

## **BAB V** **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai kecemasan dalam menghadapi masa bebas pada narapidana anak, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Faktor penyebab kecemasan dalam menghadapi masa bebas
  - a. Dalam menghadapi lingkungan keluarga menjelang masa bebas, subjek YN merasa bersalah atas kematian ayahnya, sehingga YN takut untuk kembali pada keluarganya. Sedangkan subjek MS, merasa cemas karena adanya ketidakpedulian dari orangtuanya, sementara subjek SR, merasa malu terhadap saudara-saudaranya, sehingga SR takut jika akan dapat cibiran dari saudara-saudaranya.
  - b. Dalam menghadapi lingkungan masyarakat menjelang masa bebas, subjek YN, cenderung merasa takut akan masa depannya nanti. YN takut tidak akan dipercaya lagi sehingga akan membuatnya sulit untuk mencari pekerjaan. Sedangkan subjek MS merasa malu dan minder untuk kembali pada lingkungan masyarakatnya. Sementara subjek SR, merasa cemas akan cibiran dari tetangga-tetangganya, sehingga akan sulit untuk bersosialisasi kembali dengan mereka.
2. Dampak kecemasan dalam menghadapi masa bebas
  - a. Dampak simtom suasana hati merupakan kecemasan yang berupa perasaan akan adanya suatu hukuman yang mengancam, sehingga akan menimbulkan perasaan tidak tenang pada diri subjek. Ketiga subjek

mengalami kegelisahan dalam hatinya, sehingga menyebabkan ketiga subjek sulit untuk tidur. Jika YN mengatasinya dengan bermain kartu dengan teman-temannya, MS lebih cenderung untuk menyendiri. Sedangkan SR menjadi mudah marah.

- b. Dampak simton kognitif merupakan suatu dampak kecemasan yang dapat menimbulkan kekhawatiran terhadap hal-hal tidak menyenangkan yang mungkin terjadi, sehingga membuat subjek sering tidak bekerja secara optimal. Seperti yang dialami oleh Subjek YN, yang sering tidur pada tengah malam sehingga pada saat beraktifitas dikeesokan harinya, membuatnya membuatnya sering terdidur ketika berada didalam kelas, dan sering tidak mengerjakan tugas. Selain itu, YN juga terlihat tidak bersemangat dalam berbagai aktifitas dan kegiatan yang dilakukannya. Sama seperti YN, subjek MS juga tidak pernah memperhatikan ketika berada didalam kelas. Tetapi MS lebih sering tidak mengikuti pelajaran didalam kelas. Begitu pula dengan subjek SR, sulit dalam menangkap apa yang disampaikan oleh gurunya
- c. Dampak simtom motorik merupakan gambaran dari rangsangan kognitif. Subjek YN sering memukul-mukul atau melempar benda-benda yang ada disekitarnya. Sedangkan subjek MS, sering menendang-nendang temannya. Begitu pula dengan subjek SR, ketrampilan yang dibuatnya tidak bisa mencapai hasil yang maksimal sehingga sering merusak pekerjaannya sendiri.

## **B. Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan informasi yang telah diperoleh, maka pada kesempatan ini peneliti dapat memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian dijumpai bahwa anak-anak narapidana mengalami kecemasan menjelang masa bebas untuk itu diperlukan layanan psikologis untuk mereka dalam menghadapi masa bebasnya nanti. Menjelang masa bebas narapidana anak masuk pada proses asimilasi, diharapkan pada proses asimilasi anak lebih diberikan kebebasan agar mereka mulai beradaptasi dan bersosialisasi dengan masyarakat.
2. Kepada orang tua diharapkan frekuensi kunjungan lebih sering sehingga memberikan kenyamanan dan perasaan senang bagi napi anak menjelang masa bebas dan memberikan kesan bahwa mereka sudah siap diterima kembali ketengah-tengah keluarga.

Kunjungan ini merupakan bentuk empati, meskipun anak berada di dalam LP, narapidana anak tetap merasakan perhatian yang diberikan oleh orangtuanya. Sehingga diharapkan ketika bebas nanti anak akan menjadi lebih dekat lagi dengan orangtua.

3. Bagi peneliti selanjutnya akan sangat menarik bila membedakan tingkat kecemasan antara narapidana anak laki-laki dan perempuan. Sehingga mereka dapat membedakan tingkat kecemasan antara subjek laki-laki dan perempuan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bambang Waluyo. (2004). *Pidana dan Pemidanaan*. Jakarta: Sinar Grafika.
- Burhan Bungin. (2004). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Cutler, Howard C. (2004). *Seni Hidup Bahagia*. (Alih Bahasa: Alex Tri Kantjono Widodo). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Elina Rharisti Rufaidah. (2009). Efektifitas Terapi Kognitif terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Penderita Asma di Surakarta. *Tesis*. Fakultas Psikologi-UGM.
- Fitri Fauziah & Julianty Widuri. (2007). *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*. Jakarta: Universitas Indonesia (UI-Press).
- Husnaini Usman & Purnomo Akbar Setiady. (2006). *Metodologi Penelitian Sosial*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Nevid, Jeffrey S., Rathus, Spencer A., & Greene Beverly. (2005). *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Erlangga.
- Jonathan Sarwono. (2006). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Kholil Lur Rochman. (2010). *Kesehatan Mental*. Purwokerto: Fajar Media Press.
- Kartono Kartini. (2006). *Kenakalan Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Leden Marpaung. (2008). *Hukum Pidana*. Jakarta: Sinar Grafika.
- Lexy J. Moleong. (2005). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Musfir Az-Zahrani. (2005). *Konseling Terapi*. Jakarta: Gema Insani.
- Mustamir Pedak. (2009). *Metode Supernol Menaklukkan Stres*. Jakarta: Hikmah Publishing House.
- Milles, M.B & Hubberman, A.M. (1992). *Analisis Data Kualitatif Buku Sumber Tentang Metode-Metode Baru*. Jakarta : UI Press.
- Namora Lumongga Lubis. (2009). *Depresi, Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana.
- Nasution S. (1996). *Metode Penelitian Naturalistik Kualitatif*. Bandung: Tarsito.

- Patotisuro Lumban Gaol, B. (2006). Hubungan Berfikir Positif dengan Kecemasan Menghadapi Masa Bebas Pada Narapidana. *Skripsi*. Fakultas Psikologi-Universitas Mercu Buana.
- Patton, Michael Quin. (2006). *Metode Evaluasi Kualitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Petrus Irwan Panjaitan & Wiwik Sri Widiarty. (2008). *Pemasyarakatan Narapidana*. Jakarta: INDHILL CO.
- Poerwandari. (2007). *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Jakarta: Perfekta.
- Savitri Ramaiah. (2003). *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Singgih D. Gunarsa. (2008). *Psikologi Perawatan*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Siti Sundari (2004). *Kearah Memahami Kesehatan Mental*. Yogyakarta: PPB FIP UNY.
- Sudarwan Danim. (2002). *Menjadi Peneliti Kualitatif*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Suharsimi Arikunto. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Surbakti, M.A. (2009). *Kenalilah Anak Remaja Anda*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Sutardjo Wiramihardja. (2005). *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Refika Aditama.
- Sofyan Willis. (2005). *Remaja & Masalahnya*. Bandung: Alfabeta.
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan.
- Wagiati Soetodjo. (2005). *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Yustinus Semiun. (2006). *Kesehatan Mental 2*. Yogyakarta: Kanisius.