

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Cognitive behavior therapy sebagai pendekatan konseling yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan konseli, pada saat ini dengan cara melakukan restrukturisasi kognitif dan perilaku yang menyimpang. Bust mengungkapkan bahwa dalam pendekatan *cognitive behavior therapy* terbagi dua terapi kognitif dan terapi tingkah laku, keduanya memberikan gambaran umum tentang pendekatan yang berbeda dalam psikoterapi. Terapi kognitif menekankan pentingnya mengidentifikasi dan mengubah pola pikir yang tidak sehat, sementara terapi tingkah laku fokus pada modifikasi perilaku dalam menghadapi situasi tertentu. Terapi kognitif tidak hanya tentang *positive thinking* tetapi juga tentang *happy thinking*, menyoroti pentingnya memperbaiki sikap dan emosi positif.¹ Individu belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik berpikir, lebih jelas dan membantu membuat keputusan yang tepat.² Jadi penulis menyimpulkan bahwa

¹Bakhrudin All Habsy, *Panorama Teori-Teori Konseling Modern Dan Post Modern : Refleksi Keindahan Dalam Konseling* (Malang: Media Nusa Creative-MNC, 2022), 162.

²Niken Yuniar Sari, "Terapi Kognitif Perilaku Dan Terapi Psikoedukasi Keluarga Untuk Remaja," *Penerbit NEM* (2021), 35.

cognitive behavior therapy merupakan konseling yang dilakukan untuk meningkatkan dan merawat kesehatan mental.

Rehabilitasi secara umum merujuk pada suatu proses atau upaya yang bertujuan untuk mengembalikan atau memperbaiki kondisi seseorang yang mengalami gangguan atau masalah, baik fisik, mental, maupun perilaku. Rehabilitasi berasal dari dua kata, yaitu *re* yang berarti kembali dan *habilitasi* yang berarti kemampuan. Menurut arti katanya, rehabilitasi berarti mengembalikan kemampuan. Rehabilitasi pada dasarnya adalah kegiatan untuk membantu seseorang yang mengalami masalah kecanduan atau gangguan kesehatan mental agar dapat pulih dan kembali berfungsi secara normal.

Menurut Suparlan, rehabilitasi adalah proses kegiatan yang bertujuan untuk memperbaiki kondisi, kemampuan, dan mental seseorang agar dapat mengatasi masalah kesejahteraan sosial bagi dirinya dan keluarganya. Ini mencakup upaya untuk memulihkan individu dari kondisi yang menghambat kehidupannya dan membantu mereka mencapai tingkat fungsi optimal dalam masyarakat.³ Rehabilitasi mengacu pada upaya perbaikan dan pemulihan keadaan di semua aspek

³Sri Musfiah, "Rehabilitasi Dan Reintegrasi Anak Korban Dan Anak Saksi," *Badan Sumber Daya Manusia Hukum dan Hak Asasi Manusia Kementrian Hukum dan Hak Asasi Manusia Republic Indonesia* (2021), 5.

layanan publik hingga mencapai tingkat yang memadai di wilayah pascakonflik. Sasaran utamanya adalah normalisasi berbagai aspek pemerintahan dan kehidupan masyarakat secara wajar, mencerminkan kondisi sebelum terjadinya konflik. Ini menekankan pentingnya memulihkan stabilitas dan fungsionalitas dalam masyarakat pasca konflik. Jadi dapat disimpulkan bahwa rehabilitasi adalah proses pemulihan keadaan narapidana baik secara fisik maupun secara psikologi. Rehabilitasi narapidana adalah suatu proses intervensi dan perbaikan dengan tujuan mengubah perilaku dan mempersiapkan narapidana agar dapat kembali berintegrasi secara positif dalam masyarakat.

Reintegrasi secara umum merujuk pada proses atau usaha untuk mengembalikan seseorang ke dalam suatu kelompok atau masyarakat setelah mengalami pemisahan atau pengasingan. Reintegrasi secara etimologi kata "reintegrasi" berasal dari bahasa Latin, yaitu "re-" yang berarti "kembali" dan "integrare" yang berarti "mengintegrasikan". Jadi, secara harafiah, reintegrasi dapat diartikan sebagai proses mengintegrasikan kembali seseorang ke dalam suatu kelompok atau masyarakat setelah terpisah atau terasing.⁴ Menurut Rama dalam bukunya, reintegrasi narapidana adalah upaya untuk meningkatkan

⁴Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online,

kemauan masyarakat untuk menerima kembali narapidana dan mengurangi stigma yang terkait dengan mereka. Tujuannya adalah agar ketika mereka bebas, mantan narapidana dapat hidup secara normal sebagai anggota masyarakat tanpa adanya hambatan atau diskriminasi yang berlebihan.⁵

Junaedi Efendi mengemukakan bahwa narapidana adalah orang yang sedang menjalani hukuman dalam Lembaga Pemasyarakatan.⁶ Sementara itu kamus induk istilah ilmiah menyatakan bahwa narapidana adalah hukuman; orang buaian. Selanjutnya berdasarkan kamus hukum narapidana diartikan sebagai berikut: Narapidana adalah orang yang menjalani pidana dalam lembaga pemasyarakatan. Berdasarkan pasal 1 ayat (7) undang-undang nomor 12 tahun 1995 tentang pemasyarakatan, narapidana adalah terpidana yang menjalani pidana, hilang kemerdekaan di Lembaga Pemasyarakatan.⁷ Jadi dapat disimpulkan bahwa narapidana adalah seseorang yang telah terbukti melakukan pelanggaran hukum dan kemudian dihukum oleh lembaga peradilan.

Rehabilitasi dan reintegrasi bertujuan untuk memperbaiki perilaku, mampu mengontrol diri dan meningkatkan keterampilan

⁵Rama Fatahillah Yulianto, *Catur Rajuk Ruas Narasi* (Yogyakarta: BPSDM Kumham Press, 2021), 30.

⁶Junaedi Efendi Dkk, *Kamus Istilah Hukum Popular* (Jakarta: Kencana, 2016), 274.

⁷*Ibid.*, 272.

narapidana, serta memberikan kesempatan agar dapat kembali berkontribusi secara positif dalam masyarakat setelah menjalani hukuman pidana. Proses ini bertujuan mengurangi tingkat kriminalitas, mendukung resosialisasi, dan menciptakan lingkungan yang lebih aman dan produktif. Serta mengembalikan narapidana atau menyatukan kembali dengan keluarga, saudara, masyarakat dan tidak mengulangi pelanggaran berulang.⁸ Dengan adanya upaya rehabilitasi dan reintegrasi terhadap narapidana, maka diharapkan bahwa narapidana mampu menciptakan perubahan yang lebih baik, mampu mengatasi masalah emosional, stress, kecemasan, kemarahan, trauma serta dapat diterima baik oleh masyarakat dan tidak mengulangi pelanggaran yang sama kembali. Setiap narapidana yang kembali ke masyarakat, diharapkan menjadi warga masyarakat yang baik dan tidak melakukan tindakan yang bisa membuat mereka menjadi status terpidana kembali.

Namun yang terjadi yang dialami para narapidana di Lapas Kelas III Mamasa. Narapidana belum mampu merubah perilaku mereka secara maksimal, belum mampu mengelola emosi dengan baik. Meskipun mereka menginginkan itu, namun karena mereka masih diliputi dengan

⁸Widayati Lidya Suryani, "Rehabilitasi Narapidana Dalam Overcrowded Lembaga Pemasyarakatan (Rehabilitation of Prisoners in Overcrowded Correctional Institution)," *Negara Hukum: Membangun Hukum untuk Keadilan dan Kesejahteraan* 3.2 (2016), 201.

kecemasan dan memiliki rasa takut tidak diterima oleh keluarga mereka maupun oleh masyarakat.⁹ Dalam wawancara awal data yang didapatkan juga bahwa masih ada orang yang pernah berstatus narapidana setelah memperoleh kebebasan masih ada melakukan tindakan kriminal yang membuatnya masuk kembali ke dalam Lembaga Pemasyarakatan.¹⁰

Melihat kondisi yang dialami narapidana Lapas Kelas III Mamasa belum menunjukkan hasil yang diharapkan dalam upaya rehabilitasi dan reintegrasi. Maka dari sinilah perlu untuk ditingkatkan suatu pendekatan dalam upaya rehabilitasi dan reintegrasi terhadap narapidana untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai dalam rehabilitasi dan reintegrasi terhadap narapidana. Selama ini di Lapas kelas III Mamasa upaya rehabilitasi dan reintegrasi yang ditempuh oleh pihak Lapas untuk merehabilitasi dan mereintegrasikan narapidana yakni pendekatan spiritual. Pendekatan spiritual ini didasarkan pada aspek nilai-nilai keyakinan, pengalaman rohani yang berkaitan makna hidup dan hubungan dengan Tuhan (beribadah, ceramah, berdiskusi dan pembinaan).¹¹ Namun hal ini rupahnya tidak menyelesaikan persoalan yang dialami oleh narapidana sehingga perlu pendekatan yang lain untuk

⁹Hasil Wawancara di Lapas Kelas III Mamasa Terhadap Salah Satu Narapidana

¹⁰Hasil Wawancara Petugas Lapas Kelas III Mamasa

¹¹Ibid., Hasil Wawancara Petugas Lapas Kelas III Mamasa

menolong narapidana. Pendekatan yang penulis anggap baik dalam hal ini adalah pendekatan *cognitive behavior therapy* (CBT).

Penulis menawarkan intervensi pendekatan *cognitive behavior therapy* karena pendekatan ini penulis anggap baik diterapkan terhadap narapidana. Pendekatan *cognitive behavior therapy* (CBT) mampu untuk memperbaiki pola pikir serta perilaku negatif, meningkatkan kesadaran akan konsekuensi tindakan, dan mengurangi risiko untuk kembali ke tindakan kriminal.

Cognitive behavior therapy merupakan sebuah pendekatan konseling yang fokus pada perubahan perilaku dan pola pikir negatif, dalam konteks narapidana, membantu mereka mengatasi *distorsi kognitif* dan kebiasaan negatif membuka peluang untuk transformasi positif.¹² Jadi pendekatan *cognitive behavior therapy* ini membantu narapidana memperbaiki perilaku, mengelola emosi dan membuka pintu untuk kesempatan yang lebih baik dalam reintegrasi ke masyarakat setelah masa tahanan. Terapi ini bertujuan untuk membantu individu mengenali dan mengubah pola pikir negatif atau tidak sehat serta perilaku yang tidak

¹²A. Kadandra Oemerjoide, *Pendekatan Cognitive Behavior Therapy Dalam Psikoterapi* (Jakarta: Kreatif Media Jakarta, 2003), 6.

menguntungkan.¹³ Dengan ini pendekatan *cognitive behavior therapy* tepat untuk digunakan sebagai upaya rehabilitasi dan reintegrasi terhadap narapidana di Lapas Kelas III Mamasa.

Sekaitan dengan topik ini yang akan penulis kaji, penulis menemukan beberapa penelitian sebelumnya yang juga membahas sekaitan dengan pendekatan *cognitive behavior therapy*. Penelitian pada tahun 2019, Rezki Suci Qamaria mengkaji tentang efektivitas konseling dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* untuk meningkatkan harga diri. Muhimmatul Farihah, Imas Kania Rachman (2017) mengkaji tentang pendekatan *cognitive behavior therapy* berbasis Islam untuk mengatasi kecemasan sosial narapidana. Berfokus pada intervensi yang disesuaikan dengan tradisi keagamaan konseli itu sendiri sebagai landasan untuk mengidentifikasi dan mengganti pikiran dan perilaku. Sedangkan kecemasan sosial merupakan gangguan kecemasan yang berhubungan dengan sosial yang merespon kognitif dan afektif yang ditandai dengan perasaan takut, hambatan, malu, menghina, menghindari interaksi dengan orang lain, dan evaluasi negatif dari orang lain.¹⁴ Tahun 2013, Umar Yusuf, Luki Setianto meneliti mengenai Efektivitas "terapi perilaku

¹³Beck J. S, "Cognitive Behavioral Therapy: Basicd and Beyond (2aded)," *Guilford Press*. (2011).

¹⁴Qamaria Rezki Suci, "Efektivitas Konseling Dengan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Harga Diri," *Jurnal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 4.2 (2019), 148.

kognitif" terhadap penurunan derajat stress, yang bertujuan *cognitive behavior therapy* (CBT) merupakan salah satu cara yang efektif untuk menurunkan derajat stres pada pasien *Low Back Pain* (LBP) kronik. LBP kronis dapat dibagi menjadi tampilan fisik dan psikogenik. LBP psikogenik merupakan hasil proses kognitif yang berhubungan dengan stres. Penelitian ini dilakukan untuk mendapatkan gambaran bagaimana efek CBT dapat membantu menurunkan derajat stres pada pasien LBP kronis di RS 'X' Bandung.¹⁵

Meninjau beberapa literatur di atas, penulis melihat belum ada yang mengkaji tentang pendekatan *cognitive behavior therapy* sebagai upaya rehabilitasi dan reintegrasi terhadap narapidana. Melihat dari uraian sebelumnya penulis tertarik untuk meneliti dengan judul pendekatan *cognitive behavior therapy* sebagai upaya rehabilitasi dan reintegrasi terhadap narapidana di Lapas Kelas III Mamasa.

B. Fokus Masalah

Penelitian ini difokuskan pada pendekatan *cognitive behavior therapy* sebagai upaya rehabilitasi dan reintegrasi terhadap narapidana di Lapas Kelas III Mamasa.

¹⁵Yusuf Umar dan Setianto Luki, "Efektivitas 'Terapi Perilaku Kognitif' Menuju Penurunan Derajat Stres," *MIMBAR: Jurnal Sosial dan Pembangunan* 29.2 (2013), 175–186.

C. Rumusan Masalah

Dengan mempertimbangkan latar belakang masalah, maka rumusan masalah yang dibahas dalam tulisan ini adalah bagaimana pendekatan *cognitive behavior therapy* sebagai upaya rehabilitasi dan reintegrasi terhadap narapidana di Lapas Kelas III Mamasa?

D. Tujuan Penelitian

Dengan mempertimbangkan rumusan masalah, maka tujuan penulisan ini adalah untuk menawarkan untuk gunakan pendekatan *cognitive behavior therapy* sebagai upaya rehabilitasi dan reintegrasi terhadap narapidana di Lapas Kelas III Mamasa.

E. Manfaat penelitian

1. Manfaat Akademik

Penelitian ini dapat memberi kontribusi bagi pengembangan pastoral konseling di Pascasarjana Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja mengenai pendekatan *cognitive behavior therapy* sebagai upaya rehabilitasi dan reintegrasi terhadap narapidana.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Melalui penelitian ini penulis dapat memperoleh tambahan pengetahuan mengenai pendekatan *cognitive behavior therapy* sebagai upaya rehabilitasi dan reintegrasi terhadap narapidana.

b. Bagi Lapas

Penelitian ini dapat memberi kontribusi bagi pengelola lapas dan para terapis dengan menggunakan *cognitive behavior therapy* rehabilitasi dan reintegrasi terhadap narapidana di Lapas Kelas III Mamasa.

F. Sistematika Penulisan

Dalam mengkaji topik-topik masalah ini, maka penulis memakai sistematika penulisan sebagai berikut:

Bab I PENDAHULUAN: Bagian ini terdiri dari latar belakang masalah, fokus masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

Bab II LANDASAN TEORI: Menguraikan tentang landasan teori mengenai pendekatan *cognitive behavior therapy* sebagai upaya rehabilitasi dan reintegrasi terhadap narapidana.

Bab III METODE PENELITIAN: Jenis penelitian, gambaran umum lokasi penelitian, waktu dan tempat penelitian, jenis data, teknik pengumpulan data, narasumber/informan, teknik analisis data, keabsahan data, jadwal penelitian.

Bab IV TEMUAN PENELITIAN DAN ANALISIS.

Bab V PENUTUP: Kesimpulan dan saran.



