



## Bimbingan Rohani sebagai reduksi Stres pada Narapidana

Yunansa Firli Hasina<sup>\*1</sup>, Puspita Sari  
Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri  
Purwokerto, Indonesia

### Abstract

*Islamic spiritual guidance is a program to convey spiritual values to prisoners carried out by spiritual guides (chaplains) in order to increase their faith and obligations so that they are able to face the problems faced by prisoners. The aim of this research is to determine spiritual guidance is a stress reduction for prisoners in class II B detention centers in Banjarnegara. This research uses qualitative field research to obtain data directly through research subjects obtained from prison employees and Islamic spiritual guidance officers (chaplains) at the class II B detention center in Banjarnegara. The results of this research show that this program process uses the basis of the Al-Qur'an and Hadith. Where the material is returned by the clergy to develop the material to suit the client's circumstances. The aim is to help prisoners determine the right direction to solve problems. Because it is not uncommon for someone to find it difficult to find a way out of a problem, especially when they are under pressure, bound by punishment, and do not have the right to do anything outside of prison. In the Banjarnegara detention center, there is an Islamic spiritual guidance program where the guidance itself is provided by prison officers, Ministry of Religion employees, and religious teachers from Islamic boarding schools in the Banjarnegara area, with a variety of materials and methods. The stress that many prisoners in the Banjarnegara Class IIB prison experience This Islamic spiritual guidance program must also be supported by the prisoner's awareness. If the prisoner has full confidence in successfully getting out of his problem.*

**Keywords:** spiritual guidance, prisoners, stress

Bimbingan rohani Islam merupakan program untuk menyampaikan nilai-nilai spiritual terhadap narapidana yang dilakukan oleh pembimbing rohani (rohaniawan) agar dapat menambah keimanan dan kewajibannya sehingga mampu menghadapi permasalahan yang dihadapi oleh narapidana. Penulisan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bimbingan rohani sebagai reduksi stress pada narapidana di Rutan kelas II B Banjarnegara. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif bersifat lapangan untuk mendapatkan data secara langsung melalui subyek penelitian yang didapatkan dari pegawai rutan dan petugas bimbingan rohani Islam (rohaniawan) di di Rutan kelas II B Banjarnegara. Hasil penelitian ini bahwa Proses program ini menggunakan landasan Al-Qur'an dan Hadits. Dimana materinya dikembalikan lagi oleh rohaniawannya dalam mengembangkan materi dengan menyesuaikan keadaan klien nya. Tujuannya yaitu untuk membantu narapidana dalam menentukan arah yang benar untuk memecahkan masalah. Karena tidak jarang seseorang sulit untuk menemukan jalan keluar dari suatu masalah terlebih lagi dalam kondisi yang tertekan, sedang terikat hukuman, dan tidak memiliki hak untuk melakukan apapun di luar rutan. Di rutan Banjarnegara terdapat program bimbingan rohani Islam dimana bimbingannya sendiri diisi oleh petugas rutan, pegawai kemenag, dan ustadz dari pondok di daerah banjarnegara, dengan materi dan metode yang beragam. Kasus yang banyak dialami narapidana di rutan banjarnegara kelas IIB yaitu stress. Program bimbingan rohani Islam ini harus didukung juga oleh kesadaran narapidana tersebut. Jika narapidana memiliki keyakinan penuh akan keberhasilan keluar dari masalahnya.

**Kata Kunci:** bimbingan rohani, narapidana, stres

<sup>1</sup> **Authors Correspondence:** Yunansa Firli Hasina, yunansafh@gmail.com

## **Pendahuluan**

Didalam kehidupan terdapat berbagai macam manusia dengan berbagai karakter. Manusia dan makhluk hidup lainnya hidup saling berdampingan dan saling membutuhkan satu sama lain. Dalam berbagai fase kehidupan, tidak menutup kemungkinan untuk manusia membuat kesalahan. Kesalahan – kesalahan inilah yang menyebabkan suatu aturan dibuat. Aturan – aturan ini dibuat agar hidup lebih tertata, maka untuk menunjang jalannya sebuah aturan maka dibuat juga hukumannya. Dalam menjalankan hukumannya, narapidana berada di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas). Didalam lapas ini para narapidana diberikan berbagai kegiatan serta diberikan hak – hak. Sesuai dengan UU No. 12 Tahun 1995 bahwa narapidana memiliki hak beribadah sesuai agama dan kepercayaan masing – masing, Narapidana berhak atas perawatan fisik dan mental, pendidikan, layanan kesehatan dan gizi yang memadai, mengajukan keluhan, membaca materi, diberikan upah untuk pekerjaan yang narapidana lakukan, mendapatkan kunjungan dari anggota keluarga, pengacara, dll. untuk memperoleh pengurangan waktu hukuman (remis), akses untuk mengunjungi keluarga, pembebasan bersyarat, pembebasan dini dan hak lainnya berdasarkan UU

No. 12 Tahun 1995 (Bin Thohir & HM, 2020).

Para narapidana dihukum ketika narapidana sudah masuk kedalam rumah tahanan, penjara, atau tempat pembinaan narapidana lainnya. System ini memiliki tujuan untuk membimbing para narapidana agar bisa berperilaku lebih baik setelah keluar dari rumah tahanan, selain itu lembaga ini ditujukan untuk melindungi seseorang agar tidak mengulangi tindak pidana yang telah dilakukan oleh para narapidana (Anggit & Ni P Ariani, 2017). Bentuk nyata dari penerapan sistem pemasyarakatan di Rumah Tahanan, yaitu dengan pemberian pelayanan dan pengobatan kepada warga binaan atau narapidana. Hal ini dilakukan untuk mencapai tujuan dari sistem pemasyarakatan yaitu penghormatan terhadap hak-hak narapidana sebagaimana diatur dalam Undang-undang Pelayanan Pemasyarakatan No. 12 Tahun 1995, sebagaimana ditentukan dalam pasal 14, Ini juga berarti menjamin kepastian hukum penjara yaitu wajib memberikan pelayanan dengan cara yang paling optimal untuk mencapai tujuan rehabilitasi. Selama menjalani masa tahanan, pemerintah berkewajiban untuk menjamin kebutuhan pokok para warga binaan seperti kebutuhan makan, perlengkapan tidur, lingkungan yang

segar dan kebutuhan pokok lainnya, dan pelayanan kesehatan yang optimal (Dimas, 2021).

Tujuan utama lembaga pemasyarakatan adalah untuk memberikan pembinaan bagi narapidana (napi) berdasarkan sistem, kelembagaan dan metode pengawasan yang merupakan bagian akhir dari pemidanaan dalam sistem peradilan pidana. Tugas dan fungsi petugas lapas adalah menjaga keamanan dan ketertiban, melindungi materi hidup serta menerima narapidana di dalam rutan, dan pada saat yang sama petugas lapas juga harus memastikan bahwa melindungi hak-hak narapidana. Kepastian hukum perlindungan hak asasi manusia bagi setiap orang diatur dalam Undang-Undang Hak Asasi Manusia No. 39 Tahun 1999. Sebagai aturan umum, Pasal 1 No. 6, UU Pembetulan No. 12 Tahun 1995, terpidana adalah narapidana yang sedang menjalani hukuman. hukuman untuk kejahatan kehilangan kebebasan di penjara. Sedangkan menurut kamus fikih, terpidana adalah orang yang menjalani pidana, yang menjalani pidana di dalam lembaga pemasyarakatan, akan tetapi terpidana adalah juga manusia, sehingga hak asasi terpidana juga merupakan hak asasi manusia. Undang-undang Pemasyarakatan Nomor 12 Tahun 1995, juga mengatur

bahwa hak-hak terpidana, yaitu yang ada dalam Pasal 14 ayat (1), huruf a sampai dengan m, harus dilaksanakan tanpa melihat konteks 'perkaranya' atau tindak pidana. Syarat dan tata cara pemberian hak tersebut juga diatur dengan peraturan pemerintah, khususnya Peraturan Pemerintah Nomor 28 Tahun 2006 tentang perubahan Peraturan Pemerintah Nomor 32 Tahun 1999 tentang syarat dan tata cara pemberian hak tersebut tetap melaksanakan hak kekeluargaan (Kusuma, 2013). Para narapidana memiliki hak yang sama atas kesehatan pribadi baik kesehatan fisik maupun kesehatan mental. Pada beberapa kasus para narapidana sering mengalami kondisi psikologis yang menyimpannya, yaitu seperti stress, gejala depresi, frustrasi, kecemasan, rasa tidak aman, harga diri yang rendah, perasaan tidak berharga, rasa bersalah, malu dan takut akan stigma di masyarakat tentang dirinya (Nurfadilah, 2020). Yang paling umum dialami oleh para narapidana adalah stress, stress sendiri merupakan respon tubuh terhadap berbagai tekanan atau tuntutan yang dialaminya yang spesifik. Disisi lain ada salah satu factor terjadinya stress yaitu factor psikososial. Menurut *Sarafino* Stres merupakan suatu kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dan lingkungan yang menciptakan persepsi kesenjangan

antara tuntutan yang berasal dari situasi dan sumber daya sistem biologis, psikologis, dan sosial individu dan individu lain di sekitarnya. Sedangkan menurut *Fieldman*, stres yaitu proses menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam, menantang atau berbahaya. Menurut *Cohen*, stres memiliki tiga aspek, yaitu: 1) Dimensi perasaan tidak dapat diprediksi, 2) Dimensi perasaan tidak terkendali, 3) Dimensi perasaan kewalahan (Welta & Muhammad, 2017).

Kurangnya pengendalian diri merupakan salah satu penyebab stres. Orang yang memiliki pengendalian diri dapat menyalurkan perilakunya dengan norma-norma sosial yang berlaku di lingkungannya. Setiap kelompok masyarakat mempunyai ekspektasi terhadap anggotanya, dan kegagalan untuk memenuhi ekspektasi tersebut dapat mengakibatkan sanksi yang diuraikan dalam peraturan terkait. Kapasitas untuk mendefinisikan perilaku seseorang sesuai dengan prinsip moral, keyakinan, dan konvensi sosial yang mendorong perilaku positif dikenal sebagai pengendalian diri.

Menurut para narapidana, menjalankan pengendalian diri juga berarti mencegah kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan dan menjauhkan diri dari perilaku

tersebut, serta memiliki kapasitas untuk mengesampingkan atau mengubah dorongan internal diri sendiri. Pengendalian diri dipengaruhi oleh sejumlah faktor. Faktor yang mempengaruhi pengendalian diri meliputi dua faktor, yang pertama faktor internal, faktor internal yang mempengaruhi pengendalian diri adalah faktor usia dan kematangan, semakin tua kemampuan pengendalian diri yang dikuasai manusia maka semakin baik. Faktor kedua adalah faktor eksternal, faktor eksternal meliputi keluarga, terutama orang tua akan menentukan bagaimana seseorang dapat mengendalikan dirinya (Wardhani et al., 2021). Frustrasi adalah respons emosional yang sering terjadi ketika harapan tidak sesuai dengan kenyataan. Bahwa keterlibatan seseorang dalam masalah hukum seperti penuntutan dan pemenjaraan merupakan sumber stres. Selain itu, perubahan lingkungan, khususnya fakta bahwa narapidana harus tinggal di dalam penjara, juga menjadi salah satu faktor stres bagi narapidana. Perubahan lingkungan juga dapat menjadi sumber stres atau ketegangan. Jika individu tidak dapat beradaptasi dengan baik, maka dapat menimbulkan stres (Feoh, 2020).

Salah satu upaya untuk meningkatkan kesadaran diri adalah

dengan menumbuhkan jiwa spiritual pada para narapidana, salah satunya dengan mengikuti kegiatan pembinaan keagamaan seperti bimbingan rohani Islam di Rumah Tahanan yang dilakukan oleh seorang pembimbing (Istikomah et al., 2022). Oleh karena itu, melalui bimbingan rohani keagamaan dapat menjadi jalan keluar untuk mengarahkan dan membantu narapidana mengatasi berbagai permasalahan dalam kehidupan agar selaras dengan norma agama dan sosial (Ulfa & Noor Justiatini, 2021).

Dari apa yang sudah dibahas diatas terdapat fokus penelitian bagi penulis, yaitu: a. Pengertian rutan, b. Kegiatan bimbingan rohani apa saja yang diterapkan di rutan kelas IIB Banjarnegara c. Pengaruh bimbingan rohani sebagai reduksi stres pada para narapidana (Ulfa & Noor Justiatini, 2021).

## **Metode**

Penelitian kualitatif bersifat lapangan adalah jenis penelitian yang dilakukan di tempat-tempat nyata di dunia, seperti lingkungan sosial, komunitas, atau organisasi. Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman dan perspektif individu atau kelompok serta konteks sosial yang mempengaruhinya. Metode penelitian kualitatif lapangan seringkali melibatkan pengumpulan

data secara langsung melalui observasi partisipatif, wawancara mendalam, atau pengamatan langsung.

Tujuan utama penelitian kualitatif lapangan adalah untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam dan kontekstual tentang fenomena sosial yang diteliti serta memperoleh wawasan baru. Dalam penelitian kualitatif lapangan, peneliti sering berinteraksi langsung dengan subyek penelitian dan berusaha memahami dari berbagai perspektif. Subyek dalam penelitian ini adalah petugas Rutan dan petugas bimbingan rohani Islam di Rutan Kelas IIB Banjarnegara.

Peneliti kemudia melakukan analisis data untuk memahami implikasi temuan-temuan tersebut dalam konteks penelitian dan menghubungkannya dengan literatur yang relevan atau kerangka teoritis yang ada.

## **Hasil**

### **Rutan Kelas II B Banjarnegara**

Rutan merupakan tempat penahanan didasarkan pada Pasal 1 ayat (2) Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 27 Tahun 1983, dimana Rumah Tahanan digunakan sebagai tempat penahanan bagi tersangka/terdakwa. selama proses penahanan penyidikan, penuntutan, dan pemeriksaan di pengadilan.

Namun berdasarkan Keputusan Menteri Kehakiman No. M.04.UM.01.06 Tahun 1983 yang menetapkan Lapas sebagai Rutan, Lapas dapat beralih fungsi menjadi Rutan, demikian pula Rutan dapat beralih fungsi menjadi lembaga pemasyarakatan. Bangunan rutan merupakan bagian dari fasilitas berupa rumah dan tanah untuk kegiatan pengawasan. Lapas meliputi Kelas I dan Kelas II, yang dapat diklasifikasikan menurut daya tampung atau daya tampungnya, yaitu: Rutan kelas I berkapasitas lebih dari 1500 orang, Rutan Kelas II A berkapasitas 500-1500 orang, dan Rutan Kelas II B berkapasitas 1-500 orang. Rutan di Banjarnegara termasuk rutan kelas II B karena hanya terisi kurang dari 500 orang (Sirait & Wibowo, 2022)

Tabel 1. Jumlah Penghuni Rutan Kelas II B Banjarnegara per Juni 2023

No.	Status	Jumlah
1.	Narapidana:	97
	Narapidana laki-laki	95
	Narapidana wanita	2
2.	Tahanan	18
3.	Total Penghuni	115

Berdasarkan pada tabel diatas dapat diketahui bahwa dari total

keseluruhan penghuni di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Banjarnegara sebanyak 115 orang, terdapat 97 orang yang berstatus sebagai narapidana, dari keterangan petugas rutan ada 95 orang narapidana laki-laki dan 2 orang narapidana wanita, dan juga ada 18 orang tahanan yang semuanya berjenis kelamin laki-laki. Para warga binaan selain diberi kegiatan bimbingan rohani Islam tetapi diberikan juga berbagai pelatihan kegiatan kemandirian seperti menjahit, membuat kerajinan tangan, membuat pertukangan kayu, pertukangan las, perikanan, dan jasa cuci kendaraan. Semua itu dilakukan untuk bekal bagi narapidana ketika sudah habis masa pidanannya dan keluar, harapannya agar warga binaan yang sudah diberi beberapa pelatihan kemandirian bisa melanjutkannya di lingkungan masyarakat nantinya. (Cite As: Rahardjo & Anwar, 2022)

### **Kegiatan Bimbingan Rohani yang Diterapkan di Rutan Kelas IIB Banjarnegara**

Berdasarkan wawancara yang penulis lakukan terhadap petugas di rutan Banjarnegara terdapat program bimbingan rohani Islam bagi narapidana. Keegiatannya sendiri dilakukan secara rutin dan terjadwal. Dalam seminggu kegiatan bimbingan rohani Islam di Rumah Tahanan Kelas

II B Kabupaten Banjarnegara dilakukan sebanyak lima kali dalam seminggu, yaitu setiap hari senin sampai dengan hari jum'at. Didi hari senin, kamis, dan jum'at dimulai dari pukul 09.00-10.00 WIB diisi oleh salah satu pegawai di Rumah Tahanan kegiatannya sendiri ada membaca iqra dan al-qur'an bersama, di hari selasa dimulai dari pukul 09.00-11.00 WIB diisi dengan metode ceramah oleh petugas dari KEMENAG, dan di hari rabu kegiatannya diisi dengan jamaah tabligh yang biasanya dari pihak rutan mengundang ustadz dari salah satu pondok pesantren di Banjarnegara.

Para narapidana di Rutan Kelas II B Banjarnegara rata-rata mempunyai kasus seperti pecandu narkoba, pengedar narkoba, pelaku pemerkosaan, dan lain-lain. Menurut petugas Rumah Tahanan di Banjarnegara, rutan itu sebagai rumah bagi para tahanan yang mempunyai kasus tindakan kriminal, namun lepas dan rutan di Indonesia sudah melebihi kapasitas sehingga rutan dialihfungsikan sebagai tempat pembinaan bagi narapidana, tidak semua narapidana yang berada disana sedang berada pada proses penyelidikan saja tetapi ada juga yang sudah mendapatkan vonis hukuman tetapi masih berada di dalam rumah tahanan.

Hal-hal yang sering menimpa para narapidana disana adalah tingkat stress yang cukup tinggi, para narapidana stress akan masalah-masalah yang sedang dihadapinya didalam rutan dan jika sudah keluar dari rutan para narapidana memiliki ketakutan jika tidak diterima oleh masyarakat lagi seperti dulu, bahkan ada beberapa kasus narapidana yang keluar dari rutan mendapatkan masalah baru karena istrinya yang tidak mau menerimanya lagi sehingga terjadilah perceraian, tentu saja hal itu membuat tingkat stress para narapidana menjadi tinggi, ada beberapa narapidana yang keluar masuk rutan yang biasanya disebut dengan residivisme, atau dalam pemahaman umum dapat dijelaskan dengan istilah luas yang menuju pada perilaku kriminal kambuhan.

Tingkat stress pada para narapidana bisa dikurangi dengan adanya kegiatan bimbingan rohani Islam yang telah dilakukan di dalam rumah tahanan, akan tetapi semua itu tergantung pada diri narapidana tersebut. Pembimbing rohani Islam hanya memberikan bantuan kepada para narapidana, selebihnya diserahkan pada pribadi narapidana itu sendiri (Fazel & Wolf, 2015).

Disetiap Rutan atau Lapas tentunya terdapat petugas rohaniawan yang fungsinya untuk memberikan pembinaan kepada para narapidana. Bimbingan rohani Islam di rumah tahanan merupakan proses menyampaikan nilai-nilai Islam (spiritual) kepada narapidana yang dilaksanakan oleh seorang pembimbing rohani (rohaniawan) supaya dapat menguatkan keimanan dan kewajibannya sehingga bisa menghadapi permasalahan yang dimiliki. Proses bimbingan rohani Islam ini menggunakan landasan Al-Qur'an dan Hadits sebagaimana keduanya adalah pedoman bagi umat Islam. Tetapi dalam hal ini juga dikembalikan lagi kepada rohaniawannya dalam mengembangkan materi dengan menyesuaikan keadaan pasiennya. Tujuannya untuk membantu narapidana dalam menentukan arah yang benar untuk memecahkan masalah. Karena tidak jarang seseorang kesusahan untuk mendapatkan jalan keluar dari masalahnya terlebih lagi dalam kondisi yang tertekan, sedang terikat hukuman, dan tidak memiliki hak untuk melakukan apapun di luar rutan (Hidayati, 2015).

Rutan kelas IIB Banjarnegara membangun nilai-nilai dan bentuk-bentuk spiritualitas Islam yang

dilaksanakan secara terjadwal lima hari dalam seminggu, diantaranya seperti pendidikan keagamaan, membaca Iqra dan Al-Qur'an, jamaah tabligh, dll. Tujuan dari pembinaan spiritualitas Islam sendiri yaitu, agar narapidana mempunyai kesadaran diri atau reflektif agar tidak melakukan kejahatan yang sama. Pembinaan spiritual Islam melalui praktik spiritual Islam mempunyai potensi untuk memperkuat narapidana supaya lebih taat menjalankan perintah agama Islam kepada Allah SWT setiap saat, menaati perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya (Suyudi, 2020). Bentuk-bentuk Kegiatan Kerohanian Islam Kelas IIB Banjarnegara, antara lain :

#### 1. Pembinaan Keagamaan

Selama di Rutan narapidana menerima pendidikan spiritualitas untuk memenuhi kebutuhan individu dan berpartisipasi dalam pengembangan pengetahuan agama. Hal ini memungkinkan narapidana untuk bertransisi menjadi elemen masyarakat yang lebih baik ketika menjalani masa hukumannya. Tujuan pembinaan bagi narapidana adalah untuk dapat : 1) menumbuhkan rasa harga diri, 2) mengembangkan rasa tanggung jawab, 3) berguna sebagai warga negara, 4) menjadi pribadi yang baik, 5) mengikuti syari'at agamanya, dan 6) berakhlak mulia.(bin Thohir, 2016) Kegiatan pembinaan ini bisa

juga dikatakan sebagai penyampaian materi ceramah, yang biasanya diisi oleh pegawai dari kemenag, dilakukan setiap hari selasa dari pukul 09.00-10.00 WIB.

## 2. Membaca Iqra' dan Al-Qur'an

Pada narapidana di Rutan kelas IIB Banjarnegara diwajibkan untuk melakukan kegiatan kerohanian dengan membaca Al-Qur'an bersama-sama pada setiap 3 kali dalam seminggu, yaitu di hari senin, kamis, dan jumat pada pukul 09.00-10.00 WIB. Bagi narapidana yang tidak bisa membaca Al-Qur'an bisa belajar dengan membaca Iqra' mulai dari bagian 1 sampai dengan bagian 6 tergantung dengan kemampuan masing-masing para narapidana. Kegiatan membaca Al-quran ini tentunya dapat mendorong sikap kerohanian pada setiap setiap narapidana dan menenangkan bagi siapapun orang yang membacanya.

## 3. Jamaah Tabligh

Jamaah tabligh sendiri merupakan sebuah gerakan dakwah yang bertujuan untuk mengembalikan pemahaman tradisi Islam, dimana narapidana diberikan materi dan diajarkan nilai-nilai Islam. Tujuan utama gerakan di lembaga ini adalah untuk membantu menghidupkan kembali semangat spiritual para narapidana (Hasanah, n.d.). Kegiatan ini rutin dilakukan setiap hari rabu,

pada pukul 09.00-11.00 WIB yang diisi oleh ustadz yang dihadirkan dari pondok pesantren di sekitar Banjarnegara.

Ketika status hukum seseorang diubah menjadi narapidana, maka ruang geraknya menjadi terbatas. Narapidana yang tinggal jauh dari keluarga bisa memiliki berbagai masalah, termasuk kesepian, rendahnya tingkat kepuasan psikologis dan seksual, ketegangan hubungan dengan narapidana lain, maupun lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa narapidana bisa mengalami stres akibat perubahan keadaan selama narapidana berada di penjara.

## **Bimbingan Rohani sebagai reduksi stres Pada Warga Binaan Rutan Kelas IIB Banjarnegara**

Stres yang dialami narapidana mempengaruhi dan secara bertahap mengubah kesehatan fisik dan mental narapidana. Individu yang menderita stres mempengaruhi munculnya berbagai penyakit seperti hipertensi, radang usus besar, sakit kepala, gangguan pencernaan, dan secara emosional dapat menyebabkan kelesuan mental, perilaku agresif, dll. Tentu saja, kondisi stres yang dialami narapidana berbeda-beda. Namun, sebagian besar narapidana memiliki tingkat stres yang tinggi.

Lamanya masa hukuman penjara merupakan salah satu dari sekian banyak unsur yang berkontribusi terhadap stres pada narapidana. Narapidana bisa mengalami stres akibat merasa sendirian dan berada di bawah tekanan karena masalah selama di rutan (Sholihah & Sawitri, 2021).

Pemenuhan kebutuhan emosional yang diberikan pihak lapas sebagai bentuk dukungan untuk menurunkan tingkat stres narapidana. Saat sedang stres, dibutuhkan kekuatan mental untuk membantu seseorang sembuh. Spiritualitas yang baik dapat membantu orang menjadi lebih sabar, merasa tenang, damai dan lebih ikhlas dalam menghadapi masalah (Kurniasari et al., 2021).

Pada saat warga binaan mengalami stres diperlukan adanya pembimbing rohani untuk membantu warga binaan untuk menuntun dan membina agar kekuatan spiritualnya bisa bekerja sehingga bisa mengurangi tingkat stres pada warga binaan. Spiritualitas yang baik dapat membantu untuk lebih sabar, tenang secara emosional, damai dan mudah untuk jujur terhadap masalah yang sedang dihadapi, yang dapat menurunkan tingkat stress (Kurniasari et al., 2021).

Dari pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa dengan adanya bimbingan rohani Islam, dapat

menurunkan tingkat stres pada para narapidana, namun tidak semuanya, karena semua kembali pada diri narapidana masing-masing, petugas rohaniawan hanya menjembatani dan menuntun narapidana dengan kegiatan-kegiatan pembinaan keagamaan yang telah dilakukan.

### **Simpulan**

Rumah tahanan atau rutan merupakan tempat dimana para tersangka atau terdakwa ditahan selama proses menjalankan penyidikan dan sekarang sudah bisa dialih fungsikan sebagai lapas. Bimbingan rohani Islam di rumah tahanan merupakan program yang dimana para narapidana diberikan nilai – nilai Islam dengan tujuan untuk membantu menemukan jawaban atas masalah yang dihadapi para narapidana, bisa mempertebal iman, dengan harapan para narapidana dapat menemukan jalan yang lebih baik sesuai dengan ajaran Islam. Anagn tetapi keberhasilan program ini tidak lepas dari peran kesadaran diri narapidana tersebut. Jika seorang narapidana memiliki keyakinan penuh akan keberhasilan usahanya atas materi yang telah dijelaskan rohaniawan maka kemungkinan besar akan menemukan jalan yang terbaik. Materi yang disampaikan rohaniawan merupakan materi yang di ambil dari Al-Qur'an dan Hadits dengan

keterampilan masing – masing rohaniawan dalam menyampaikannya.

Rutan Banjarnegara sendiri pada awalnya difungsikan sebagai rumah bagi para tahanan yang mempunyai kasus tindak criminal, tetapi pada saat ini rutan telah dialih fungsikan sebagai tempat pembinaan bagi narapidana karena lapas sendiri sudah melebihi kapasitas. Kasus yang dimiliki narapidana rutan kelas IIB Banjarnegara ada beberapa macam seperti pecandu narkoba, pengedar narkoba, pelaku pemerkosaan, dan lain-lain. Kadaan psikologis yang dering terjadi dirutan kelas II B Banjarnegara yaitu stres. Faktornya banyak macamnya seperti ketakutan akan stigma masyarakat sekitar ketika sudah keluar dari rutan, tidak jarang kasus narapidana yang di ceraikan oleh istrinya setelah dinyatakan harus ditahan dirutan, hal ini yang sering jadi penyebab stresnya narapidana dimana tertimpa masalah dan datang masalah baru. Ada beberapa kasus narapidana yang sudah keluar rutan tetapi kembali lagi untuk menjalankan hukuman dengan kasus baru lagi. Kasus keluar masuk seperti ini biasanya dinamakan dengan residivesme atau criminal kambuhan.

Dirutan Banjarnegara terdapat program bimbingan rohani Islam yang dijadwalkan rutin setiap minggu lima kali. Terdapat beberapa rohaniawan

yang mengisi materinya dan berbeda sesuai jadwal yaitu salah satu pegawai rutan, petugas kemeng, dan ustadz dari ponok pesantren di sekitar rutan. Materi yang dibawakan cukup beragam mulai dari membaca iqra dan Al-Qur'an bersama dan ceramah tabligh. Program bimbingan rohani ini cukup berpengaruh pada para tahanan yang mengalami stres, banyak yang akhirnya menemukan jalan yang tepat, tetapi tidak sedikit juga yang tidak berhasil dengan program bimbingan rohani Islam ini salah satu contohnya yaitu narapidana yang keluar masuk lapas karena mengulangi kesalahan lagi setelah keluar dari lapas. Sebenarnya program bimbingan rohani Islam di rutan ini dikembalikan lagi kepada narapidananya bagaimana ia merespon dan berkeyakinan atas kemampuan dirinya untuk keluar dari masalahnya dan menjadi lebih baik, karena pada dasarnya program ini juga ditujukan untuk membantu menemukan jalan yang tepat dan tidak memaksa untuk melakukannya, jika program ini tidak berhasil Artinya individunya yang tidak mau merubah dirinya sendiri.

### Referensi

Anggit, F., & Ni P Ariani. (2017). Tingkat Stres dan Harga Diri Narapidana Wanita Di Lembaga Pemasarakatan Kelas II A Kota Bogor. *Jurnal Riset Kesehatan*,

- 9(2), 26–33.
- bin Thohir, M. M. (2016). Metode Pembinaan Keagamaan yang Efektif Bagi Narapidana/Tahanan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II-B Lumajang. *Dakwatuna: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi Islam*, 2(1), 13–33.
- Bin Thohir, M. M., & HM, S. H. (2020). Implementasi Komunikasi Organisasi dalam Kegiatan Dakwah untuk Memperbaiki Diri Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Lumajang. *Dakwatuna: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi Islam*, 6(2), 157. <https://doi.org/10.36835/dakwatuna.v6i2.629>
- Cite As: Rahardjo, P., & Anwar, M. M. (2022). Upaya Peningkatan Keterampilan Narapidana sebagai Bentuk Pembinaan Kemandirian di Rutan Kelas IIB Banjarnegara. *Indonesian Journal of Social Science Education (IJSSE)*, 4(2), 114–124.
- Dimas, D. D. (2021). Pemenuhan Hak Kesehatan Bagi Narapidana Di Rumah Tahanan Negara Kelas Ii B Kebumen. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 7(1), 1–6. <https://doi.org/10.22487/htj.v7i1.153>
- Fazel, S., & Wolf, A. (2015). A systematic review of criminal recidivism rates worldwide: Current difficulties and recommendations for best practice. *PLoS ONE*, 10(6), 199–216. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0130390>
- Feoh, F. T. (2020). Studi Fenomenologi: Stress Narapidana Perempuan Pelaku Human Trafficking. *Nursing Update*, 11(3), 7–16.
- Hasanah, U. (n.d.). *JAMAAH TABLIGH I (sejarah dan perkembangan)*.
- Hidayati, N. (2015). Metode Bimbingan Rohani Islam di Rumah Sakit. *KONSELING RELIGI Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5(2), 207–222. <https://doi.org/10.21043/kr.v5i2.1048>
- Istikomah, L., Nisak, K., & Azizah, N. (2022). Bimbingan Rohani Islam dalam Mengembangkan Spiritual bagi Korban Penyalahgunaan Napza. *Assertive: Islamic Counseling Journal*, 1(2), 69–80. <https://ejournal.uinsaizu.ac.id/index.php/assertive/article/view/7200>
- Kurniasari, L., Mustikarani, L., & Ghozali, G. (2021). Pemenuhan Kebutuhan Spiritual untuk Menurunkan Tingkat Stress pada Narapidana Perempuan. *Faletehan Health Journal*, 8(03), 210–215. <https://doi.org/10.33746/fhj.v8i03.228>
- Kusuma, F. P. (2013). Implikasi Hak-Hak Narapidana dalam Upaya Pembinaan Narapidana dalam Sistem Pemasyarakatan. *Recidive*, 2(2), 102–109.

- Nurfadilah, N. (2020). Hubungan Konsep Diri Dengan Kecemasan Narapidana Pada Rutan Kelas Ii B Majene. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 38. <https://doi.org/10.35329/jkesmas.v6i1.651>
- Sholihah, K. U., & Sawitri, D. R. (2021). Tingkat Stres Narapidana ditinjau dari Masa Tahanan dan Frekuensi Membaca Alquran. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 4(2), 95–106. <https://doi.org/10.15575/jpib.v4i2.11288>
- Sirait, D. J. N., & Wibowo, P. (2022). Optimalisasi Fungsi Bangunan Rutan Kelas I Labuhan Deli. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan Undiksha*, 10(1), 501–508.
- Suyudi, M. dan D. P. (2020). Pembinaan Kerohanian Islam Kepada Tahanan Dan Narapidana Di Rumah Tahanan Negara Kelas II B Ponorogo. *Jurnal Studi Agama*, 8.
- Ulfa, L., & Noor Justiatini, W. (2021). Peran Bimbingan Keagamaan dalam Rehabilitasi Pecandu Narkoba. *Iktisyaf: Jurnal Ilmu Dakwah Dan Tasawuf*, 3(2), 55–77. <https://doi.org/10.53401/iktsf.v3i2.67>
- Wardhani, P. rahmadanty, Soerjoatmodjo, gita widya laksmi, & kaihatu, veronica anastasia melany. (2021). KONTROL DIRI REMAJA WARGA BINAAN DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN X. *Jurnal Adat*, 3, 107–112.
- Welta, O., & Muhammad, I. (2017). Kesesakan Dan Masa Hukuman Dengan Stres Pada Narapidana. *Jurnal RAP UNP*, 8(1), 60–68.