

Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Tingkat Stres Warga Binaan Kasus Narkotika di Lembaga Pemasyarakatan

Arif Rahman Hakim^{1*} | Prastomo Suhendro¹ | Robbiyatin Nur Azizah¹

¹ Program Studi Keperawatan, Politeknik Negeri Madura

* Corresponding Author: hakim211091@gmail.com

ARTICLE INFORMATION

Article history

Received 9 July 2026

Revised 9 September 2026

Accepted 19 September 2026

Keywords

Stress level, inmates, mental health, correctional institution, stress determinants

ABSTRACT

Introduction: Inmates are a population vulnerable to mental health problems, particularly stress, due to loss of freedom, separation from family, social stigma, and psychological pressures experienced during incarceration. Identifying factors associated with stress levels is essential for developing effective mental health services and rehabilitation programs within correctional institutions. **Objectives:** This study aimed to analyze the factors associated with stress levels among inmates at the Class IIA Narcotics Correctional Institution in Pamekasan. **Methods:** This study employed a quantitative analytical observational design with a cross-sectional approach. The study population consisted of inmates at the Class IIA Narcotics Correctional Institution in Pamekasan. A total of 69 respondents were selected using simple random sampling. Stress levels were measured using the Perceived Stress Scale (PSS). Data were analyzed using univariate analysis, bivariate analysis with the Mann–Whitney U and Kruskal–Wallis tests, and multivariate analysis using ordinal logistic regression with a significance level of 0.05. **Results:** Most respondents were adults (66.7%), previously self-employed (68.1%), divorced (43.5%), and had completed senior high school (26.1%). The majority experienced moderate stress (50.7%), followed by severe stress (47.8%). Bivariate analysis showed that age ($p = 0.936$) and previous occupation ($p = 0.578$) were not significantly associated with stress levels, whereas marital status ($p < 0.001$) and educational level ($p = 0.001$) were significantly associated with stress levels. Multivariate analysis revealed that marital status was the most influential factor associated with stress levels after controlling for age, occupation, and educational level ($B = 4.858$; $p = 0.001$). **Conclusions:** Marital status was identified as the strongest factor influencing stress levels among inmates at the Class IIA Narcotics Correctional Institution in Pamekasan. Strengthening family support and improving mental health services should be prioritized in correctional rehabilitation programs to reduce stress and improve inmates' psychological well-being.

ABSTRAK

Latar Belakang: Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) merupakan kelompok yang rentan mengalami gangguan kesehatan mental, khususnya stres, akibat kehilangan kebebasan, keterpisahan dari keluarga, stigma sosial, serta berbagai tekanan selama menjalani masa pidana. Identifikasi faktor-faktor yang memengaruhi tingkat stres diperlukan sebagai dasar penyusunan program pembinaan dan pelayanan kesehatan mental di lembaga pemasyarakatan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi tingkat stres Warga Binaan Pemasyarakatan di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian adalah Warga Binaan Pemasyarakatan di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan, dengan jumlah sampel sebanyak 69 responden yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Tingkat stres diukur menggunakan Perceived Stress Scale (PSS). Analisis data meliputi analisis univariat, analisis bivariat menggunakan uji Mann–Whitney U dan Kruskal–Wallis, serta analisis

Kata Kunci

Tingkat stress, warga binaan,
kesehatan mental, lembaga
pemasyarakatan, determinan stress

Indonesian Health Science Journal

Website: <http://ojsjournal.unt.ac.id/>

multivariat menggunakan regresi logistik ordinal dengan tingkat signifikansi 5%. **Hasil:** Sebagian besar responden berada pada kelompok usia dewasa (66,7%), bekerja sebagai wiraswasta sebelum menjalani masa pidana (68,1%), berstatus cerai (43,5%), dan berpendidikan SMA (26,1%). Mayoritas responden mengalami tingkat stres sedang (50,7%), diikuti stres berat (47,8%). Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa usia ($p = 0,936$) dan pekerjaan ($p = 0,578$) tidak berhubungan secara signifikan dengan tingkat stres, sedangkan status pernikahan ($p < 0,001$) dan tingkat pendidikan ($p = 0,001$) berhubungan secara signifikan dengan tingkat stres. Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa status pernikahan merupakan faktor yang paling berhubungan dengan tingkat stres setelah dikontrol oleh variabel usia, pekerjaan, dan tingkat pendidikan ($B = 4,858$; $p = 0,001$). **Kesimpulan:** Status pernikahan merupakan faktor dominan yang memengaruhi tingkat stres Warga Binaan Pemasyarakatan di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan. Penguatan dukungan keluarga dan layanan kesehatan mental perlu menjadi bagian penting dalam program pembinaan untuk menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis WBP.

1. Pendahuluan

Kesehatan mental merupakan salah satu indikator utama kesejahteraan individu dan menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari pelayanan kesehatan di lembaga pemasyarakatan. Organisasi Kesehatan Dunia menegaskan bahwa *prison health is public health*, sehingga kesehatan fisik maupun mental warga binaan harus menjadi bagian integral dari sistem pelayanan kesehatan nasional (World Health Organization, 2025). Namun demikian, penghuni lembaga pemasyarakatan merupakan kelompok yang memiliki kerentanan lebih tinggi terhadap gangguan kesehatan mental dibandingkan populasi umum karena harus menghadapi kehilangan kebebasan, keterpisahan dari keluarga, perubahan status sosial, ketidakpastian masa depan, stigma sosial, serta tuntutan adaptasi terhadap lingkungan pemasyarakatan yang penuh dengan berbagai tekanan psikososial (Young et al., 2025; Favril et al., 2024).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa prevalensi depresi, gangguan kecemasan, gangguan psikotik, hingga penyalahgunaan zat pada populasi warga binaan jauh lebih tinggi dibandingkan masyarakat umum akibat kombinasi faktor individu, lingkungan, dan kondisi selama menjalani pidana (Emilian et al., 2025). Laporan terbaru WHO juga menunjukkan bahwa sekitar sepertiga populasi penjara mengalami gangguan kesehatan mental sehingga diperlukan pendekatan pelayanan kesehatan mental yang komprehensif, berkesinambungan, dan berbasis hak asasi manusia selama menjalani masa pidana (WHO, 2025).

Di Indonesia, permasalahan kesehatan mental Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) semakin kompleks seiring meningkatnya jumlah penghuni lembaga pemasyarakatan yang tidak sebanding dengan kapasitas hunian. Data Kementerian Imigrasi dan Pemasyarakatan menunjukkan bahwa pada Januari 2025 terdapat 273.130 warga binaan yang menghuni fasilitas dengan kapasitas hanya 146.053 orang, sehingga tingkat *overcrowding* mencapai sekitar 87% (Kementerian Imigrasi dan Pemasyarakatan Republik Indonesia, 2025). Kondisi tersebut menyebabkan sebagian besar lembaga pemasyarakatan mengalami kelebihan kapasitas yang berdampak pada keterbatasan ruang gerak, menurunnya kualitas lingkungan hunian, meningkatnya konflik antar penghuni, terbatasnya akses pelayanan kesehatan, serta tingginya beban kerja petugas pemasyarakatan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *overcrowding* merupakan faktor risiko penting yang berkontribusi terhadap meningkatnya stres psikologis, depresi, kecemasan, perilaku agresif, penularan penyakit, serta menurunnya kualitas hidup dan

kesehatan mental warga binaan (Aon et al., 2025; Ndindeng, 2024; Favril et al., 2024). Selain itu, kondisi hunian yang melebihi kapasitas juga menyulitkan penyelenggaraan layanan kesehatan mental yang efektif karena keterbatasan sumber daya, ruang pelayanan, dan tenaga kesehatan, sehingga memperbesar kesenjangan pelayanan kesehatan di lembaga pemasyarakatan (Young et al., 2025).

Kelompok WBP kasus narkoba memiliki kerentanan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan narapidana pada kasus pidana lainnya. Selain menjalani hukuman pidana, mereka harus menghadapi proses penghentian penggunaan zat adiktif, gejala putus zat (*withdrawal syndrome*), mengikuti program rehabilitasi, serta menghadapi stigma sosial yang masih kuat terhadap penyalahgunaan narkoba. Kombinasi antara ketergantungan zat, tekanan lingkungan pemasyarakatan, keterbatasan dukungan keluarga, serta ketidakpastian kehidupan setelah bebas menjadi faktor yang meningkatkan risiko stres selama menjalani pembinaan (Favril et al., 2024; Edge & Hayward, 2024).

Penelitian menunjukkan bahwa individu dengan gangguan penggunaan zat (*substance use disorder*) memiliki prevalensi gangguan depresi, kecemasan, dan gangguan psikologis lainnya yang lebih tinggi dibandingkan populasi umum, terutama ketika berada dalam lingkungan yang penuh tekanan seperti lembaga pemasyarakatan (Young et al., 2025; Macdonald et al., 2024). Apabila kondisi tersebut tidak teridentifikasi dan ditangani secara dini, stres dapat berkembang menjadi depresi, kecemasan, perilaku agresif, penyalahgunaan obat secara ilegal di dalam lembaga pemasyarakatan, hingga meningkatkan risiko bunuh diri. Risiko bunuh diri pada populasi narapidana diketahui beberapa kali lebih tinggi dibandingkan populasi umum, dengan gangguan penggunaan zat dan gangguan mental sebagai faktor risiko utama (Favril et al., 2024; Mundt et al., 2024).

Penelitian di Indonesia mengenai kesehatan mental WBP masih didominasi oleh kajian mengenai depresi, kecemasan, kualitas hidup, penyalahgunaan narkoba, maupun efektivitas intervensi psikososial. Penelitian yang secara komprehensif menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi tingkat stres pada WBP di lembaga pemasyarakatan khusus narkoba masih sangat terbatas. Sebagian besar penelitian menggunakan satu atau dua variabel prediktor sehingga belum mampu menggambarkan hubungan multidimensional antara karakteristik individu, faktor sosial, dan lingkungan pemasyarakatan terhadap tingkat stres. Selain itu, belum ditemukan penelitian yang secara khusus mengkaji determinan tingkat stres pada Warga Binaan Pemasyarakatan di Lapas Narkoba Kelas IIA Pamekasan yang memiliki karakteristik sosial budaya masyarakat Madura, pola pembinaan, serta komposisi penghuni yang berbeda dengan lembaga pemasyarakatan di wilayah lain. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi tingkat stres Warga Binaan Pemasyarakatan di Lapas Narkoba Kelas IIA Pamekasan. Hasil penelitian diharapkan mampu memberikan bukti ilmiah sebagai dasar penyusunan kebijakan pelayanan kesehatan mental, pengembangan program keperawatan jiwa dan rehabilitasi psikososial, penyusunan strategi pembinaan berbasis faktor risiko, serta memperkuat upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis WBP selama menjalani masa pembinaan.

2. Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain analitik observasional menggunakan pendekatan cross-sectional, yaitu pengukuran variabel independen dan variabel dependen dilakukan pada waktu yang sama. Pendekatan ini dipilih untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Narkoba Kelas IIA Pamekasan. Desain *cross-sectional* banyak digunakan dalam penelitian mengenai kesehatan mental narapidana karena mampu menggambarkan hubungan antara berbagai faktor risiko dengan kondisi psikologis responden secara efisien.

Penelitian dilaksanakan di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan pada tahun 2026. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling* yakni seluruh Warga Binaan Pemasyarakatan kasus narkotika yang sedang menjalani masa pidana di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan sebanyak 69 orang dan memenuhi kriteria inklusi. Kriteria inklusi meliputi WBP berusia ≥ 18 tahun, mampu berkomunikasi dengan baik, dapat membaca dan menulis, bersedia menjadi responden dengan menandatangani *informed consent*, serta tidak sedang mengalami gangguan psikiatri berat yang menghambat proses pengisian kuesioner. WBP yang sedang menjalani isolasi, mengalami kondisi medis berat, atau menolak berpartisipasi dikeluarkan dari penelitian. Penelitian ini telah melalui uji etik dengan nomor 162/KEPK/V/2026.

Alat yang digunakan dalam pengumpulan data penelitian ini menggunakan kuesioner yang diisi oleh responden. Kuesioner yang dibagikan merupakan jenis instrumen kuesioner *closeended question* dengan jumlah pertanyaan sebanyak 10 soal dengan menggunakan kuesioner PSS (*Perceived Stres Scale*) yang dikembangkan oleh Sheldon Cohen (1983) dengan pembagian kategori skor 0 – 13 (ringan), 14 – 26 (sedang), dan 27 – 40 (berat). Pada analisis univariat bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Selanjutnya dilakukan analisis bivariat untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen, yaitu tingkat stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP). Hubungan antarvariabel kategorik dianalisis menggunakan uji *Mann-Whitney U* dan *Kruskal-Wallis*. Tingkat kemaknaan statistik ditetapkan pada nilai $p < 0,05$ dengan tingkat kepercayaan 95%.

Analisis multivariat dilakukan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang paling berhubungan dengan tingkat stres WBP. Karena variabel dependen berupa tingkat stres yang dikategorikan menjadi beberapa tingkat (misalnya ringan, sedang, dan berat), analisis multivariat dilakukan menggunakan regresi logistik ordinal (*Ordinal Logistic Regression*). Hasil analisis disajikan dalam bentuk koefisien regresi, *odds ratio* (OR), interval kepercayaan 95% (*95% confidence interval*), serta nilai p . Variabel dinyatakan berhubungan secara signifikan apabila memiliki nilai $p < 0,05$.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Tabel 1. Hasil Analisis Univariat

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
Dewasa	46	66,7
Lansia	23	33,3
Total	69	100
Pekerjaan		
Tidak bekerja	1	1,4
Wiraswasta	47	68,1
Petani	21	30,4
Total	69	100
Status Pernikahan		
Belum Menikah	15	21,7
Menikah	24	34,8
Ceraai	30	43,5
Total	69	100

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Tingkat Pendidikan		
Tidak Sekolah	13	18,8
SD	13	18,8
SMP	17	24,6
SMA	18	26,1
Pendidikan Tinggi	8	11,6
Total	69	100
Tingkat Stres		
Ringan	1	1,4
Sedang	35	50,7
Berat	33	47,8
Total	69	100

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa dari total 69 responden, sebagian besar responden berada pada kategori usia dewasa, yaitu sebanyak 46 orang (66,7%), sedangkan responden yang termasuk kategori lansia berjumlah 23 orang (33,3%). Berdasarkan karakteristik pekerjaan sebelum menjalani masa pidana, sebagian besar responden bekerja sebagai wiraswasta, yaitu sebanyak 47 orang (68,1%), diikuti oleh petani sebanyak 21 orang (30,4%), sedangkan responden yang tidak bekerja hanya 1 orang (1,4%). Ditinjau dari status pernikahan, responden terbanyak berstatus cerai, yaitu 30 orang (43,5%), kemudian menikah sebanyak 24 orang (34,8%), dan belum menikah sebanyak 15 orang (21,7%).

Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan SMA, yaitu 18 orang (26,1%), diikuti SMP sebanyak 17 orang (24,6%), sedangkan responden dengan pendidikan tidak sekolah dan SD masing-masing berjumlah 13 orang (18,8%). Responden dengan tingkat pendidikan tinggi merupakan kelompok paling sedikit, yaitu 8 orang (11,6%). Berdasarkan tingkat stres, sebagian besar responden mengalami stres sedang, yaitu sebanyak 35 orang (50,7%), sedangkan responden yang mengalami stres berat berjumlah 33 orang (47,8%). Hanya 1 orang (1,4%) yang mengalami stres ringan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hampir seluruh Warga Binaan Pemasyarakatan di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan mengalami tingkat stres pada kategori sedang hingga berat, dengan proporsi terbesar berada pada kategori stres sedang.

Tabel 2. Hasil Uji Bivariat

Variabel	Uji Statistik	p-value	Keterangan
Usia	Mann–Whitney U	0,936	Tidak signifikan
Pekerjaan	Kruskal–Wallis	0,578	Tidak signifikan
Status Pernikahan	Kruskal–Wallis	<0,001	Signifikan
Tingkat Pendidikan	Kruskal–Wallis	0,001	Signifikan

Berdasarkan hasil uji Mann–Whitney U, diperoleh nilai $p = 0,936$ ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat stres yang bermakna berdasarkan kelompok usia Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan. Selanjutnya, hasil uji Kruskal–Wallis pada variabel pekerjaan menunjukkan nilai $p = 0,578$ ($p > 0,05$).

Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan berdasarkan jenis pekerjaan responden sebelum menjalani masa pidana. Pada variabel status pernikahan, hasil uji Kruskal–Wallis menunjukkan nilai $p < 0,001$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan berdasarkan status pernikahan WBP. Sementara itu, hasil uji Kruskal–Wallis pada variabel tingkat pendidikan memperoleh nilai p

= 0,001, yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan berdasarkan tingkat pendidikan responden.

Tabel 3. Hasil Uji Multivariat Pengaruh Variabel Independen Terhadap Variabel Dependen

Variabel	Koefisien (B)	p-value	OR (Exp(B))	95% CI
Usia	-0,101	0,89	0,90	0,22 – 3,78
Pekerjaan				
Tidak bekerja*			1,00	Ref
Wiraswasta	0,37	0,92	1,45	0,01 – 2,66
Petani	0,03	0,99	1,03	0,01 – 9,33
Status Pernikahan				
Belum Menikah*			1,00	Ref
Menikah	4,85	0,001	27,74	7,11 – 10,94
Ceraai	2,13	0,07	8,41	0,84 – 8,28
Tingkat Pendidikan				
Tidak Sekolah*			1,00	Ref
SD	1,38	0,28	3,97	0,33 – 5,60
SMP	2,03	0,11	7,61	0,63 – 9,80
SMA	2,39	0,09	10,91	0,69 – 7,95
Diploma dan diatasnya	2,73	0,06	15,33	0,89 – 6,74

*kategori referensi

Tabel 3 menunjukkan hasil analisis multivariat menggunakan regresi logistik untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat stres warga binaan kasus narkoba di lembaga pemasyarakatan. Variabel yang dianalisis meliputi usia, pekerjaan, status pernikahan, dan tingkat pendidikan. Berdasarkan hasil analisis, hanya variabel status pernikahan kategori menikah yang memiliki hubungan signifikan dengan tingkat stres ($p < 0,05$), sedangkan variabel lainnya tidak menunjukkan hubungan yang bermakna secara statistik.

Variabel usia memiliki nilai koefisien regresi (B) sebesar -0,101 dengan nilai p sebesar 0,89. Nilai OR sebesar 0,90 (95% CI: 0,22–3,78) menunjukkan bahwa semakin bertambah usia maka kecenderungan mengalami tingkat stres yang lebih tinggi sedikit menurun. Namun, karena nilai p lebih besar dari 0,05 serta rentang interval kepercayaan melewati angka 1, maka hubungan antara usia dan tingkat stres tidak signifikan secara statistik. Hal ini menunjukkan bahwa usia bukan merupakan faktor yang berpengaruh terhadap tingkat stres warga binaan dalam penelitian ini.

Pada variabel pekerjaan, kategori tidak bekerja digunakan sebagai kelompok referensi. Warga binaan yang sebelumnya bekerja sebagai wiraswasta memiliki OR sebesar 1,45 (95% CI: 0,01–2,66; $p = 0,92$), sedangkan warga binaan yang bekerja sebagai petani memiliki OR sebesar 1,03 (95% CI: 0,01–9,33; $p = 0,99$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa baik wiraswasta maupun petani memiliki peluang yang hampir sama untuk mengalami tingkat stres dibandingkan kelompok yang tidak bekerja. Nilai p yang jauh di atas tingkat kemaknaan ($\alpha = 0,05$) menunjukkan bahwa pekerjaan tidak berhubungan secara signifikan dengan tingkat stres warga binaan kasus narkoba.

Variabel status pernikahan menunjukkan hasil yang berbeda dibandingkan variabel lainnya. Kelompok belum menikah digunakan sebagai kategori referensi. Responden yang berstatus menikah memiliki koefisien regresi sebesar 4,85 dengan nilai $p = 0,001$, OR sebesar 27,74 dan 95% CI sebesar 7,11–10,94. Hasil ini menunjukkan bahwa warga binaan yang telah menikah memiliki peluang sekitar 27,74 kali lebih besar mengalami tingkat stres dibandingkan warga binaan yang belum menikah setelah dikontrol oleh variabel lain dalam model. Karena nilai p kurang dari 0,05 dan interval kepercayaan tidak melewati angka 1, maka status menikah merupakan faktor yang berhubungan signifikan dengan tingkat stres. Temuan ini

mengindikasikan bahwa tanggung jawab terhadap pasangan dan keluarga serta kekhawatiran mengenai kondisi keluarga selama menjalani masa pidana dapat menjadi sumber tekanan psikologis yang meningkatkan tingkat stres warga binaan.

Sementara itu, warga binaan yang berstatus cerai memiliki OR sebesar 8,41 (95% CI: 0,84–8,28) dengan nilai $p=0,07$. Meskipun menunjukkan kecenderungan memiliki risiko stres yang lebih tinggi dibandingkan kelompok belum menikah, hasil tersebut belum mencapai tingkat signifikansi statistik karena nilai p masih lebih besar dari 0,05 dan interval kepercayaan masih mencakup angka 1.

Pada variabel tingkat pendidikan, kategori tidak sekolah digunakan sebagai referensi. Warga binaan dengan pendidikan SD memiliki OR sebesar 3,97 (95% CI: 0,33–5,60; $p=0,28$), pendidikan SMP memiliki OR sebesar 7,61 (95% CI: 0,63–9,80; $p=0,11$), pendidikan SMA memiliki OR sebesar 10,91 (95% CI: 0,69–7,95; $p=0,09$), dan pendidikan diploma atau lebih tinggi memiliki OR sebesar 15,33 (95% CI: 0,89–6,74; $p=0,06$). Meskipun seluruh kategori menunjukkan kecenderungan peningkatan odds ratio dibandingkan kelompok tidak sekolah, tidak ada satu pun yang memiliki nilai p kurang dari 0,05. Dengan demikian, tingkat pendidikan tidak terbukti berhubungan secara signifikan dengan tingkat stres warga binaan dalam model multivariat. Namun demikian, terdapat kecenderungan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin besar peluang mengalami stres, yang kemungkinan berkaitan dengan meningkatnya pemahaman individu terhadap konsekuensi sosial, ekonomi, dan keluarga akibat masa hukuman yang dijalani.

Pembahasan

Hubungan Usia dengan Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat stres berdasarkan usia Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan ($p = 0,936$). Hasil ini menunjukkan bahwa usia bukan merupakan faktor yang membedakan tingkat stres responden selama menjalani masa pidana. Baik WBP yang berada pada kelompok usia dewasa maupun lansia memiliki peluang yang relatif sama untuk mengalami stres akibat berbagai tekanan yang muncul selama menjalani pembinaan di lembaga pemasyarakatan. Kondisi tersebut dapat dijelaskan karena sumber stres utama yang dialami WBP lebih banyak dipengaruhi oleh faktor lingkungan pemasyarakatan, seperti hilangnya kebebasan, keterpisahan dari keluarga, keterbatasan aktivitas, kepadatan hunian, serta ketidakpastian masa depan, dibandingkan oleh faktor usia. Lingkungan pemasyarakatan merupakan stresor yang dirasakan hampir oleh seluruh penghuni sehingga dapat menimbulkan tingkat stres yang relatif serupa pada berbagai kelompok usia (Favril et al., 2024).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Edge dan Hayward (2024) yang menyatakan bahwa tingginya prevalensi gangguan kesehatan mental pada narapidana lebih banyak dipengaruhi oleh pengalaman selama menjalani pidana, riwayat gangguan mental, serta kondisi lingkungan lembaga pemasyarakatan dibandingkan karakteristik demografis seperti usia. Demikian pula penelitian Young et al. (2025) menunjukkan bahwa faktor lingkungan dan pengalaman traumatis selama menjalani pidana memiliki kontribusi yang lebih besar terhadap masalah kesehatan mental dibandingkan karakteristik usia. Namun demikian, beberapa penelitian lain menunjukkan hasil yang berbeda. Mundt et al. (2024) melaporkan bahwa usia muda cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan psikologis dan perilaku menyakiti diri di penjara. Perbedaan hasil tersebut kemungkinan disebabkan oleh karakteristik populasi, sistem pemasyarakatan, maupun kondisi sosial budaya yang berbeda dengan penelitian ini.

Hubungan Pekerjaan dengan Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan

Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat stres berdasarkan pekerjaan responden sebelum menjalani masa pidana ($p = 0,578$). Hal ini mengindikasikan

bahwa jenis pekerjaan sebelum menjadi WBP tidak lagi menjadi faktor yang berhubungan dengan kondisi psikologis selama menjalani pembinaan. Selama menjalani masa pidana, seluruh WBP berada dalam lingkungan yang sama dengan aturan, aktivitas, dan pembatasan yang serupa. Kondisi tersebut menyebabkan status pekerjaan sebelum dipidana menjadi kurang berpengaruh terhadap tingkat stres dibandingkan pengalaman selama berada di dalam lembaga pemasyarakatan. Faktor-faktor seperti kepadatan hunian (*overcrowding*), keterbatasan interaksi dengan keluarga, dan adaptasi terhadap kehidupan penjara lebih berperan dalam memengaruhi kondisi psikologis WBP (Ndindeng, 2024)

Temuan ini sejalan dengan Favril et al. (2024) yang menyatakan bahwa kondisi kesehatan mental narapidana lebih banyak dipengaruhi oleh faktor lingkungan pemasyarakatan dibandingkan karakteristik sosial ekonomi sebelum menjalani pidana. Selain itu, WHO (2025) menegaskan bahwa berbagai tekanan selama masa penahanan merupakan determinan utama terjadinya gangguan kesehatan mental pada populasi penjara.

Hubungan Status Pernikahan dengan Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat stres berdasarkan status pernikahan ($p < 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa status pernikahan merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan kondisi psikologis WBP selama menjalani masa pidana. Status pernikahan berkaitan erat dengan keberadaan dukungan sosial dan emosional yang diterima seseorang. WBP yang masih memiliki hubungan keluarga yang baik cenderung memperoleh dukungan emosional, perhatian, serta motivasi untuk menjalani masa pembinaan. Sebaliknya, WBP yang mengalami perceraian atau kehilangan dukungan pasangan lebih rentan mengalami stres akibat berkurangnya sumber dukungan sosial serta meningkatnya kekhawatiran terhadap kondisi keluarga selama menjalani pidana.

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor protektif yang mampu menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi tekanan psikologis. Menurut Acoba (2024), dukungan sosial berfungsi sebagai *stress-buffering*, yaitu mengurangi dampak negatif stres melalui bantuan emosional, informasi, maupun dukungan instrumental. Pada populasi narapidana, hubungan yang tetap terjalin dengan keluarga juga terbukti mampu menurunkan gejala depresi, kecemasan, serta meningkatkan keberhasilan proses rehabilitasi (Edge & Hayward, 2024). Penelitian Fahmy dan Testa (2025) menunjukkan bahwa narapidana yang memperoleh kunjungan keluarga secara rutin memiliki kondisi psikologis yang lebih baik dibandingkan mereka yang memiliki hubungan keluarga yang terbatas. Oleh karena itu, penguatan dukungan keluarga selama masa pembinaan perlu menjadi bagian dari program pembinaan di lembaga pemasyarakatan.

Hubungan Tingkat Pendidikan dengan Tingkat Stres Warga Binaan Pemasyarakatan

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat stres berdasarkan tingkat pendidikan ($p = 0,001$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa pendidikan merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan kemampuan individu dalam menghadapi tekanan psikologis selama menjalani masa pidana. Secara teoritis, individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi umumnya memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memahami informasi, mengembangkan strategi pemecahan masalah, serta menerapkan mekanisme koping yang adaptif ketika menghadapi situasi yang menekan. Sebaliknya, individu dengan pendidikan yang lebih rendah cenderung memiliki keterbatasan dalam mengakses informasi kesehatan, mengelola emosi, dan memilih strategi koping yang efektif sehingga lebih rentan mengalami stres.

Menurut teori transaksi stres yang dikembangkan oleh Lazarus dan Folkman (1984), tingkat stres dipengaruhi oleh proses penilaian (*cognitive appraisal*) terhadap situasi yang dihadapi dan kemampuan individu dalam mengelola sumber daya yang dimiliki. Pendidikan

merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan kemampuan penilaian tersebut sehingga memengaruhi respons terhadap stres. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Favril et al. (2024) yang menyatakan bahwa karakteristik individu, termasuk tingkat pendidikan, berperan dalam menentukan kemampuan adaptasi narapidana terhadap lingkungan pemasyarakatan. Penelitian Young et al. (2025) juga menunjukkan bahwa rendahnya kemampuan coping dan literasi kesehatan berhubungan dengan meningkatnya risiko gangguan kesehatan mental pada populasi penjara.

Hubungan Variabel Independen dengan Variabel Dependen

Hasil analisis regresi logistik ordinal menunjukkan bahwa status pernikahan merupakan satu-satunya variabel yang berhubungan secara signifikan terhadap tingkat stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan setelah dilakukan pengendalian terhadap variabel usia, pekerjaan, dan tingkat pendidikan. Pada salah satu kategori status pernikahan diperoleh koefisien regresi sebesar $B = 4,858$ dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa status pernikahan merupakan faktor independen yang berkaitan dengan tingkat stres WBP, sedangkan usia, pekerjaan, dan tingkat pendidikan tidak lagi menunjukkan pengaruh yang bermakna setelah dianalisis secara simultan dalam model regresi logistik.

Temuan ini menunjukkan bahwa aspek dukungan sosial yang berkaitan dengan status pernikahan memiliki peran yang lebih besar dalam memengaruhi kondisi psikologis WBP dibandingkan karakteristik demografis lainnya. Selama menjalani masa pidana, WBP menghadapi berbagai tekanan psikososial, seperti kehilangan kebebasan, keterbatasan interaksi sosial, kekhawatiran terhadap keluarga, serta ketidakpastian kehidupan setelah bebas. Dalam kondisi tersebut, keberadaan pasangan dan hubungan keluarga yang tetap terjaga dapat menjadi sumber dukungan emosional yang penting untuk mengurangi tekanan psikologis. Sebaliknya, WBP yang mengalami konflik rumah tangga, kehilangan dukungan pasangan, perceraian, atau keterpisahan yang berkepanjangan dengan keluarga cenderung lebih rentan mengalami stres akibat meningkatnya perasaan kesepian dan isolasi sosial.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Machado et al. (2024) yang menjelaskan bahwa pemenjaraan memberikan dampak signifikan terhadap kesehatan mental narapidana, terutama melalui berkurangnya dukungan sosial dan gangguan hubungan interpersonal yang dapat meningkatkan risiko gangguan psikologis, termasuk stres dan kecemasan. Selain itu, penelitian Bather et al. (2024) menemukan bahwa status pernikahan dan hubungan keluarga merupakan faktor penting dalam kesejahteraan psikologis individu yang pernah menjalani masa penahanan. Hubungan keluarga yang baik mampu menurunkan tekanan psikososial dan meningkatkan kemampuan adaptasi individu terhadap berbagai stresor yang dihadapi.

Temuan ini juga didukung oleh penelitian McLennan et al. (2025) yang menunjukkan bahwa dukungan keluarga selama masa penahanan berperan penting dalam menjaga kesehatan mental individu yang menjalani hukuman. Dukungan sosial dari keluarga terbukti membantu mengurangi tekanan psikologis, memperkuat mekanisme coping, serta meningkatkan harapan selama menjalani masa pidana. Penelitian lain mengenai stresor psikologis pada narapidana juga menunjukkan bahwa keterpisahan dengan keluarga dan keterbatasan kontak sosial merupakan salah satu sumber stres utama yang dialami penghuni lembaga pemasyarakatan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Stress Buffering Hypothesis yang dikemukakan oleh Cohen dan Wills (1985). Teori tersebut menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat berfungsi sebagai *buffer* terhadap stres, yaitu mengurangi dampak negatif dari peristiwa yang menekan melalui dukungan emosional, penghargaan, informasi, maupun bantuan instrumental. Pada populasi narapidana, dukungan dari pasangan dan keluarga berkontribusi terhadap kemampuan individu dalam beradaptasi dengan kehidupan di lembaga pemasyarakatan sehingga mampu menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat dijelaskan menggunakan teori Transactional Model of Stress and Coping yang dikembangkan oleh Lazarus dan Folkman (1984). Menurut teori ini, tingkat stres tidak hanya dipengaruhi oleh adanya stresor, tetapi juga oleh proses penilaian (*cognitive appraisal*) dan sumber daya yang dimiliki individu untuk mengatasinya. Dukungan pasangan dan keluarga merupakan salah satu sumber daya eksternal yang dapat meningkatkan kemampuan coping sehingga individu lebih mampu menghadapi berbagai tekanan selama menjalani masa pidana.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Edge dan Hayward (2024) yang menyatakan bahwa faktor sosial, terutama dukungan keluarga, merupakan determinan penting kesehatan mental narapidana. Individu yang memiliki hubungan keluarga yang baik cenderung memiliki risiko lebih rendah mengalami depresi, kecemasan, maupun stres selama menjalani hukuman. Demikian pula World Health Organization (2025) menegaskan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor protektif utama dalam menjaga kesehatan mental populasi rentan, termasuk warga binaan pemasyarakatan.

Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa kunjungan keluarga dan komunikasi yang terjaga selama menjalani masa pidana berhubungan dengan kondisi psikologis yang lebih baik serta meningkatkan keberhasilan proses rehabilitasi dan reintegrasi sosial setelah bebas. Penelitian yang dilakukan oleh Fahmy dan Testa (2025) menemukan bahwa narapidana yang memperoleh kunjungan keluarga secara rutin memiliki tingkat penyesuaian yang lebih baik selama menjalani pidana dan risiko pelanggaran disiplin yang lebih rendah. Sementara itu, Kairu et al. (2026) melaporkan bahwa hubungan keluarga yang positif berhubungan dengan menurunnya gejala depresi, kecemasan, dan stres pada penghuni lembaga pemasyarakatan.

Dalam penelitian ini, usia, pekerjaan, dan tingkat pendidikan tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan setelah dilakukan analisis multivariat. Hal ini mengindikasikan bahwa pengaruh ketiga variabel tersebut terhadap tingkat stres kemungkinan telah dipengaruhi atau dimediasi oleh faktor lain yang tidak diteliti, seperti lama masa pidana, tingkat ketergantungan narkoba, kualitas dukungan keluarga, kondisi kesehatan mental sebelum menjalani pidana, pengalaman rehabilitasi, mekanisme coping, serta kondisi lingkungan hunian di lembaga pemasyarakatan. Dengan demikian, status pernikahan muncul sebagai faktor yang paling dominan dalam model penelitian ini.

Temuan ini memiliki implikasi praktis bagi pengelola Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan. Program pembinaan tidak hanya perlu berfokus pada rehabilitasi penyalahgunaan narkoba, tetapi juga perlu memperkuat aspek dukungan keluarga melalui peningkatan kualitas layanan kunjungan, konseling keluarga, komunikasi jarak jauh, serta program pembinaan berbasis keluarga. Upaya tersebut diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis WBP, menurunkan tingkat stres selama menjalani masa pidana, serta mendukung keberhasilan proses reintegrasi sosial setelah bebas.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai faktor-faktor yang memengaruhi tingkat stres Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia dewasa, bekerja sebagai wiraswasta sebelum menjalani masa pidana, berstatus cerai, dan memiliki tingkat pendidikan SMA. Berdasarkan tingkat stres, mayoritas responden mengalami stres pada kategori sedang, diikuti kategori berat, sedangkan hanya sebagian kecil yang mengalami stres ringan. Temuan ini menunjukkan bahwa hampir seluruh WBP mengalami tingkat stres yang memerlukan perhatian selama menjalani masa pembinaan.

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa usia dan pekerjaan tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat stres WBP. Sebaliknya, status pernikahan dan tingkat pendidikan menunjukkan hubungan yang signifikan dengan tingkat stres. Temuan

tersebut mengindikasikan bahwa faktor sosial dan karakteristik individu tertentu memiliki keterkaitan dengan kondisi psikologis WBP selama menjalani masa pidana. Selanjutnya, hasil analisis multivariat menggunakan regresi logistik ordinal menunjukkan bahwa setelah dilakukan pengendalian terhadap variabel usia, pekerjaan, dan tingkat pendidikan, hanya status pernikahan yang tetap berhubungan secara signifikan terhadap tingkat stres WBP. Hal ini menunjukkan bahwa status pernikahan merupakan faktor yang paling dominan memengaruhi tingkat stres pada Warga Binaan Pemasyarakatan di Lapas Narkotika Kelas IIA Pamekasan. Keberadaan pasangan dan dukungan keluarga diduga menjadi salah satu sumber dukungan sosial yang berperan penting dalam membantu WBP menghadapi tekanan psikologis selama menjalani masa pidana.

Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa status pernikahan merupakan faktor yang paling berhubungan dengan tingkat stres WBP, sedangkan usia, pekerjaan, dan tingkat pendidikan tidak menunjukkan pengaruh yang bermakna setelah dianalisis secara bersama-sama dalam model regresi. Oleh karena itu, upaya peningkatan kesehatan mental di lingkungan lembaga pemasyarakatan perlu diarahkan pada penguatan dukungan sosial dan keluarga, antara lain melalui optimalisasi layanan kunjungan, konseling keluarga, pembinaan berbasis keluarga, serta program pendampingan psikologis bagi WBP. Intervensi tersebut diharapkan dapat membantu menurunkan tingkat stres, meningkatkan kemampuan adaptasi WBP selama menjalani masa pidana, dan mendukung keberhasilan proses rehabilitasi serta reintegrasi sosial setelah bebas.

Acknowledgments

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu menyelesaikan penelitian ini sehingga selesai dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Acoba, E. F. (2024). Social support and mental health: The mediating role of perceived stress. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330720>
- Young, L., Trinidad, A., & Azabal-Gallego, M. (2025). PTSD prevalence in US prisons: A systematic review and meta-analysis. *European Journal of Psychology Applied to Legal Context*, 17(2), 73–87. <https://doi.org/10.5093/ejpalc2025a7>
- Bather, J. R., McSorley, A. M. M., Rhodes-Bratton, B., Cuevas, A. G., Rouhani, S., Nafiu, R. T., Harris, A., & Goodman, M. S. (2024). *Love after lockup: Examining the role of marriage, social status, and financial stress among formerly incarcerated individuals*. *Health & Justice*, 12(1), 7.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385–396. <https://doi.org/10.2307/2136404>
- Machado, N., Abreo, L., Petkari, E., & Pinto da Costa, M. (2024). The relationship of social contacts with prisoners' mental health: A systematic review. *Public Health*, 234, 199–216. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2024.06.013>
- Edge, C., & Hayward, A. (2024). Inequalities in physical and mental health among people in prison. *The Lancet Public Health*, 9(4), e214–e215.

- Emilian, C., Al-Juffali, N., & Fazel, S. (2025). *Prevalence of severe mental illness among people in prison across 43 countries: A systematic review and meta-analysis*. *The Lancet Public Health*, 10(2), e97–e110.
- Favril, L., Rich, J. D., Hard, J., & Fazel, S. (2024). Mental and physical health morbidity among people in prisons: An umbrella review. *The Lancet Public Health*, 9(4), e250–e260. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(24\)00023-9](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(24)00023-9)
- Kairu, A., Dyson, J., Breen, D., Skinner, J., Jarrett, M., & Brooke, J. (2026). Experiences of prisoners living with mental health conditions and seeking or receiving mental health support in prisons: An integrative review. *Criminal Behaviour and Mental Health*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1002/cbm.70046>
- Kementerian Imigrasi dan Pemasarakatan Republik Indonesia. (2025). *Sistem Database Pemasarakatan (SDP): Data Hunian Pemasarakatan Tahun 2025*.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer.
- Macdonald, C., Macpherson, G., Leppan, O., Tran, L. T., Cunningham, E. B., Hajarizadeh, B., et al. (2024). *Interventions to reduce harms related to drug use among people who experience incarceration: Systematic review and meta-analysis*. *The Lancet Public Health*, 9(9), e684–e699.
- Aon, M., Oberconz, S., & Brasholt, M. (2025). The association between health and prison overcrowding, a scoping review. *BMC Public Health*, 25, 2218. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-23340-9>
- McLennan, S., Meyer, L., Wangmo, T., Gaab, J., Elger, B., & Seaward, H. (2025). *Psychological stressors of imprisonment and coping of older incarcerated persons: A qualitative interview study*. *BMC Public Health*, 25, 328.
- Ndindeng, A. N. (2024). *Mental health and well-being in prisons and places of detention*. *International Journal of Prison Health*, 21(3), 363–381.
- Fahmy, C., & Testa, A. (2025). Family social support during incarceration: Implications for health upon release. *Scientific Reports*, 15, 27716. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-11274-6>
- World Health Organization Regional Office for Europe. (2025). *Mental health and well-being in prisons and other detention centres: Report of the International Prison Health Conference, Amsterdam, Netherlands, 18–19 April 2024*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe
- World Health Organization. (2025). *World mental health today: Latest data*. Geneva: World Health Organization.
- Mundt, A. P., Cifuentes-Gramajo, P. A., Baranyi, G., & Fazel, S. (2024). Worldwide incidence of suicides in prison: A systematic review with meta-regression analyses. *The Lancet Psychiatry*, 11(7), 536–544. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(24\)00134-2](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(24)00134-2)