan coping dari Lazarus & Folkman (1984), yang menyatakan bahwa seseorang dengan dukungan sosial yang baik cenderung memiliki strategi coping yang lebih adaptif dalam menghadapi stres. Dukungan sosial dapat mengurangi persepsi seseorang terhadap ancaman dan memberikan sumber daya psikologis untuk mengatasi tekanan emosional (Biggs & Drummond, 2017). Selain itu, penelitian Budikafa et al. (2021) juga menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial yang lebih tinggi berhubungan dengan *psychological well-being* yang lebih baik pada narapidana perempuan. *Psychological well-being* dikembangkan oleh Ryff (1989), yang mencakup enam dimensi: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Dalam konteks ini, dukungan sosial berkontribusi terhadap hubungan positif dan penguasaan lingkungan, sehingga membantu narapidana menghadapi tantangan hidup di dalam lapas.

### 3. Dukungan Sosial dan Kesepian Pada Narapidana Perempuan

Kesepian merupakan salah satu dampak psikologis yang umum terjadi pada narapidana perempuan. Studi Tasi & Rahayu (2024) menemukan bahwa dukungan sosial memiliki korelasi negatif signifikan dengan *loneliness* ( $r = -0,420, p < 0,05$ ). Teori kebutuhan sosial dari Baumeister & Leary (1995). Yang menyatakan bahwa manusia memiliki kebutuhan dasar untuk membangun dan mempertahankan hubungan sosial yang bermakna (Baumeister & Leary, 1995). Ketika kebutuhan ini tidak terpenuhi, seseorang cenderung mengalami perasaan kesepian dan keterasingan. Oleh karena itu, dukungan sosial dalam bentuk kunjungan keluarga, interaksi dengan sesama narapidana, serta program konseling kelompok dapat membantu mengurangi kesepian dan meningkatkan kesejahteraan psikologis narapidana perempuan. Dalam perspektif teori keterikatan (*Attachment theory*), dukungan sosial juga berperan dalam menciptakan rasa aman bagi individu (Bowlby, 1988). Narapidana yang memiliki hubungan yang kuat dengan keluarga atau teman cenderung merasa lebih tenang dan mampu menghadapi tekanan hidup di lingkungan lapas. Sebaliknya, seseorang yang mengalami keterputusan sosial cenderung lebih rentan terhadap gangguan psikologis seperti depresi dan kecemasan.

### 4. Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri di Lapas

Proses penyesuaian diri di dalam lapas merupakan tantangan besar bagi narapidana perempuan. Studi Sari & Hurriyati (2022) menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan *psychological adjustment* ( $r = 0,343, p < 0,01$ ). Temuan ini sejalan dengan teori penyesuaian diri, yang menyatakan bahwa seseorang yang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya cenderung memiliki keseimbangan emosional yang lebih baik (Schneiders, 1955). Dalam konteks

lapas, penyesuaian diri mencakup kemampuan menerima kondisi kehidupan di dalam lapas, membangun hubungan sosial dengan sesama narapidana, serta mengembangkan strategi coping yang adaptif.

Penelitian Rangkuti et al. (2022) menyoroti peran penting dukungan sosial online dalam meningkatkan *prison adjustment* pada narapidana perempuan. Dalam era digital, akses terhadap dukungan sosial melalui komunikasi daring dapat membantu narapidana tetap terhubung dengan keluarga dan teman di luar lapas. Hal ini memperkuat teori sosial dari Bandura (1986), yang menekankan bahwa interaksi sosial, baik secara langsung maupun melalui media digital, dapat membentuk perilaku dan kesejahteraan seseorang (dalam Heffernan, 1988). Namun, tidak semua aspek psikologis menunjukkan hubungan signifikan dengan dukungan sosial. Penelitian Fitriana & Hariyono (2024) menemukan bahwa dukungan sosial tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap *self-efficacy* narapidana perempuan ( $p = 0,176 > 0,05$ ). *Self-efficacy* lebih dipengaruhi oleh pengalaman langsung dalam menghadapi tantangan daripada sekadar menerima dukungan sosial (Bandura, 1997). Dengan kata lain, narapidana yang memiliki pengalaman sukses dalam mengatasi masalah cenderung memiliki *self-efficacy* yang lebih tinggi, meskipun mereka menerima dukungan sosial yang minimal.

## PENUTUP

Dukungan sosial memiliki peran yang krusial dalam membantu narapidana perempuan menghadapi tantangan psikologis dan sosial selama masa penahanan serta setelah bebas. Namun, akses terhadap dukungan ini masih terbatas akibat stigma sosial, kebijakan pemasyarakatan yang kurang mendukung, serta keterbatasan program rehabilitasi yang sesuai dengan kebutuhan spesifik perempuan. Oleh karena itu, penelitian ini menyoroti pentingnya meningkatkan kebijakan dan program pemasyarakatan yang lebih inklusif dan responsif terhadap kebutuhan narapidana perempuan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi para pemangku kebijakan, akademisi, dan lainnya dalam merancang intervensi yang lebih efektif untuk meningkatkan kesejahteraan narapidana perempuan. Dengan adanya dukungan sosial yang memadai, baik dari keluarga, petugas lapas, maupun sesama narapidana, peluang bagi narapidana perempuan untuk menjalani proses selama di lapas yang lebih baik serta berhasil berintegrasi kembali ke masyarakat dapat meningkat secara signifikan. Kedepannya, perlu ada penelitian lebih lanjut yang lebih mendalam mengenai bentuk dukungan sosial yang paling efektif serta bagaimana sistem pemasyarakatan dapat beradaptasi untuk memenuhi kebutuhan spesifik narapidana perempuan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alidrus, N. D., Syahrina, I. A., & Mariana, R. (2022). Dukungan sosial dan religiusitas dengan psychological well-being pada warga binaan perempuan di lembaga pemasyarakatan. *Psyche 165 Journal*, 15(2), 105–112. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i2.174>
- Bandura, A. (1997). *Self efficacy the exercise of control*. W. H. Freeman and Company.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Interpersonal Development*, 117(3), 497–529. <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Biggs, A. B. P., & Drummond, S. (2017). Lazarus and Folkman's psychological stress and coping theory. Wiley Blackwell, 351–364. <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/9781118993811.ch21>
- Bowlby, J. (1988). *Clinical applications of attachment theory*.
- Budikafa, S. F. A., Suarni, W., & Pambudhi, Y. A. (2021). Dukungan sosial dan psychological well-being narapidana perempuan. *Jurnal Sublimapsi*, 2(3), 169–178. <https://doi.org/10.36709/sublimapsi.v2i3.17855>
- Covington, S. S. (2007). Women and the criminal justice system. *Women's Health Issues*, 17(4),

- 180–182. <https://doi.org/10.1016/j.whi.2007.05.004>
- Deutsch, S., & House, J. S. (1981). Work stress and social support. In *Contemporary Sociology* (Vol. 12, Issue 3). Addison-Wesley Publishing Company. <https://doi.org/10.2307/2069001>
- Fitriana, N., & Hariyono, D. S. (2024). Pengaruh dukungan sosial terhadap self efficacy warga binaan lembaga pemasyarakatan perempuan kelas IIA Martapura. *Liberosis: Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 4(2), 1–11.
- Greene, J., Pranis, K., & Frost, N. A. (2006). HARD HIT: The Growth in the Imprisonment of Women, 1977-2004. In *Women's Prison Association* (Issue May).
- Heffernan, C. J. (1988). Social foundations of thought and action: A social cognitive theory, Albert Bandura Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall, 1986, xiii + 617 pp. Hardback. US\$39.50. *Behaviour Change*, 5(1), 37–38. <https://doi.org/10.1017/s0813483900008238>
- Herik, E., Suarni, W. O., Pambudhi, Y. A., & Sah, M. M. (2022). Program peningkatan dukungan sosial dalam membentuk psychological well-being narapidana perempuan. *Amal Ilmiah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 183–190. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.36709/amalilmiah.v3i2.20>
- Listwan, S. J., Hanley, D., & Colvin, M. (2012). The prison experience and reentry : Examining the impact of victimization on coming home final report. *U.S. Department of Justice*.
- Liu, H., Li, T. W., Liang, L., & Hou, W. K. (2021). Trauma exposure and mental health of prisoners and ex-prisoners: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 89(1), 1–21. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.102069>
- Mu'jizatullah, W. S. (2019). Pengaruh penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap stres pada warga binaan pemasyarakatan wanita. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2), 181–189. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i2.4772>
- Novitasari, D., & Kurniasari, L. (2020). Hubungan dukungan sosial keluarga dengan tingkat stres narapidana perempuan di Lapas Perempuan Kelas IIA Samarinda. *Borneo Student Research*, 2(1), 340–345. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/download/1648/742>
- Pamungkas, A. Y. F. (2019). Hubungan dukungan sosial dengan tingkat stres pada warga binaan pemasyarakatan perempuan di lembaga pemasyarakatan. *Holistic Nursing and Health Science*, 2(2), 42–47. <https://doi.org/10.14710/hnhs.2.2.2019.42-47>
- Prada, R. P. B. P., Dekawaty, A., & Yelisni, I. (2024). Dukungan sosial keluarga yang didapatkan narapidana perempuan di lapas perempuan. *JIKA (Jurnal Inspirasi Kesehatan)*, 2(1), 9–19. <https://doi.org/https://doi.org/10.52523/jika.v2i1.83>
- Publik, S. (2023). *Laporan jumlah penghuni lembaga pemasyarakatan, rumah tahanan negara, lembaga pembinaan khusus anak, lembaga pemasyarakatan perempuan*. Ditjenpas. <https://sdppublik.ditjenpas.go.id/>
- Rangkuti, R. F., Hasnida, H., & Saragih, J. I. (2022). Pengaruh dukungan sosial online terhadap prison adjustment pada warga binaan perempuan. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 12(2), 263–269. <https://doi.org/10.24127/gdn.v12i2.5463>
- Sari, T. A., & Hurriryati, D. (2022). Dukungan sosial dan psychological adjustment pada narapidana wanita. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 9(2), 261–270. <https://doi.org/10.35891/jip.v9i2.3374>
- Schneiders, A. A. (1955). *Personal adjustment and mental health*. Rinehart.
- Tasi, D. P., & Rahayu, M. N. M. (2024). Hubungan antara dukungan sosial dengan loneliness pada warga binaan pemasyarakatan di lembaga pemasyarakatan perempuan kelas IIA Semarang. *Jurnal Social Library*, 4(2), 165–176. <https://scholar.archive.org/work/26zcw7soi5dkbdnjf6arhi66rm/access/wayback/http://peneliti.muda.com/index.php/SL/article/download/78/pdf>
- Taylor, S. E. (2012). Social Support: A Review. In *The Oxford Handbook of Health Psychology* (Issue March). <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195342819.013.0009>