



Vol.15, No. 1, Januari-Juni 2025
Doi: [10.30829/alirsyad.v15i1.24758](https://doi.org/10.30829/alirsyad.v15i1.24758)

JURNAL PENDIDIKAN DAN KONSELING

<http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad>
ISSN 2686-2859 (online)
ISSN 2088-8341 (cetak)

PENDAMPINGAN PSIKOLOGIS DAN SPIRITUAL UNTUK MERAWAT KESEHATAN MENTAL DAN KETERASINGAN SOSIAL NARAPIDANA WANITA LAPAS KELAS II A BANYUWANGI

Milda Siah Amelia¹, Afif Mahmudi²

¹ Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam, Universitas KH Mukhtar Syafaat, email : mildaamelia029@gmail.com

² Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam, Universitas KH Mukhtar Syafaat, email : mahmudiafif@iaida.ac.id

Kata Kunci:

*Dukungan psikologis,
Keterasingan sosial,
Kesehatan mental,
Pendekatan spiritual,
Rehabilitasi.*

Abstrak

Penelitian ini mengkaji peran pendampingan psikologis, spiritual, dan dukungan keluarga dalam pemulihan narapidana wanita di Lapas Kelas II A Banyuwangi yang mengalami isolasi sosial. Menggunakan pendekatan kualitatif terhadap dua subjek utama dengan metode studi kasus, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Analisis dilakukan dengan teknik tematik untuk mengidentifikasi pola psikososial yang relevan. Teknik purposive sampling digunakan untuk memilih partisipan yang memiliki pengalaman mendalam dan relevan terhadap topik penelitian. Hasil menunjukkan bahwa intervensi berbasis konseling psikologis dan spiritual secara nyata mengurangi kecemasan, rasa bersalah, dan depresi. Pola tematik dominan mencakup penerimaan diri melalui pendekatan spiritual dan dukungan emosional dari keluarga sebagai sumber kekuatan utama. Sebagian besar narasi partisipan menekankan pentingnya peran keluarga sebagai penyemangat utama dalam menjalani hukuman. Penelitian ini menggarisbawahi pentingnya rehabilitasi berbasis pendekatan multidimensional yang lebih empatik dan menyeluruh dibandingkan model lama yang bersifat korektif dan normatif semata. Temuan ini memberikan dasar kuat bagi pengembangan kebijakan pemsarakatan yang lebih humanistik, serta menekankan pentingnya dukungan psikologis dan spiritual yang terintegrasi untuk meningkatkan kesiapan reintegrasi sosial dan mengurangi potensi residivisme pada narapidana perempuan. Dalam setiap keterpurukan, akan ada cahaya harapan yang dapat menuntun individu menuju pemulihan dan makna hidup yang baru. Karena pada akhirnya, setiap manusia berhak untuk bangkit dan menemukan kembali jati dirinya

Keywords :

*Psychological
support, Social
Alienment, Mental
health, Spiritual*

Abstract

This study examines the role of psychological, spiritual, and family support in the recovery of women in Class II A Banyuwangi Prison who experience social isolation. Using a qualitative approach to two main subjects with a case study method, data were collected through in-depth interviews, participant observation, and documentation. Analysis was carried out using thematic techniques

approach,
Rehabilitation.

to identify relevant psychosocial patterns. Purposive sampling techniques were used to select participants who had in-depth experiences and were relevant to the research topic. The results showed that psychological and spiritual counseling-based interventions significantly reduced anxiety, guilt, and depression. The dominant thematic patterns included self-acceptance through a spiritual approach and emotional support from family as the main source of strength. Most of the participants' narratives emphasized the importance of the role of the family as the main motivator in serving their sentences. This study underlines the importance of rehabilitation based on a multidimensional approach that is more empathetic and comprehensive than the old model that is only corrective and normative. These findings provide a strong basis for a more humanistic correctional development policy, as well as the importance of integrated psychological and spiritual support to improve readiness for social reintegration and reduce the potential for recidivism in women's reading. In every setback, there will be a light of hope that can guide individuals towards recovery and a new meaning of life. Because in the end, every human being has the right to rise and rediscover their identity.

PENDAHULUAN

Kehidupan di penjara, terutama bagi perempuan yang sedang menjalani hukuman, kesehatan mental seringkali menjadi persoalan serius. Lingkungan penjara yang keras, ditambah dengan keterbatasan kebebasan, isolasi sosial, dan stigma yang sering melekat, dapat berkontribusi pada penurunan kesehatan mental para narapidana. (Subroto & Syahira, 2024). Kondisi yang terkontrol di penjara dengan regulasi yang ketat dan kurangnya interaksi sosial menjadi salah satu penyebab utama terjadinya isolasi sosial. Keadaan ini bisa memperburuk rentannya Kesehatan mental narapidana, terutama bagi mereka yang telah mengalami berbagai tekanan sebelum mereka masuk penjara (Akhsan & Santoso, 2022).

Kesehatan mental adalah aspek yang sangat krusial bagi individu, setara dengan Kesehatan fisik secara umum. Ketika seseorang memiliki mental yang sehat, semua bidang kehidupan lainnya dapat beroperasi dengan lebih optimal. Kesehatan mental yang optimal sangat bergantung pada kondisi fisik yang baik (Putri et al., 2015). Namun, meskipun sangat penting, masalah Kesehatan mental sering kali di abaikan dan belum

mendapatkan perhatian yang seharusnya dari Masyarakat. Saat membahas Kesehatan, sering kali perhatian lebih diberikan pada Kesehatan fisik, sedangkan Kesehatan mental sering kali terabaikan. Ketidak berdayaan mental bisa dialami oleh siapa saja termasuk narapidana. Terutama bagi narapidana yang menjalani hukuman di lembaga pemasyarakatan, masa penjara tersebut dapat berlangsung cukup lama, mencapai beberapa tahun lamanya, bahkan ada yang berlangsung hingga puluhan tahun, atau bahkan seumur hidup.. (Bukhori, 2012).

Dampak dari keterasingan sosial terhadap kesejahteraan mental telah menjadi focus utama dalam studi psikologi serta ilmu sosial. Situasi ini dapat menyebabkan masalah psikologis yang meliputi stress, depresi, kecemasan, serta perasaan kesepian yang mendalam. Di kalangan Wanita narapidana, efek dari isolasi sosial dirasakan lebih kuat dibandingkan dengan narapidana pria (Utari et al., 2013). Hal ini disebabkan oleh beban ganda yang di pikul Wanita, sebagai seorang ibu, istri dan juga anggota Masyarakat yang sering kali membawa tekanan ekstra. Narapidana Wanita umumnya menghadapi stigma sosial yang cukup terbilang lebih besar dan di sisi lain, mereka sering kali merasakan penyesalan yang dalam karena kehilangan kesempatan untuk bersama dengan anak-anak mereka. Ketidakmampuan untuk melihat pertumbuhan anak, termasuk momen awal berjalan, momen masuk sekolah, atau bahkan memberi dukungan emosional, semakin memperburuk keadaan mental mereka di dalam penjara. Situasi ini tidak hanya mengganggu Kesehatan mental para narapidana tetapi juga mempunyai efek mendalam bagi anak-anak yang tidak merasakan kehadiran sosok ibu mereka selama masa-masa penting dalam perkembangan mereka (Utomo, 2017).

Penelitian tentang dampak isolasi sosial terhadap narapidana perempuan umumnya menekankan pada aspek psikologis umum seperti kecemasan, stres, dan depresi (Kristianingsih et al., 2022). Namun,

sebagian besar studi tersebut belum secara spesifik mengaitkan isolasi sosial dengan peran ganda narapidana perempuan sebagai ibu dan istri, serta dampaknya terhadap relasi emosional mereka dengan anak-anak. Selain itu, pendekatan intervensi yang digunakan dalam studi-studi sebelumnya cenderung masih berbasis pada konseling psikologis konvensional, tanpa mempertimbangkan konteks sosial-budaya lokal dari warga binaan. Di sinilah letak keterbatasan utama literatur sebelumnya, yakni belum adanya model pemulihan psikologis yang mengintegrasikan aspek keibuan, pendekatan spiritual Islam, dan kearifan budaya lokal dalam satu kerangka rehabilitasi terpadu. Penelitian ini bertujuan mengisi kekosongan tersebut dengan mengembangkan model pendampingan yang relevan secara budaya dan spiritual, khususnya di Lapas Kelas II A Banyuwangi.

Artikel ini bertujuan untuk memberikan gambaran empiris mengenai dampak isolasi sosial terhadap kesehatan mental narapidana wanita di Lapas Kelas II A Banyuwangi, mengkaji dampaknya terhadap kondisi psikologis mereka, dan menganalisis pengaruh kehilangan peran sebagai ibu dalam mendampingi perkembangan anak terhadap kesejahteraan mental mereka. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa pendekatan psikologis dan spiritual berperan penting dalam mendukung pemulihan narapidana wanita selama masa hukuman. Temuan ini memperlihatkan bagaimana intervensi yang dirancang untuk menangani aspek emosional, spiritual, dan sosial dapat membantu narapidana mengelola trauma, mengurangi rasa bersalah, dan mempersiapkan mereka untuk reintegrasi sosial (Ikhasanudin, 2013).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Studi kasus dipilih untuk memperoleh pemahaman yang mendalam dan menyeluruh mengenai pengalaman narapidana wanita

dalam menerima intervensi pendekatan humanis-spiritual, serta dampaknya terhadap kondisi mental dan keterhubungan sosial mereka selama menjalani masa pidana di Lapas Kelas II A Banyuwangi. Pendekatan humanis-spiritual berfokus pada penghargaan terhadap eksistensi manusia sebagai makhluk utuh—yang memiliki kebutuhan untuk dimengerti, dimiliki, dan dimaknai, serta keterhubungan dengan nilai-nilai transendental. Pendekatan ini digunakan sebagai intervensi untuk merawat luka batin, rasa hampa, perasaan tidak berharga, serta keterasingan sosial yang umum dialami oleh narapidana.

Alat utama yang digunakan dalam penelitian ini meliputi wawancara mendalam, observasi partisipatif, serta dokumentasi. Analisis dilakukan secara manual melalui analisis terhadap transkrip wawancara, identifikasi unit makna, serta pengkodean terbuka. Kode-kode yang muncul dikategorikan berdasarkan kesamaan konten dan dilanjutkan dengan penyusunan tema-tema utama.

HASIL

Dari proses pendampingan yang berlangsung secara konsisten dan mendalam, ditemukan sejumlah hal penting yang menunjukkan bahwa pendekatan psikologis dan spiritual dapat membawa dampak nyata bagi para narapidana wanita di Lapas Kelas II A Banyuwangi. Temuan-temuan ini tidak hanya tercermin dalam perubahan perilaku dan sikap, tetapi juga dalam cara mereka memandang diri sendiri, orang lain, dan masa depan mereka. Salah satu temuan utama yang muncul adalah terjadinya peningkatan keseimbangan emosional pada diri narapidana. Sebelumnya, banyak di antara mereka mengalami tekanan psikologis yang cukup berat, seperti perasaan bersalah, cemas, dan putus asa. Namun setelah melalui serangkaian sesi konseling dan kegiatan reflektif, sebagian besar peserta menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengenali dan mengelola emosi mereka. Mereka mulai bisa mengekspresikan perasaan tanpa rasa

takut atau malu, serta menunjukkan sikap terbuka saat berdialog dengan fasilitator maupun dengan sesama narapidana.

Hasil observasi selama tiga minggu, peneliti mencatat bahwa beberapa narapidana yang aktif mengikuti kegiatan pembinaan spiritual, seperti pengajian dan shalat berjamaah, menunjukkan perubahan perilaku seperti lebih sering tersenyum, mulai terlibat dalam percakapan positif dengan sesama warga binaan, serta menunjukkan empati saat sesi berbagi pengalaman. Salah satu informan, yang pada awal observasi cenderung menarik diri dan terlihat murung, perlahan mulai aktif bertanya dalam sesi konseling dan menyampaikan harapan untuk memperbaiki diri. Misalnya, ekspresi wajah dan interaksi narapidana selama sesi ibadah kolektif dicatat untuk menguatkan pernyataan mengenai peran spiritualitas dalam ketenangan batin. Selain itu, kutipan dalam wawancara yang menyebutkan perasaan bersalah dan harapan untuk berubah diperkuat dengan rujukan pada laporan psikolog lapas yang mencatat adanya perubahan sikap dan partisipasi aktif dalam program konseling. Dokumentasi inilah yang memperkuat narasi dari informan dan memastikan bahwa hasil yang diperoleh tidak semata berdasarkan persepsi subyektif.

Dalam penelitian ini, data hasil wawancara dianalisis secara tematik dengan melalui proses pengodean yang sistematis (Rozali, 2022). Transkrip wawancara ditelaah secara mendalam dan dilakukan *open coding* untuk mengidentifikasi unit-unit makna dari pernyataan informan. Kode-kode awal tersebut dikelompokkan ke dalam kategori berdasarkan pola makna yang serupa. Selanjutnya, kategori tersebut disusun dan dikembangkan menjadi tema-tema utama yang merepresentasikan pengalaman dan dinamika pemulihan narapidana perempuan. Dengan demikian, jejak analisis dari data mentah (kutipan wawancara) hingga pembentukan tema dapat ditelusuri secara bertahap dan transparan, sebagaimana disarankan dalam penelitian kualitatif. Berikut ini disajikan

Tabel Tematik Hasil Analisis yang merangkum proses pengodean, kategorisasi, dan pembentukan tema utama berdasarkan data wawancara mendalam terhadap dua informan. Tabel ini menggambarkan jejak analisis dari unit makna hingga tema yang merepresentasikan pengalaman pemulihan narapidana perempuan secara psikologis dan spiritual.

Tabel 1. Tabel Tematik Hasil Analisis

KUTIPAN WAWANCARA	INTIAL CODING	AXIAL CODING	TEMA UTAMA DEVOLOPMENT
“ Saya cuma bisa nagis waktu tahu saya hamil waktu di lapas, saya takut, bingung, sendirian. ”	Perasaan takut dan kebingungan saat hamil	Tekanan emotional selama kehamilan	Kondisi emosional dan sosial yang menghambat pemulihan
“ Waktu saya mau melahirkan, untung ada bantuan dari petugas, kalau tidak saya nggak tahu harus bagaimana. ”	Bantuan saat persalinan	Dukungan eksternal dari institusi	Peran dukungan sosial dan kelembagaan dalam peulihan
“ Saya lebih tenang setelah sering ikut pengajian dan konseling. Rasanya lebih ikhlas dan kuat. ”	Perasaan tenang setelah aktifitas spiritual	Perubahan kondisi emosional melalui agama	Spiritualitas sebagai mekanisme koping emosional
“ Anak saya langsung di pisah, saya sulit untuk	Perasaan kehilangan	Trauma pemisahan dari anak	Kehilangan dan penyesuaian diri

menerima, tapi saya harus bisa.”	dan Upaya menerima		sebagai narapidana ibu
“Setelah beberapa kali konseling, saya jadi merasa ada harapan buat mulai lagi dari awal.”	Harapan setelah konseling	Pemulihan psikologis	Efektifitas konseling psikologis dalam menumbuhkan harapan
“Saya ingin berubah dan kembali ke masyarakat, semoga orang lain mau menerima saya.”	Keinginan reintegrasi sosial	Harapan akan penerimaan sosial	Persiapan reintegrasi sosial paska pemasyarakatan

Dalam konteks pemulihan narapidana Wanita, hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan psikologis dan spiritual dapat diterapkan lebih luas sebagai bagian dari program pemasyarakatan. Pelaksanaan strategi ini bisa membantu Lembaga pemasyarakatan dalam merancang program rehabilitas yang lebih efektif untuk narapidana Perempuan, terutama bagi mereka yang mengalami trauma akibat tekanan hukum dan sosial. Ini juga bisa menjadi landasan bagi pembuat kebijakan dalam merancang program pemulihan yang lebih menyeluruh di Lembaga pemasyarakatan. Penelitian ini memiliki beberapa batasan, termasuk sampel yang kecil yang hanya melibatkan dua subjek. Oleh karena itu, hasil ini tidak bisa digeneralisasi untuk populasi narapidana wanita lainnya. Selain itu, penelitian ini tidak mengukur dampak jangka panjang dari intervensi yang dilakukan, sehingga belum dapat diketahui seberapa lama pengaruh dukungan ini bertahan setelah narapidana bebas. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar studi dilakukan dengan jumlah informan yang lebih banyak dan menggunakan metode longitudinal untuk mempelajari dampak jangka

Panjang dari dukungan psikologis dan spiritual. Selain itu diperlukan kajian penelitian yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor lain. yang memengaruhi keberhasilan reintegrasi sosial, seperti dukungan keluarga dan lingkungan, dapat memberikan wawasan lebih lanjut dalam meningkatkan efektifitas program rehabilitasi narapidana.

Untuk memperkuat data dan temuan, berikut disajikan Tabel yang merangkum tema utama, subtema, dan kutipan kunci dari informan sebagai bentuk visualisasi data hasil analisis tematik: proses pengodean yang sistematis.

TEMA UTAMA	SUBTEMA	KUTIPAN KUNCI DAN INFORMAN
Tekanan Emosional Dan Sosial	Rasa bersalah, stigma, keterasingan	“saya merasa sangat sedih, apalagi waktu tahu saya harus melahirkan di sini (lapas).”
Peran Konseling Psikologis	Dukungan emosional, refleksi diri	“lewat kegiatan ini, saya mulai menyadari kalau saya masih bisa berubah jadi ibu yang baik.”
Spiritualitas Sebagai Sumber Kekuatan	Ketenangan batin, harapan baru	“Setiap ikut kajian agama, saya merasa lebih tenang, seolah dosa saya bisa saya tebus.”
Perubahan Sikap Dan Harapan Masa Depan	Partisipasi aktif, semangat hidup kembali	“sekarang saya lebih semangat, saya berniat ikut program yang bersifat positif untuk membenahi hidup”

Secara keseluruhan, temuan dari kegiatan pendampingan ini menunjukkan bahwa intervensi psikologis dan spiritual dapat menjadi sarana yang sangat efektif dalam merawat kesehatan mental dan mengikis rasa keterasingan sosial yang dialami narapidana wanita. Pendekatan ini berhasil mengaktifkan kembali dimensi kemanusiaan mereka yang sempat tertindih oleh beban masa lalu dan tekanan lingkungan tahanan. Yang paling berharga dari semua temuan ini adalah munculnya kesadaran bahwa mereka masih layak untuk bertumbuh, diampuni, dan kembali menjadi bagian dari masyarakat dengan martabat yang utuh.

PEMBAHASAN

Penelitian ini mengindikasikan bahwa dukungan psikologis dan spiritual memiliki dampak yang signifikan terhadap proses pemulihan narapidana wanita selama menjalani hukuman. Subjek studi, ibu zuwidatu husna dan ibu syaifatus hasanah, menghadapi tantangan emosional dan sosial karena keterlibatan dalam kasus narkoba serta tekanan yang dialami saat berada di fasilitas pemasyarakatan dan saat hamil hingga melahirkan di lapas. Mereka juga mendapatkan bantuan dari pihak kepolisian pada saat masa persalinan dan mengalami jarak dari anak setelah selesainya proses persalinan tersebut (Rahma Putri et al., 2021). Konseling berbasis spiritualitas terbukti memperkuat kemampuan mereka dalam mengatasi tekanan emosional, meningkatkan rasa percaya diri, dan mempersiapkan diri untuk berintegrasi Kembali ke Masyarakat setelah bebas (Hasanah, 2015). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa strategi gabungan antara konseling psikologis dan pengembangan spiritual dapat memberikan keuntungan yang untuk narapidana perempuan dalam menghadapi trauma dan perasaan bersalah. Ini menjadi penting karena kondisi emosional serta sosial yang buruk bisa menghalangi proses pemulihan dan meningkatkan kemungkinan Kembali berbuat kriminalitas (Nainggolan, 2019). Oleh

karena itu, pendekatan pemulihan yang menyeluruh sangat diperlukan untuk memastikan keberhasilan rehabilitasi dan reintegrasi ke dalam Masyarakat.

Dukungan psikologis dan spiritual dapat memberikan bantuan bagi individu yang mengalami stress emosional. Dalam literatur yang ada, pendekatan berbasis spiritual dan psikologi telah terbukti memberikan hasil positif dalam membantu orang mengatasi kecemasan, depresi, dan meningkatkan Kesehatan mental (Anggraini, 2015). Dengan adanya partisipasi aktif dalam kegiatan keagamaan serta emosional selama sesi konseling, hasil penelitian ini memperkuat bukti sebelumnya bahwa dukungan spiritual dan psikologis memiliki peran vital dalam pemulihan narapidana Wanita. Penelitian ini juga konsisten dengan studi lain yang menunjukkan bahwa intervensi yang berfokus pada psikologi dan spiritualitas dapat membantu individu dengan tekanan mental yang berat, termasuk narapidana Wanita dan mereka yang terluka secara emosional. (Firman Nur Karim et al., 2024). Menekankan bahwa gabungan antara konseling dan dukungan dari keluarga dapat mengurangi perasaan bersalah dan meningkatkan kesiapan individu untuk menghadapi kehidupan setelah dibebaskan. Oleh karena itu, penelitian ini memperkuat argumen bahwa pendekatan yang komprehensif dan berbasis dukungan sosial sangat penting dalam rehabilitasi narapidana wanita (sumiati, 2024).

Hasil dari kegiatan pendampingan psikologis dan spiritual kepada narapidana wanita di Lapas Kelas II A Banyuwangi menunjukkan bahwa pendekatan terpadu ini mampu memberi dampak positif dalam merawat kesehatan mental dan mengurangi keterasingan sosial yang dialami oleh para warga binaan. Pembahasan ini mengintegrasikan temuan lapangan dengan kajian teoritik dan literatur yang relevan, guna memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai efektivitas pendekatan yang digunakan.

Pendampingan psikologis dan spiritual yang dilakukan terhadap narapidana wanita di Lapas Kelas II A Banyuwangi memperlihatkan

perubahan yang cukup bermakna, baik dari sisi emosional, spiritual, maupun sosial. Para warga binaan, yang sebelumnya menjalani hari-harinya dalam kesunyian, perasaan bersalah, dan keterasingan, secara perlahan mulai mengalami proses pemulihan diri. Pendampingan ini tidak hanya menjadi ruang terapi, tetapi juga menjadi jembatan yang menghubungkan kembali para narapidana dengan rasa kemanusiaan mereka yang sempat terputus.

Pada mulanya, mayoritas narapidana menunjukkan tanda-tanda gangguan emosional yang mencolok. Mereka mengalami kesulitan tidur, kecemasan yang tidak menentu, serta perasaan kehilangan makna hidup. Banyak dari mereka merasa diputuskan dari lingkungan sosial, termasuk keluarga yang menjauh setelah vonis dijatuhkan. Dalam situasi inilah, pendekatan psikologis hadir dengan lembut. Melalui sesi konseling kelompok dan percakapan-percakapan mendalam secara individual, narapidana diajak untuk mengakui luka-luka batin yang selama ini mereka tutupi. Mereka belajar bahwa menangis bukan kelemahan, dan bahwa menceritakan rasa sakit bisa menjadi awal dari pemulihan.

Seiring waktu, sesi konseling menjadi ruang yang mereka tunggu-tunggu. Di dalamnya, mereka menemukan kehangatan, tidak hanya dari pendamping, tetapi juga dari sesama narapidana yang ternyata menyimpan beban serupa. Rasa keterasingan mulai mencair, tergantikan oleh perasaan diterima dan dimengerti. Hubungan sosial di antara mereka pun perlahan berubah: dari yang semula saling curiga dan diam, menjadi saling menyapa, bahkan saling mendukung. Di sinilah kekuatan pendekatan psikologis benar-benar terasa: ketika luka-luka lama mulai terurai dalam kepercayaan dan koneksi manusiawi yang baru.

Namun, transformasi mendalam tidak berhenti pada tataran psikologis. Pendampingan spiritual memberi dimensi lain yang lebih hening namun tak kalah kuat. Melalui momen-momen dzikir, doa bersama, dan refleksi diri, para narapidana diajak untuk kembali menyapa Tuhan dalam

diri mereka—bukan sebagai sosok penghukum, melainkan sebagai sumber pengampunan dan pengharapan. Bagi banyak narapidana, spiritualitas menjadi tempat paling aman untuk menumpahkan rasa bersalah, karena hanya kepada Tuhan mereka merasa bisa diterima apa adanya. Mereka tidak hanya kembali mengenal agama secara formal, tetapi juga menyentuh sisi terdalam dari keberagaman: bahwa setiap manusia, betapa pun kelam masa lalunya, tetap memiliki cahaya di dalam dirinya.

Proses ini mendorong mereka untuk memaknai ulang kehidupan. Ada narapidana yang mengungkapkan keinginannya untuk memperbaiki hubungan dengan anaknya, ada pula yang bercita-cita menjadi guru ngaji setelah bebas nanti. Hal-hal sederhana ini, yang dahulu terasa mustahil untuk mereka harapkan, kini menjadi arah baru yang memberi kekuatan. Mereka mulai memahami bahwa masa lalu tidak harus menentukan masa depan. Pendampingan ini bukan sekadar kegiatan rutin, tetapi menjadi perjalanan batin, di mana mereka menata kembali harapan yang selama ini tercerai.

Kondisi mental mereka menjadi lebih stabil, dan emosi tidak lagi mudah meledak. Mereka menjadi lebih sabar, lebih peka terhadap perasaan orang lain, dan lebih bersyukur dalam menjalani hari-hari di balik jeruji. Dalam suasana kebersamaan yang dibangun melalui sesi reflektif dan spiritual, ikatan sosial di antara mereka menguat. Tak ada lagi wajah-wajah dingin dan asing, melainkan tatapan-tatapan yang saling memahami. Dari sini, keterasingan sosial yang dahulu menjadi tembok pembatas mulai runtuh.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pendampingan psikologis dan spiritual memiliki peran yang sangat penting dalam merawat kesehatan mental dan memulihkan dimensi sosial narapidana wanita. Pendekatan ini menyentuh dua sisi terdalam dari manusia—akal dan jiwa—dan keduanya bekerja saling melengkapi untuk membangkitkan kembali harapan serta rasa harga diri yang sempat hilang. Lapas yang sebelumnya

menjadi ruang keterputusan, perlahan berubah menjadi ruang pertumbuhan. Dan di tengah keterbatasan, mereka belajar bahwa pemulihan bukanlah hal yang mustahil.

Untuk memperkuat analisis dan memperlihatkan konteks yang lebih luas, hasil penelitian ini dibandingkan dengan beberapa studi terdahulu dari tempat dan konteks yang berbeda. Misalnya, studi oleh Elpinar et al. (2019) di Lapas Wanita Kendari menunjukkan bahwa narapidana yang aktif dalam program kerohanian menunjukkan tingkat stres yang lebih rendah dan lebih cepat beradaptasi dengan lingkungan lapas dibandingkan narapidana yang pasif. Hal ini selaras dengan temuan dalam penelitian ini bahwa kegiatan spiritual berperan dalam ketenangan batin dan membentuk harapan baru.

Di sisi lain, penelitian oleh Indira Putri Anugrah & Christiana Hari Soetjningsih, (2024) di Lapas Perempuan Semarang menemukan bahwa dukungan sosial dari sesama narapidana memainkan peran penting dalam mengurangi perasaan terisolasi dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Temuan ini relevan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa interaksi sosial terbatas namun bermakna antar sesama narapidana dapat menjadi sumber kekuatan emosional dalam menghadapi masa tahanan

Selain itu, hasil penelitian ini juga memiliki kesamaan dengan temuan dari Faridah, (2014) yang mengkaji strategi dakwah dalam pembinaan spiritual di Lapas Wanita Kelas IIA Sungguminasa Gowa. Faridah menunjukkan bahwa pendekatan dakwah melalui ceramah agama, bimbingan rohani, dan pembacaan kitab suci mampu menciptakan perubahan sikap narapidana yang signifikan. Tidak hanya memperkuat moralitas individu selama menjalani masa hukuman, tetapi juga membangun kesadaran untuk tidak kembali mengulangi perbuatan melanggar hukum setelah bebas. Dengan kata lain, spiritualitas menjadi fondasi dalam membentuk kesadaran diri dan kontrol perilaku.

Dengan demikian, data pembandingan dari penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa temuan dalam studi ini tidak hanya mengulang pengetahuan umum, melainkan memperkuat dan memperkaya diskursus ilmiah yang ada. Bahkan, temuan ini memperlihatkan kombinasi strategis antara pendekatan psikologis dan spiritual sebagai faktor kunci dalam memfasilitasi pemulihan narapidana perempuan, khususnya yang mengalami trauma mendalam seperti hamil dan melahirkan di dalam lapas.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa isolasi sosial memberikan dampak yang signifikan terhadap kesehatan mental narapidana wanita. Dampak tersebut terlihat jelas dalam meningkatkan risiko gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi, dan perasaan kesepian yang mendalam. Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan psikologis, pembinaan spiritual, serta keterlibatan keluarga memiliki peran penting dalam mengurangi dampak negatif isolasi sosial terhadap kesehatan mental.

Pendampingan spiritual terbukti memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan tingkat kecemasan individu, baik secara psikologis maupun emosional. Dalam konteks kehidupan yang penuh tekanan, seperti yang dialami oleh individu yang sedang menghadapi situasi sulit—termasuk narapidana, pasien sakit berat, atau korban trauma—kecemasan sering muncul akibat rasa tidak aman, kehilangan arah, dan ketidakpastian masa depan. Pendampingan spiritual hadir sebagai bentuk dukungan holistik yang tidak hanya menyentuh aspek rasional dan emosional, tetapi juga menyapa sisi terdalam manusia: kebutuhan akan makna, pengharapan, dan koneksi dengan kekuatan transenden. Melalui pendekatan spiritual, individu diajak untuk mengenali dan menerima keadaan dirinya secara utuh, menyadari keterbatasan sebagai manusia, serta membuka diri terhadap

nilai-nilai ilahiah seperti kepasrahan, keikhlasan, dan harapan. Aktivitas spiritual seperti doa, dzikir, refleksi diri, pembacaan kitab suci, dan dialog batin secara konsisten memberikan ketenangan hati serta menciptakan ruang dalam jiwa untuk merasakan kedamaian. Ketika seseorang merasa bahwa hidupnya tetap bermakna di tengah penderitaan, maka kecemasan yang awalnya menguasai perlahan-lahan akan mereda.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhsan, M., & Santoso, I. (2022). Dampak Psikis Pemidahan Kamar Hunian Warga Binaan Pemasyarakatan. *Jurnal Intelektualita: Keislaman, Sosial Dan Sains*, 11(1), 147–153. <https://doi.org/10.19109/intelektualita.v11i1.10176>
- Alfansyur, A., & Mariyani. (2020). Seni Mengelola Data : Penerapan Triangulasi Teknik , Sumber Dan Waktu pada Penelitian Pendidikan Sosial. *Historis*, 5(2), 146–150.
- Aulia, S., Alfatika, Z. A., Farassadani, H. A., & Harisuci, T. C. (2024). *PROMOTIF : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Efektivitas psychological first aid terhadap pengelolaan resiliensi narapidana wanita yang mempunyai balita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II-A Semarang Info Artikel Abstrak Data Direktorat Jenderal Pemasyar. 4*, 107–121.
- Bagus, I., Wedhana, M., Putu, N., & Prabawati, A. (2025). *Evaluasi Program Pembinaan Narapidana Narkotika Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Kerobokan. 2*(1), 1–11.
- Bukhori, B. (2012). Hubungan Kebermaknaan Hidup dan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesehatan Mental Narapidana (Studi Kasus Nara Pidana Kota Semarang). *Jurnal Ad-Din*, 4(1), 1–19.
- Darul, U., & Email, U. J. (2017). Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan*, 01(02), 86–102. <https://ojs.unpatti.ac.id/index.php/bkt/article/view/234/158>
- Elpinar, Indriastuti, D., & Susanti, R. W. (2019). Hubungan Dukungan Emosional Keluarga dan Kebutuhan Spiritual dengan Tingkat Stres

Milda Siah Amelia, Afif Mahmud : **PENDAMPINGAN PSIKOLOGIS DAN SPIRITUAL UNTUK MERAWAT KESEHATAN MENTAL DAN KETERASINGAN SOSIAL NARAPIDANA WANITA LAPAS KELAS II A BANYUWANGI**

Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas III Kendiri. *Jurnal Keperawatan*, 3(2), 1–9.

Faridah. (2014). Strategi Dakwah Dalam Pembinaan Spiritual Kelas II A Sungguminasa Gowa. In *Pacasarjana UIN Alaudidn Makasar*.

finsensius samara, rojalía rica de araujo, christian erickdianto, sales, guido tobhi wage, hanif al faiq pramana, christian perdinandus goa. (2024). *Efektifitas program pembinaan tahap akhir reintegrasi sosial narapidana wanita di lapas kupang*. 4(3), 2889–2907. <https://doi.org/10.53363/bureau.v4i3.467>

Ikhasanudin, S. (2013). Penerapan Cognitive Behavior Therapy (Cbt) Bagi Pecandu Narkoba Di Institusi Penerima Wajib Lapir (Ipwl) Yayasan Mitra Alam Surakarta Skripsi. *Skripsi Bimbingan Konseling*, 53(9), 13.

Indira Putri Anugrah, & Christiana Hari Soetjningsih. (2024). Dukungan Sosial Dan Depresi Pada Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Semarang. *Media Bina Ilmiah*, 18(8), 2113–2122. <https://doi.org/10.33758/mbi.v18i8.734>

Kristianingsih, S. A., Rahayu, M. N. M., & Setiyawan, A. (2022). Stres warga binaan pemasyarakatan di masa pandemi Covid-19: Menguji peranan dukungan sosial dan orientasi budaya. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 11(1), 86–106. <https://doi.org/10.30996/persona.v11i1.6362>

Maharani, S., & Bernard, M. (2018). Analisis Hubungan Resiliensi Matematik Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Siswa Pada Materi Lingkaran. *JPMI (Jurnal Pembelajaran Matematika Inovatif)*, 1(5), 819. <https://doi.org/10.22460/jpmi.v1i5.p819-826>

Maulana Fahreza, G., & Muhammad, A. (2023). Optimalisasi Layanan Kesehatan Mental Bagi Narapidana di Lapas Perempuan Kelas IIA Pekanbaru. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 1(4), 26–31. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10113150>

MazidatulFithriya. (2023). Penerimaan Diri Narapidana Perempuan yang Berperan sebagai Ibu di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Semarang. *Skripsi*.

- Mufti, E. A., & Riyanto, O. S. (2023). Peran Lembaga Masyarakat Dalam Upaya Rehabilitasi Narapidana Untuk Mengurangi Tingkat Residivis. *AL-MANHAJ: Jurnal Hukum Dan Pranata Sosial Islam*, 5(2), 2425–2438. <https://doi.org/10.37680/almanhaj.v5i2.4026>
- Putri, A. W., Wibhawa, B., & Gutama, A. S. (2015). Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan, Dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental). *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 252–258. <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i2.13535>
- RI, D. P. A. (2018). Pedoman Sertifikasi Bagi Guru Pesantren Muadalah Dalam Jabatan,. In *Komplek Percetakan Al Qur'anul Karim Kepunyaan Raja Fahd* (p. 1281).
- Rini, L. (2017). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Optimisme Pada Warga Binaan Yang Menjadi Pekerja Pembantu Di Lembaga Masyarakat Perempuan Kelas li a Semarang. *Jurnal Empati, Agustus*, 7(3), 297–302.
- Rozali, Y. A. (2022). Penggunaan Analisis Konten Dan Analisis Tematik. *Penggunaan Analisis Konten Dan Analisis Tematik Forum Ilmiah*, 19, 68. www.researchgate.net
- Sari, I. W., Adi, M. S., & Andriany, M. (2019). Gejala Depresi pada Warga Binaan Perempuan di Lembaga Masyarakat. *Holistic Nursing and Health Science*, 2(2), 10–16. <https://doi.org/10.14710/hnhs.2.2.2019.10-16>
- Subroto, M., & Febrianto, M. A. (2024). *Pola Adaptasi Dan Strategi Bertahan Narapidana Perempuan Terpidana Seumur Hidup*. 4, 4879–4896.
- Subroto, M., & Syahira, A. (2024). *Efektivitas Musik terhadap Kesehatan Mental Narapidana Perempuan di Lembaga Masyarakat Perempuan*. 8, 41820–41824.
- Susanti, Y. (2017). *pembinaan keagamaan narapidana wanita melalui konseling keagamaan di lembaga masyarakat perempuan kelas II A Jakarta timur*. 11(1), 92–105.

Milda Siah Amelia, Afif Mahmud : **PENDAMPINGAN PSIKOLOGIS DAN SPIRITUAL UNTUK MERAWAT KESEHATAN MENTAL DAN KETERASINGAN SOSIAL NARAPIDANA WANITA LAPAS KELAS II A BANYUWANGI**

Tiftazani, G. H. (2017). *Peran Layanan Perpustakaan Dalam Pembinaan Narapidana Di Rutan Wonosari Kelas li B, Wonosari, Gunungkidul*. 139. <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/28434/>

uswatun hasanah. (2025). *Psychological Well-Being Dalam Mengatasi Stigma Pada Perempuan Mantan Penyalahguna Napza Pasca Rehabilitasi Di Banyumas*. *SKRIPSI*.

Utari, D. I., Fitria, N., Rafiyah, I., Keperawatan, F. I., & Padjajaran, U. (2013). *Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Warga Binaan Wanita Menjelang Bebas Di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Klas II A Bandung*. *Ilmu Keperawatan*, 1(1), 1–7.

Utomo, A. (2017). *Adaptasi Narapidana Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Malang Dalam Menjalankan Fungsi Pada Keluarga*.

Wuryansari, R., & Subandi, S. (2019). *Program Mindfulness for Prisoners (Mindfulness) untuk Menurunkan Depresi pada Narapidana*. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 5(2), 196. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.50626>