

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres merupakan suatu keadaan dimana individu mengalami suatu tekanan terhadap suatu masalah yang harus diatasi untuk mendapatkan suatu hasil yang maksimal (Fahmi, 2019).

Stres dapat terjadi kepada siapa saja, salah satunya adalah pada warga binaan yang ada di Lembaga Pemasyarakatan (Fahmi, 2019). Warga binaan wanita yang mengalami stress bisa berbentuk gangguan fisiologis, seperti sering pusing atau sakit kepala, batuk, terkena penyakit kulit dan susah tidur. Adapun gangguan psikologis, seperti kehilangan semangat dan gairah hidup, sering merasa bingung, sulit berkonsentrasi, rasa gelisah, resah serta mudah marah dan tersinggung (Sati & Harahap, 2020).

Penelitian mengenai tingkat stress di dunia didapatkan sebesar 38-71%, sedangkan di Asia sebesar 39,6-61,3% (Ambarwati et al., 2019). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi gangguan emosional atau stres di Indonesia adalah sebesar 6,0% atau sekitar 37,728 orang dengan hasil penelitian distribusi frekuensi tingkat stres pada warga binaan terdapat 15 orang dengan tingkat stres normal 26%, 25 orang dengan tingkat stress ringan 42%, 12 orang dengan tingkat stress sedang 20%, 5 orang dengan tingkat stress berat 9%, dan 3 orang dengan tingkat stress sangat berat 2% (Fahmi, 2019). Menurut RISKESDAS (2018) didapatkan

hasil bahwa jumlah gangguan emosional khususnya di Jawa Timur sebesar 6,8% atau sebanyak 111.878 jiwa (Widiyawati & Afifah, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan di lembaga permasyarakatan pada tanggal 21 Januari 2022 terhadap 10 Warga Binaan di Lembaga Permasyarakatan Banyuwangi didapatkan bahwa respon yang mengalami harga diri tinggi terdapat 9 orang (90 %) Sedangkan yang mengalami stres berat sebanyak 3 orang (30 %), dan yang tidak mengalami stres sebanyak 5 orang (50 %). Penelitian yang dilakukan oleh Francois Steyn dan Brittany pada tahun 2015 mengatakan bahwa perilaku perempuan yang dipenjarakan memiliki kondisi kesehatan mental yang lebih buruk dibandingkan dengan populasi umum. Mayoritas responden melaporkan tingkat depresi normal hingga sedang (69,8%), kecemasan (68,3%) dan stres (74,2%).

Perbedaan kehidupan sebelum dengan sesudah masuk lapas yang jauh berbeda membuat narapidana rentan mengalami stress (Rodiatul Hasanah Siregar, 2020). Selama menjalankan hukuman kurungan, pada situasi ini bukanlah suatu hal yang menyenangkan bagi narapidana dikarenakan ruang gerak dan hubungan sosial narapidana yang dibatasi oleh tembok tinggi dan kokoh. Kondisi inilah yang membuat para narapidana mengalami stres yang dapat menyebabkan narapidana memiliki kesehatan mental yang buruk atau rendah (Kurniawan & Pemasyarakatan, 2021). (Rodiatul Hasanah Siregar, 2020) apabila stres tidak ditangani dan dikelola dengan baik, maka akan memberikan efek jangka lama yang berdampak pada timbulnya penyakit, gangguan somatik, gangguan kesehatan, dan gangguan fungsional.

Selain dapat membahayakan diri sendiri, lingkungan, maupun orang lain juga bisa terjadi percobaan bunuh diri pada individu yang mengalami stres dan harga diri rendah (Anggit & Ni, 2017a). (Sati & Harahap, 2020) Hal ini yang dirasakan warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B kota Padang.

Untuk mengurangi tingkat stress pada narapidana di lapas dengan cara meningkatkan harga diri, diharapkan stres yang dialami warga binaan berkurang atau mendekati kondisi normal. Warga binaan di lapas membutuhkan motivasi, hiburan, nasehat dari keluarga melalui adanya kunjungan keluarga ke lapas (Sati & Harahap, 2020).

Selain itu juga ada pembinaan keagamaan yang selalu rutin dilakukan misalnya untuk narapidana yang beragama muslim biasanya melakukan pengajian di tempat yang disediakan, narapidana ini juga rutin melakukan ibadah bersama-sama dengan narapidana lainnya. Untuk narapidana yang beragama non muslim juga ada kegiatan keagamaan yang bersangkutan dengan agamanya masing-masing dan juga melakukan kegiatan aktivitas berolahraga bersama (Anggit & Ni, 2017).

Berdasarkan latar belakang masalahnya di atas maka peneliti akan melakukan penelitian perihal Hubungan *Self Esteem* dengan Tingkat Stres Warga Binaan Perempuan Pada Lembaga Pemasyarakatan Banyuwangi 2022.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah Hubungan *Self Esteem* Dengan Tingkat Stres Warga Binaan Perempuan Pada Lembaga Pemasyarakatan Banyuwangi 2022 ?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui adanya Hubungan *Self Esteem* Dengan Tingkat Stres Warga Binaan Perempuan Pada Lembaga Perasyarakatan Banyuwangi 2022.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi *Self Esteem* Pada Warga Binaan Perempuan Di Lembaga Perasyarakatan Banyuwangi 2022.
2. Mengidentifikasi Tingkat Stres Warga Binaan Perempuan Di Lembaga Perasyarakatan Banyuwangi 2022.
3. Menganalisis Hubungan *Self Esteem* Dengan Tingkat Stres Warga Binaan Perempuan Pada Lembaga Perasyarakatan Banyuwangi 2022.

1.4 Manfaat Peneliti

Berdasarkan tujuan penelitian, manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1.4.1 Manfaat Teoritis

Mengembangkan ilmu pengetahuan dibidang kesehatan khususnya ilmu keperawatan serta dapat memberikan pengetahuan dan menjadi masukan untuk penelitian selanjutnya terkait *Self Esteem* Dan Tingkat Stres.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti Yang Akan Datang

Menambah pengetahuan, pengalaman dan sumber referensi bagi peneliti berikutnya pada penelitian Hubungan *Self Esteem* Dengan Tingkat Stres Warga Binaan Perempuan Pada Lembaga Perasyarakatan.

2. Bagi Responden

Memberikan informasi terkait pentingnya Hubungan *Self Esteem* Dengan Tingkat Stres Pada Warga Binaan Perempuan Di Lembaga Perasyarakatan.

3. Bagi Institusi

Penelitian ini mampu memberikan masukan kepada institusi kesehatan sebagai bahan referensi untuk meningkatkan ilmu pengetahuan, *Self Esteem* dan Tingkat Stres pada Warga Binaan.

4. Tempat Penelitian

Penelitian diharapkan dapat memberikan motivasi, masukan bagi pengelola lembaga pemasyarakatan dan memberikan pengetahuan mengenai *Self Esteem* dan Tingkat Stres pada Warga Binaan.

5. Ilmu Keperawatan

Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang *Self Esteem* dengan Tingkat Stres Warga Binaan perempuan sehingga dapat memberikan informasi dan arahan mengenai *Self Esteem* dengan tingkat stres Warga Binaan.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Narapidana

2.1.1 Pengertian

Narapidana adalah seseorang yang melanggar norma dan telah mendapatkan keputusan hukum tetap berupa hilangnya hak kemerdekaan sehingga menjalani kesehariannya di sebuah Lembaga Pemasyarakatan untuk melaksanakan pembinaan (Anggraini, 2019)

Narapidana adalah seseorang yang melanggar tata cara dan telah mendapatkan keputusan hukum tetap berupa hilangnya hak kemerdekaan sehingga menjalani kesehariannya di sebuah Lembaga Pemasyarakatan untuk melaksanakan pembinaan. Selama tinggal di Lembaga Pemasyarakatan, narapidana yang awalnya memiliki kebebasan sebagai individu yang mempunyai beberapa keterbatasan, misalnya dalam hal hukum dan aturan yang wajib dipenuhi, hilangnya privasi, serta terpisah dari dunia luar seperti keluarga, sahabat, dan pekerjaan (Anggraini, 2019).

Narapidana wanita secara hak dan kewajiban sama dengan narapidana laki-laki namun, secara psikologis keadaan narapidana wanita dan pria berbeda, keadaan emosi, dan kesehatan mental narapidana wanita berbeda dengan narapidana laki-laki (Ardilla & Herdiana, 2013)

2.1.1 Hak – Hak Narapidana

Hak-hak narapidana sesuai Pasal 14 Undang-Undang nomor 12 tahun 1995 ialah sebagai berikut :

1. Narapidana berhak melakukan ibadah sesuai dengan agama atau kepercayaannya
2. Mendapat perawatan baik perawatan rohani maupun jasmani,
3. Mendapatkan pendidikan dan pengajaran,
4. Menerima pelayanan kesehatan dan makanan yang layak,
5. Menyampaikan keluhan,
6. Mendapatkan bahan bacaan serta mengikuti siaran media massa lainnya yang tidak dilarang,
7. Menerima upah atau asuransi atas pekerjaan yang dilakukan,
8. Mendapatkan kunjungan keluarga,
9. Penasihat hukum, atau orang tertentu lainnya,
10. Menerima pengurangan masa pidana (remisi),
11. Mendapatkan kesempatan berasimulasi termasuk cuti mengunjungi keluarga,
12. Menerima pembebasan bersyarat, menerima cuti menjelang bebas
13. Mendapatkan hak-hak lain sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

2.2.Konsep Tahanan

2.2.1 Definisi Tahanan

Tahanan adalah seseorang tersangka atau terdakwa yang ditempatkan di dalam rumah tahanan (Rutan) sesuai peraturan Menteri hukum dan hak asasi manusia Republik Indonesia No.6 tahun 2013 tentang tata tertip Lembaga permasyarakatan dan Rumah rutan (Rendra widyakso, 2021).

Rumah Tahanan Negara adalah tempat tersangka atau terdakwa ditahan selama proses penyidikan, penuntutan, dan pemeriksaan di sidang pengadilan di Indonesia (Rachman, 2018)

Rumah tahanan merupakan faktor pemicu stres yang utama bagi para tahanan. Dirundung berbagai perasaan seperti kesepian, sesal, rasa bersalah, pesimisme, kehilangan harapan akan masa depan, putus asa, juga sering dirasakan sehingga menjadi sumber stres selama menjalani masa tahanan (Rahmawati et al., 2021).

2.2.2 Tujuan Tahanan

Tujuan rutan adalah pembinaan tahanan selama proses penyidikan, penuntutan, dan pemeriksaan di sidang pengadilan, hingga keluarnya putusan pengadilan yang berkekuatan hukum tetap (Rachman, 2018)

2.2.3 Fungsi tahanan

Memberikan jaminan perlindungan hak asasi tahanan negara dalam rangka memperlancar proses penyidikan, penuntutan dan pemeriksaan di

sidang pengadilan, menunjang kegiatan pembinaan tahanan (Rachman, 2018)

Melindungi masyarakat terhadap kejahatan, memberi efek jera agar seseorang tidak melakukan kejahatan lagi dengan cara memperbaiki dan mendidik tahanan, mencegah dan menyembuhkan, perlindungan hak asasi manusia termasuk para pelaku kejahatan (Rachman, 2018)

2.2.4 Klaasifikasi Tahanan

Rachman, 2018 Klasifikasi Rumah Tahanan Negara didasarkan atas daya muat atau daya tampung dan didasarkan atas kapasitas, menjadi:

1. Rumah Tahanan Negara Kelas I > 1500 Orang
2. Rumah Tahanan Negara Kelas IIA > 500-1500 Orang
3. Rumah Tahanan Negara Kelas IIB = 1-500 Orang

2.3 Konsep Self Esteem

2.3.1 Definisi *Self Esteem*

Self-esteem atau harga diri merupakan penilaian diri seseorang terhadap kualitas-kualitas dalam dirinya serta terjadi terus menerus dalam diri manusia (Juniartha, 2015).

Self-esteem adalah konstruksi unidimensional yang mencerminkan sikap positif atau negatif terhadap diri sendiri, serta dalam pengertian ini melampaui evaluasi area fungsi tertentu (Oktalia, 2018).

Yudha, 2015 menjelaskan bahwa harga diri merupakan suatu evaluasi atau hasil penilaian yang dilakukan oleh diri sendiri terhadap

kemampuan yang dimilikinya. Penilaian tersebut dipengaruhi pengalaman yang diperoleh dari lingkungan sejak masih kecil. Harga diri tumbuh dan berkembang pada diri seseorang dari sejumlah penghargaan, penerimaan, perlakuan yang diperoleh dari lingkungan dalam hal hubungan antara seseorang dengan lingkungannya. Harga diri adalah apa yang seseorang rasakan berdasarkan pengalaman yang ia peroleh selama menjalani hidup (Fepyani Thresna Feoh, 2021). Harga diri seseorang dibentuk oleh beberapa faktor yaitu reaksi dari orang lain, perbandingan dengan orang lain, serta peran individu (Alfira, 2019). Harga diri adalah suatu penilaian diri terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisis seberapa jauh perilaku memenuhi ideal diri frekuensi pencapaian tujuan akan menghasilkan harga diri yang rendah atau harga diri yang tinggi (Anggit & Ni, 2017a).

2.3.2 Tingkatan *Self Esteem*

Menurut (Pratiwi, 2015) elemen – elemen yang berkaitan dengan pembentukan harga diri dibagi menjadi berikut :

1. *Power* (Kekuatan)

Kemampuan seseorang untuk mempengaruhi dan mengontrol orang lain dan diri individu sendiri.

2. *Virtue* (Kebijakan)

Ketaatan dari nilai yang mana meliputi nilai moral, lalu etika dan juga aturan- aturan yang ada didalam masyarakat sekitar.

3. *Significance* (Keberartian)

Significance (Keberartian) merupakan kebermaknaan seorang individu dalam lingkungannya.

4. *Competence* (kemampuan)

Competence (Kemampuan) merupakan kemampuan individu untuk mencapai keinginan yang diharapkan dalam hidupnya.

2.3.3 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi *Self Esteem*

(Patria jati kusuma, 2012) Menyebutkan bahwa terdapat faktor yang mempengaruhi harga diri seseorang faktor tersebut yaitu:

1. Lingkungan keluarga.

Peran keluarga sangat menentukan bagi perkembangan harga diri. Dalam keluarga, seorang untuk pertama kalinya mengenal orang tua yang mendidik dan membesarkannya serta sebagai dasar untuk bersosialisasi dalam lingkungan yang lebih besar.

2. Lingkungan sosial

Lingkungan sosial tempat individu mempengaruhi bagi pembentukan harga diri.

3. Faktor psikologis

Penerimaan diri akan mengarahkan individu mampu menentukan arah dirinya pada saat mulai memasuki hidup bermasyarakat sebagai anggota masyarakat yang sudah dewasa.

4. Jenis kelamin

Perbedaan jenis kelamin mengakibatkan terjadinya perbedaan dalam pola pikir, cara berpikir, dan bertindak antara laki-laki dan perempuan.

5. Kondisi Fisik

(Immerman & Gronich, 2016) menemukan adanya konsistensi antara daya tarik fisik, berat badan, dan tinggi badan dengan harga diri. Individu dengan kondisi fisik yang menarik cenderung memiliki harga diri yang lebih baik dibandingkan dengan kondisi fisik yang kurang menarik

6. Intelegensi

Individu dengan harga diri yang tinggi akan mencapai prestasi akademik yang tinggi, dibandingkan dengan individu yang memiliki harga diri yang rendah. Selain itu, individu yang memiliki harga diri yang tinggi juga memiliki skor intelegensi yang lebih baik, taraf aspirasi yang lebih baik, dan selalu berusaha lebih keras

2.3.4 Karakteristik *Self Esteem*

Menurut (Ginting, 2019) ada beberapa ciri ciri individu dengan harga diri tinggi, harga diri sedang maupun harga diri rendah, yaitu:

1. Harga Diri Tinggi

Harga diri tinggi adalah individu yang memiliki penghargaan serta penerimaan diri yang positif, menjadi pribadi yang tenang dan bertindak secara efektif. Selain itu, memiliki tingkat kecemasan yang rendah, sehingga dapat mengatasi kecemasan dengan lebih baik.

2. Harga Diri Sedang

Individu dengan harga diri sedang sepertinya mirip dengan individu yang memiliki harga diri tinggi dalam hal penerimaan diri, seperti cenderung diterima dengan baik, dan dibesarkan dalam kondisi yang cukup rasa hormat. Mereka merupakan individu yang cenderung merasa optimis, ekspresif, dan mampu menerima kritik. Tetapi dalam lingkungan sosialnya, individu ini mungkin menjadi tergantung pada orang lain, sehingga memunculkan ketidaknyamanan bagi dirinya. Ketidaknyamanan tersebut membuat individu menjadi lebih tidak aktif dibandingkan individu dengan harga diri tinggi dalam mencari pengalaman sosial yang akan meningkatkan evaluasi diri.

3. Harga Diri Rendah

Individu dengan harga diri rendah memiliki perasaan ditolak, ragu-ragu, merasa tidak berharga, merasa terisolasi, tidak memiliki kekuatan, tidak pantas dicintai, tidak mampu mengekspresikan diri, tidak mampu mempertahankan diri sendiri, dan merasa lemah untuk melawan kelemahan diri sendiri.

2.3.5 Hubungan Warga Binaan dengan *Self Esteem*

Jika dilihat secara psikologis, keadaan yang demikian menyebabkan narapidana menjadi tertekan jiwanya sehingga akan berdampak pada segi psikologisnya berupa penurunan harga diri. Secara umum, permasalahan yang menuntut narapidana untuk menyesuaikan diri adalah kehilangan kebebasan fisik, kehilangan kontrol atas hidup, kehilangan keluarga,

kehilangan barang dan jasa, kehilangan keamanan, kehilangan hubungan heteroseksual, kurangnya stimulasi, dan gangguan psikologis lainnya. Hal-hal tersebut akan menyebabkan seseorang menjadi stres (Juniartha, 2015)

Narapidana sering merasa dirinya tidak berguna ketika hidup di lembaga pemasyarakatan karena tidak dapat berbuat apa-apa. Mereka juga memikirkan kehidupan setelah keluar dari lembaga pemasyarakatan, Mereka juga akan merasanya dirinya sulit mendapatkan pekerjaan karena masa lalunya yang pernah ditahan di lembaga pemasyarakatan dan sudah dianggap penjahat. Ini dapat mengakibatkan mereka merasa dirinya tidak berguna lagi sehingga akan berdampak pada psikologisnya berupa penurunan harga diri (Alfira, 2019)

2.4. Alat ukur Self Esteem

Rosenberg Self-Esteem Scale merupakan alat ukur *self-esteem* yang dikembangkan oleh Rosenberg (1965). Alat ukur ini dikembangkan berdasarkan teori *self-esteem* yang dicetuskannya sendiri, di mana telah mendefinisikan *self-esteem* sebagai hasil evaluasi terhadap diri sendiri atau aspek evaluatif dari pengetahuan terhadap diri sendiri yang merefleksikan sejauh mana orang menyukai diri mereka sendiri (Wicaksana, 2019).

Alat ukur eksplisit yang digunakan (Wicaksana, 2019) adalah *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSeS)* yang dikembangkan oleh Rosenberg (1965). Alat Prosedur korelasi yang dilakukan olehnya menghasilkan koefisien korelasi sebesar $r_{(92)} = .221, p < .05$. Berdasarkan hasil korelasi ini, peneliti tersebut menyimpulkan bahwa alat ukur IISeT dinyatakan valid.

Self Esteem Scale Rosenberg memiliki reliabilitas sebesar 0,92. Penghitungan kembali nilai reliabilitas skala self esteem yang telah di adaptasi kedalam bahasa Indonesia menghasilkan nilai reliabilitas sebesar 0,639. Reliabilitas berkurang sebanyak 0,281 hal ini dapat disebabkan oleh proses alih bahasa.

RSES versi bahasa Indonesia terdiri dari lima item pernyataan negatif dan lima pernyataan positif dengan menggunakan skala likert. Contoh item pernyataan positif, seperti: secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya sendiri. Sedangkan contoh item pernyataan negatif, seperti: saya merasa tidak berguna. *RSES* versi bahasa Indonesia menunjukkan reliabilitas yang dapat diterima. Poin maksimum untuk *RSES* adalah 40 poin, sedangkan poin minimum adalah sepuluh poin. Skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat self-esteem yang lebih tinggi.

Respon yang diberikan dapat berupa mulai dari Sangat Tidak Setuju (STS) yang diberi skor 1, Tidak Setuju (TS) yang diberi skor 2, kemudian Setuju (S) yang diberi skor 3, dan terakhir respon Sangat Setuju (SS) yang diberi skor 4 (Wicaksana, 2019).

2.5. Konsep Stres

2.5.1 Definisi Stres

Stres merupakan respon maupun reaksi tubuh terhadap segala kejadian yang mengganggu dalam kehidupan yang kemudian diproses seseorang dengan menanggulangnya sebagai suatu tantangan atau ancaman kehidupan(Krisna Rini, 2016). Stres juga merupakan

tanggapan atau reaksi tubuh terhadap berbagai tuntutan atau beban atasnya yang bersifat non spesifik (Anggit & Ni, 2017a).

Stres merupakan respon normal terhadap setiap perubahan yang terjadi di lingkungannya, sehingga memungkinkan individu untuk mengambil langkah yang diperlukan untuk mengambil langkah yang di perlukan untuk menyesuaikan dengan situasi menekan (Alfira, 2019). Stres adalah suatu kondisi yang disebabkan oleh transaksi antara individu dengan lingkungan yang menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi dengan sumber daya system biologis, psikologis dan sosial dari individu lain disekitarnya (Selly Angraini, 2020).

Stres adalah reaksi dari tubuh (respon) terhadap lingkungan yang dapat memproteksi diri kita yang juga merupakan bagian dari sistem pertahanan yang membuat kita tetap hidup. Stres adalah kondisi yang tidak menyenangkan dimana manusia melihat adanya tuntutan dalam suatu situasi sebagai beban atau di luar batas kemampuan mereka untuk memenuhi kebutuhan tersebut (Amid Salmid, 2018).

2.5.2 Sumber Stres

Jaya, 2015 stressor psikososial adalah setiap keadaan atau peristiwa yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seorang (anak, remaja, atau dewasa), sehingga orang itu terpaksa mengadakan adaptasi atau menanggulangi stressor yang timbul. Pada umumnya jenis stressor psikososial dapat digolongkan sebagai berikut:

1. Perkawinan

Berbagai masalah perkawinan merupakan sumber stres yang dialami seseorang, misalnya pertengkaran, perpisahan, perceraian, kematian salah satu pasangan, ketidaksetiaan, dan lain sebagainya.

2. Problem Orang Tua

Permasalahan yang dihadapi orang tua misalnya tidak punya anak, kebanyakan anak, kenakalan anak, anak sakit, hubungan yang tidak baik dengan mertua, ipar, besan, dan lain sebagainya.

3. Hubungan interpersonal (antar pribadi)

Gangguan ini dapat berupa hubungan dengan kawan dekat yang mengalami konflik, konflik dengan kekasih, antara atasan dan bawahan, dan lain sebagainya.

4. Pekerjaan

Masalah pekerjaan merupakan sumber stres kedua setelah masalah perkawinan. Banyak orang menderita depresi dan kecemasan karena masalah pekerjaan ini, misalnya pekerjaan terlalu banyak, pekerjaan tidak cocok, mutasi, jabatan, kenaikan pangkat, pensiun, kehilangan pekerjaan (PHK), dan lain sebagainya.

5. Lingkungan hidup

Kondisi lingkungan yang buruk besar pengaruhnya bagi kesehatan seseorang misalnya soal perumahan, pindah tempat tinggal, pengusuran, hidup lingkungan yang rawan kriminalitas dan lain sebagainya

6. Keuangan

Masalah sosial ekonomi yang tidak sehat, misalnya pendapatan jauh lebih rendah dari pengeluaran, terlibat utang, kebangkrutan usaha, soal warisan, dan lain sebagainya.

7. Hukum

Keterlibatan seseorang dalam masalah hukum dapat merupakan sumber stres pula, misalnya tuntutan hukum, pengadilan, penjara, dan lain sebagainya

8. Perkembangan

Yang dimaksud disini adalah masalah perkembangan baik fisik maupun mental seseorang, misalnya masa remaja, masa dewasa, menopause, usia lanjut, dan lain sebagainya

9. Penyebab fisik atau cedera

Sumber stres yang dapat menimbulkan depresi dan kecemasan disini antara lain penyakit, kecelakaan, operasi atau pembedahan, aborsi dan lain sebagainya

10. Faktor keluarga

Yang dimaksud disini adalah faktor stres yang dialami oleh anak dan remaja yang disebabkan karena kondisi keluarga yang tidak baik (yaitu sikap orang tua), misalnya :

- a. Hubungan kedua orang tua yang dingin, penuh ketegangan, atau acuh tak acuh.
- b. Kedua orang tua jarang dirumah dan tidak ada waktu untuk bersama dengan anak-anak.

- c. Komunikasi antara orangtua dan anak yang tidak baik.
- d. Kedua orangtua berpisah atau bercerai.
- e. Salah satu orang tua menderita gangguan jiwa atau kepribadian.

2.5.3 Faktor Presifikasi Stres

Menurut Nasir (2011), faktor pemicu stres atau disebut juga faktor presifikasi stres antara lain :

1. Faktor fisik dan biologis

- a. Genetika : banyak ahli beranggapan bahwa masa kehamilan mempunyai kekraban dengan kemungkinan kerentanan stres pada anak yang dilahirkan
- b. *Case history* : beberapa penyakit dimasa lalu yang mempunyai efek psikologis dimasa depan, dapat berupa penyakit dimasa kecil seperti demam tinggi yang mempengaruhi kerusakan gendang telinga, kecelakaan yang mengakibatkan kehilangan organ atau bagian tubuh, patah tulang, dan sebagainya.
- c. Pengalaman hidup : mencakup *case history* dan pengalaman-pengalaman hidup yang mempengaruhi perasaan independen yang menyangkut kematangan organ-organ seksual pada masa remaja
- d. Tidur : Istirahat yang cukup akan memberikan energi pada kegiatan yang sedang dilakukan. Penderita insomnia mempunyai kerentan terhadap stres yang lebih berat.
- e. Diet : diet yang berlebihan dapat meningkatkan stres berat.

f. Postur tubuh : dalam beberapa kasus, postur tubuh dapat berperan sebagai stresor, misalnya individu yang berkeinginan untuk menjadi polisi atau tentara, batasan tinggi badan dapat menjadi kendala bila yang bersangkutan tidak mencapai taraf yang telah ditentukan.

g. Penyakit: beberapa penyakit dapat menjadi stresor pada individu

2. Faktor psikologis

a. Persepsi : kadar stres bergantung pada individu dalam bereaksi terhadap stres tersebut yang juga dipengaruhi oleh bagaimana individu berpersepsi terhadap stresor yang muncul.

b. Emosi : kemampuan mengenal dan membedakan setiap perasaan emosi sangat berpengaruh terhadap stres yang dialaminya.

c. Situasi psikologis : hal-hal yang mempengaruhi proses berfikir dan penilaian terhadap situasi-situasi yang mempengaruhinya.

3. Faktor lingkungan

a. Lingkungan fisik : kondisi atau kejadian yang berhubungan dengan keadaan sekeliling individu dapat terjadinya stress.

b. Lingkungan biotik : gangguan yang berasal makhluk mikroskopik berupa virus dan bakteri.

c. Lingkungan sosial : hubungan yang buruk dengan dengan orang tua, bos, rekan kerja adalah hal-hal yang berhubungan dengan orang lain, yang apabila tidak berjalan dengan baik akan menjadi stresor.

2.5.4 Tahap Stres

Manurut Hawari (2013), stres di bagi menjadi beberapa tahap sebagai berikut:

1. Tahap 1

Tahap ini merupakan tahap stres yang paling ringan, dan biasanya disertai dengan perasaan-perasaan sebagai berikut:

- a. Semangat bekerja besar, berlebihan (*over acting*)
- b. Penglihatan “tajam” tidak sebagaimana biasanya
- c. Merasa mampu menyelesaikan pekerjaan lebih dari biasanya namun tanpa disadari cadangan energi dihabiskan (*all out*) disertai rasa gugup yang berlebihan pula
- d. Merasa senang dengan pekerjaan itu dan semakin merasa bersemangat, namun tanpa disadari cadangan energi semakin menipis.

2. Tahap 2

Dalam tahap ini dampak stress yang semula “menyenangkan” sebagaimana diuraikan pada tahap 1 diatas mulai menghilang, dan timbul keluhan-keluhan yang disebabkan karena cadangan energi tidak lagi cukup sepanjang hari karena tidak cukup waktu untuk beristirahat. Istirahat antara lain dengan tidur yang cukup bermanfaat dengan mengisi atau memulihkan cadangan energi yang mengalami deficit. Analogi dengan hal ini adalah misalnya handphone yang sudah lemah harus kembali diisi ulang agar dapat digunakan lagi dengan baik. Keluhan-keluhan yang sering

dikemukakan oleh seseorang yang berada pada stress tahap 2 adalah sebagai berikut:

- a. Merasa letih sewaktu bangun pagi, yang seharusnya merasa segar
- b. Merasa mudah lelah sesudah makan siang
- c. Lekas merasa cape menjelang sore hari
- d. Sering mengeluh lambung atau perut tidak nyaman
- e. Detakan jantung lebih keras dari biasanya
- f. Otot-otot punggung dan tengkuk berasa tegang
- g. Tidak bisa santai

3. Tahap 3

Bila seseorang itu tetap memaksakan diri dalam pekerjaannya tanpa menghiraukan keluhan-keluhan sebagaimana diuraikan di atas maka stress pada tahap 2 tersebut, yang bersangkutan akan menunjukan keluhan-keluhan yang semakin nyata dan mengganggu yaitu:

- a. Gangguan lambung dan usus semakin nyata, misalnya keluhan “maag”, buang air besar tidak teratur (diare)
- b. Ketegangan otot-otot semakin terasa
- c. Perasaan ketidak tenangan dan ketegangan emosional meningkat
- d. Gangguan pola tidur, misalnya sukar untuk mulai masuk tidur atau terbangun tengah malam dan sukar kembali tidur atau bangun terlalu pagi/dini hari dan tidak dapat kembali tidur

- e. Koordinasi tubuh terganggu (badan terasa oyong dan serasa mau pingsan) Pada tahap ini seseorang sudah harus berkonsultasi pada dokter untuk memperoleh terapi atau bias juga beban stress hendaknya dikurangi dan tubuh memperoleh kesempatan untuk beristirahat guna menambah suplai energi yang mengalami deficit.

4. Tahap 4

Tidak jarang seseorang pada waktu memeriksa diri ke dokter sehubungan dengan keluhan-keluhan stress tahap 3 diatas, oleh dokter dinyatakan tidak sakit karena tidak ditemukan kelainan-kelainan fisik pada organ tubuhnya. Bila hal ini terjadi dan yang bersangkutan terus memaksakan diri untuk bekerja tanpa mengenal istirahat, maka gejala stress tahap 4 akan muncul:

- a. Untuk bertahan sepanjang hari saja sudah terasa amat sulit
- b. Aktivitas pekerjaan yang semula menyenangkan dan mudah diselesaikan menjadi membosankan dan terasa lebih sulit
- c. Yang semula tanggap terhadap situasi menjadi kehilangan kemampuan untuk merespon secara memadai
- d. Ketidakmampuan untuk melaksanakan kegiatan rutin sehari-hari
- e. Gangguan pola tidur disertai dengan mimpi-mimpi yang menegangkan
- f. Seringkali menolak ajakan karena tidak ada semangat dan kegairahan

- g. Daya konsentrasi dan daya ingat menurun timbul perasaan dan kecemasan yang tidak dapat dijelaskan apa penyebabnya

5. Tahap 5

Bila keadaan berlanjut, maka seseorang itu akan jatuh dalam stress tahap 5 yang ditandai dengan hal-hal berikut:

- a. Kelelahan fisik dan mental yang semakin mendalam
- b. Ketidakmampuan untuk menyelesaikan pekerjaan sehari-hari yang ringan dan sederhana
- c. Gangguan sistem pencernaan semakin berat
- d. Timbul perasaan ketakutan dan kecemasan yang semakin meningkat, mudah bingung dan panik.

6. Tahap 6

Tahap ini merupakan tahap klimaks, seseorang mengalami serangan panik dan perasaan takut mati. Gambaran stres tahap 6 ini adalah sebagai berikut:

- a. Debaran jantung teramat keras
- b. Susah bernafas (sesak dan mengap-mengap)
- c. Sekujur badan tersa gemetar, dingin dan keringat bercucuran
- d. Ketiadaan tenaga untuk hal-hal yang ringan
- e. Pingsan atau kolaps bila dikaji maka keluhan atau gejala-gejala sebagaimana digambarkan diatas lebih di dominasi oleh keluhan-keluhan fisik yang disebabkan oleh gangguan faal organ tubuh sebagai akibat stresor psikososial yang melebihi kemampuan seseorang untuk mengatasinya.

2.5.5 Faktor Penangan Tingkat Stres

(Megawati et al., 2015) faktor penangan tingkat stress di bagi menjadi

2, yaitu :

1. Mendekat (*approach strategies*)

Meliputi usaha untuk memahami penyebab stress dan usaha untuk menghadapi penyebab stress dengan cara menghadapi konsekuensi yang ditimbulkannya secara langsung.

2. Menghindar (*avoidance strategies*)

Usaha kognitif untuk menyangkal atau meminimalisasikan penyebab stress dan usaha yang muncul dalam tingkah laku, untuk menarik atau menghindar dari penyebab stress

2.5.6 Cara Menurunkan Tingkat stres

Pada umumnya seseorang mengurangi stress dengan melakukan kegiatan seperti jalan-jalan, bermain game, shopping, olahraga, mendengarkan musik, dll. Berbeda dengan komunitas Purbalingga Street Art (PUSAR) yang mengurangi tingkat stress menggunakan art therapy. Art therapy adalah sebuah proses kreatif seperti menyanyi, bermain drama, menggambar, menari, dan membuat puisi (Khotimah & Budiyo, 2019)

Penanganan stres sangat tergantung pada coping seseorang. Sebagian besar WBP perempuan memiliki coping yang cukup baik dan kurang baik, semakin rendah coping seseorang maka semakin tinggi peluang seseorang tersebut terkena stress (Fahmi, 2019).

2.5.7 Tingkat Stres

(M.Salah, 2018) mengklasifikasi tingkat stress, yaitu:

1. Stres ringan

Pada tingkat stres ini sering terjadi pada kehidupan sehari-hari dan kondisi dapat membantu individu menjadi waspada dan bagaimana mencegah berbagai kemungkinan akan terjadi. Stres ini tidak termasuk aspek fisiologik seseorang. Pada respon psikologi didapatkan merasa mampu menyelesaikan pekerjaan lebih dari biasanya, namun tanpa disadari cadangan energi semakin menipis, pada respon perilaku didapat semangat kerja berlebihan, merasa mudah lelah dan tidak bisa santai.

2. Stres sedang

Pada tingkat ini individu lebih memfokuskan hal penting saat ini dan mengesampingkan yang lain sehingga mempersempit lahan persepsinya. Respon fisiologis dari tingkat stres ini di dapat gangguan pada lambung dan usus, buang air besar tidak teratur, ketegangan pada otot gangguan pola tidur dan mulai terjadi gangguan siklus pada dan pola menstruasi. Respon psikologis berupa perasaan ketidaktenangan dan ketegangan emosional semakin meningkat, merasa aktivitas menjadi membosankan dan terasa lebih sulit, sertatimbul perasaan ketakutan dan kecemasan yang tidak dapat dijelaskan penyebabnya.

3. Stres berat

Pada tingkat stress ini, persepsi individu sangat menurun dan cenderung memusatkan perhatian hal-hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi stress. Individu tersebut mencoba memusatkan perhatian pada lahan lain dan memerlukan banyak pengarahan. Pada aspek fisiologik didapat gangguan sistem pencernaan berat, debar jantung semakin keras, sesak nafas dan sekujur tubuh terasa gemetar. Pada respon psikologis didapatkan, merasa kelelahan fisik, timbul perasaan takut, cemas yang semakin meningkat, mudah bingung dan panik.

4. Stres sangat berat

Orang dengan keadaan stres sangat berat melakukan sesuatu dengan pengarahan sulit dan dapat menimbulkan tanda dan gejala seperti, debar jantung teramat keras, susah bernafas, sekujur tubuh kaku dan keringat bercucuran, dan ketiadaan tenaga untuk hal-hal yang ringan.

2.5.8 Cara pengukuran Stres

Tingkat Stres adalah penilaian dari berat ringannya stress yang di alami seseorang. Tingkatan stress ini di ukur dengan menggunakan *Depression Anxiety Stress Scale 42* (DASS 42) oleh Lovibond (1995).

Angket dalam penelitian ini adalah pre-test dan post-test yang beracuan dengan skala *Depretion Anxiety Stress Scale* atau DASS. Depresi, ansietas dan stress dinilai dengan menggunakan kuesioner *Depretion Anxiety Stress Scale* atau DASS yang dikeluarkan oleh *Psychology Foundation* Australia (Masdar, dkk, 2016: 138-143).

Menurut Akin dan Cetin, DASS atau *Depretion Anxiety Stress Scale* merupakan alat ukur yang efektif dan valid serta handal dalam menilai keadaan emosional untuk mengukur tingkat stress (Setiana & Cristin, 2017: 2).

DASS terdiri dari 3 skala yang dirancang untuk mengukur 3 jenis keadaan emosional, yaitu depresi, kecemasan, dan stres pada seseorang. Dan masing-masing skala terdiri dari 14 pertanyaan (Purwandari, 2016: 123) :

1. Sedih dan tertekan
2. Merasa tidak berharga
3. Merasa hidup tidak bermanfaat
4. Tidak mendapat kesenangan
5. Merasa putus asa
6. Tidak merasa antusias
7. Mulut kering
8. Sering gemetar
9. Berkeringat tanpa sebab
10. Sulit menelan
11. Tidak berdaya
12. Marah karena hal sepele
13. Bereaksi berlebihan terhadap situasi
14. Sulit untuk beristirahat
15. Mudah merasa kesal
16. Menghabiskan banyak energi karena cemas

17. Tidak sabaran
18. Mudah tersinggung
19. Mudah marah
20. Sulit tenang saat merasa kesal
21. Sulit untuk sabar
22. Merasa gelisah
23. Tidak bisa melakukan sesuatu
24. Tidak ada perasaan positif

2.5.9 Hubungan *Self Esteem* Dengan Tingkat Stres Warga Binaan

Secara umum, permasalahan yang menuntut narapidana untuk menyesuaikan diri adalah kehilangan kebebasan fisik, kehilangan kontrol atas hidup, kehilangan keluarga, kehilangan barang dan jasa, kehilangan keamanan, kehilangan hubungan heteroseksual, kurangnya stimulasi, dan gangguan psikologis lainnya tersebut akan menyebabkan seseorang menjadi stress (Juniartha, 2015).

Warga binaan wanita yang mengalami stress bisa berbentuk gangguan fisiologis, seperti sering pusing atau sakit kepala, batuk, terkena penyakit kulit dan susah tidur. Adapun gangguan psikologis, seperti kehilangan semangat dan gairah hidup, sering merasa bingung, sulit berkonsentrasi, rasa gelisah, resah serta mudah marah dan tersinggung (Sati & Harahap, 2020).

Sedangkan menurut (Juniartha, 2015), harga diri merupakan apa yang seseorang rasakan berdasarkan pengalaman yang ia peroleh selama menjalani hidup. Jika dihubungkan dengan kondisi yang ada di Lapas

Kelas IIA Denpasar khususnya pada blok wanita, perubahan harga diri (*self-esteem*) narapidana wanita bisa disebabkan oleh adanya perubahan lingkungan dari kehidupan masyarakat ke penjara dan perubahan aktivitas sehari-hari.

Untuk mengurangi tingkat stress pada narapidana di lapas dengan cara meningkatkan harga diri, diharapkan stress yang dialami warga binaan berkurang atau mendekati kondisi normal. Warga binaan di lapas membutuhkan motivasi, hiburan, nasehat dari keluarga melalui adanya kunjungan keluarga ke lapas (Sati & Harahap, 2020).

Menurut (Juniartha, 2015) dalam penelitiannya disebutkan bahwa rasa percaya diri sangat signifikan berpengaruh terhadap tingkat stress. Khusus di Lapas, seseorang narapidana wanita yang memiliki rasa percaya diri akan bisa beradaptasi dengan lingkungannya lebih cepat dibandingkan dengan narapidana yang tidak memiliki percaya diri yang tinggi. Dalam hal ini penulis berasumsi bahwa rasa percaya diri sangat berpengaruh terhadap harga diri seseorang.

Berdasarkan hasil penelitian I Gusti Ngurah Juniartha, I Dewa Made Ruspawan, Ida Erni Sipahutar tahun 2015 bahwasannya ada Hubungan Antara Harga Diri (*Self Esteem*) Dengan Tingkat Stres Narapidana Wanita Di Lapas Kelas IIA Denpasar.

2.6. Tabel Sintesis Penelitian

No	Author	Tahun	Volume, Angka	Judul	Metode (Desain, Sample, Instrumen, Analisis)	Hasil Penelitian	Data
1.	Dien Novitasari, Lia Kurniasari	2020	Vol. 2 issue 1	Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Tingkat Stres Narapidana Perempuan di Lapas Perempuan Kelas IIA Samarinda	D : <i>cross sectional</i> S : Jumlah sampel sebanyak 180 responden I : kuesioner dukungan keluarga dan kuesioner DASS untuk mengukur tingkat stres A : <i>Rank Spearman</i>	Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan tingkat stres pada narapidana, yang dimana didapatkan p-value sebesar $0,075 >$ taraf signifikan α (0.05) berarti tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan tingkat stres pada narapidana di Lapas Perempuan Kelas IIA Samarinda	Google scholar
2.	Ni Wayan Lisnayanti, Ni Made Dian Sulistyowati, I Wayan Surasta Program	2015	Vol. 3 issue 2	Hubungan Tingkat Harga Diri (Self-Esteem) Dengan Tingkat Ansietas Orang Tua Dalam Merawat Anak Tunagrahita Di SDLB C Negeri Denpasar	D : <i>cross-sectional</i> S : Sampel penelitian ini terdiri dari 81 orang tua I : <i>Self-esteem</i> Coopersmith (1967) untuk mengetahui tingkat harga diri orang tua dan kuisisioner tingkat ansietas <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i> (HARS) A : <i>Rank Spearman</i>	Harga diri responden dalam penelitian ini yaitu dari 81 responden, sebagian besar responden memiliki tingkat harga diri sedang sebanyak 52 responden (64,2%). Tingkat ansietas responden dalam penelitian ini yaitu dari 81 responden, sebagian besar responden memiliki tingkat ansietas ringan yaitu	Google scholar

- | | | | | | | | |
|----|--|------|-------------------|--|--|--|----------------|
| 3. | Liana Asnita,
Arneliwati,
Jumaini | 2015 | Vol. 2 issue
2 | Hubungan Tingkat Stres Dengan Harga Diri Remaja Di Lembaga Pemasyarakatan | D : <i>cross sectional</i>
S : Jumlah responden 46 remaja dengan menggunakan metode pengambilan sampel yaitu total sampling
I : Kuisioer stres DASS 42 (<i>Depression Anxiety And Stress Scale</i>) dan Kuisioer Harga diri (<i>Ronsenberg Self Esteem Scale</i>)
A : <i>kolmogorov- smirnov</i> | sebanyak 34 responden (42,0%).
Hasil penelitian menunjukkan bahwa Penelitian yang dilakukan terhadap 46 responden didapatkan bahwa mayoritas responden mengalami stres sedang sebanyak 25 orang (54,3%), sedangkan responden yang mengalami stres ringan sebanyak 13 orang (28,3%) dan responden yang mengalami stres berat sebanyak 8 orang (17,4%). | Google scholar |
| 4. | I Gusti Ngurah Juniartha, I Dewa Made Ruspawan, Ida Erni Sipahutar | 2015 | Vol. 3 issue
2 | Hubungan Antara Harga Diri (<i>Self Esteem</i>) Dengan Tingkat Stres Narapidana Wanita Di Lapas Kelas IIA DENPASAR | D : <i>cross-sectional</i>
S : Jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu 64 orang
I : kuesioner Harga Diri (<i>Self Esteem</i>) Coopersmith (1967) dan Kuesioner Tingkat Stres Ahmad (1988) yang diisi langsung oleh narapidana wanita di Lapas Denpasar.
A : uji statistik <i>Rank Spearman</i> dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$ dan tingkat kepercayaan 95%. | Dari 64 narapidana wanita yang mengisi kuisioer diketahui untuk tingkat harga diri rendah dialami oleh 16 orang (25%), harga diri sedang dialami oleh 36 orang (56,2%) dan harga diri tinggi dialami oleh 12 orang (18,8%), sedangkan untuk tingkat stres narapidana wanita, didapat hasil untuk stres ringan dialami oleh 15 orang (23,4%), tingkat stres sedang dialami oleh 38 orang (59,4%) dan tingkat stres berat dialami oleh 11 orang (17,2%). | Google scholar |

5. Nelfice, Veny
Elita, Yulia
Irvani Dewi

2013

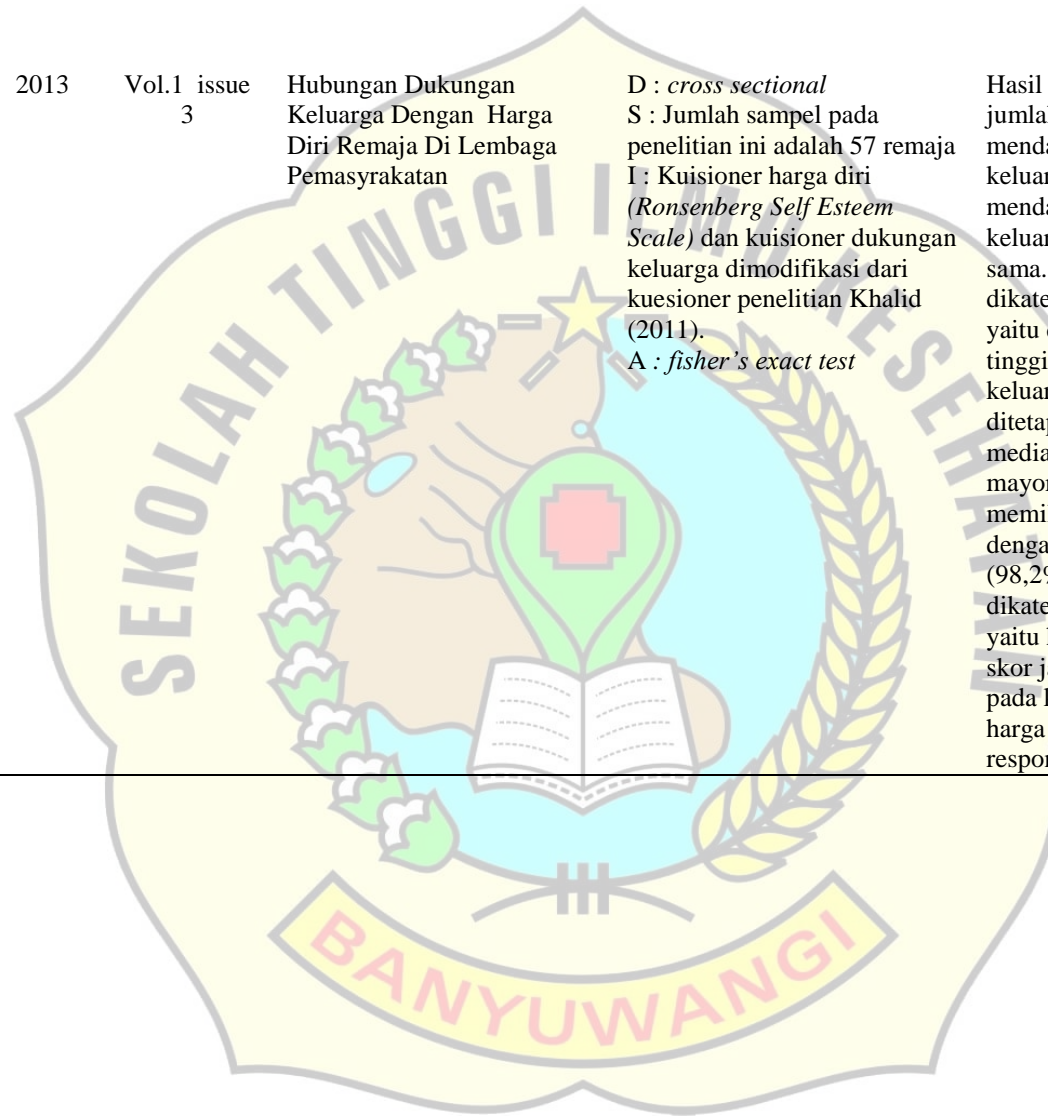
Vol.1 issue
3

Hubungan Dukungan
Keluarga Dengan Harga
Diri Remaja Di Lembaga
Pemasyarakatan

D : *cross sectional*
S : Jumlah sampel pada
penelitian ini adalah 57 remaja
I : Kuisisioner harga diri
(*Ronsenberg Self Esteem
Scale*) dan kuisisioner dukungan
keluarga dimodifikasi dari
kuesioner penelitian Khalid
(2011).
A : *fisher's exact test*

Hasil penelitian bahwa
jumlah responden yang
mendapatkan dukungan
keluarga tinggi dan yang
mendapatkan dukungan
keluarga rendah hampir
sama. Dukungan keluarga
dikategorikan menjadi 2
yaitu dukungan keluarga
tinggi dan dukungan
keluarga rendah yang
ditetapkan berdasarkan nilai
median=56. Sedangkan
mayoritas responden
memiliki harga diri tinggi
dengan jumlah 56 orang
(98,2%). Harga diri
dikategorikan menjadi 2
yaitu harga diri tinggi jika
skor jawaban responden
pada kuisisioner ≥ 20 , dan
harga diri rendah jika skor
responden < 20 .

Google
scholar



BAB 3

KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS

3.1. Kerangka Konseptual

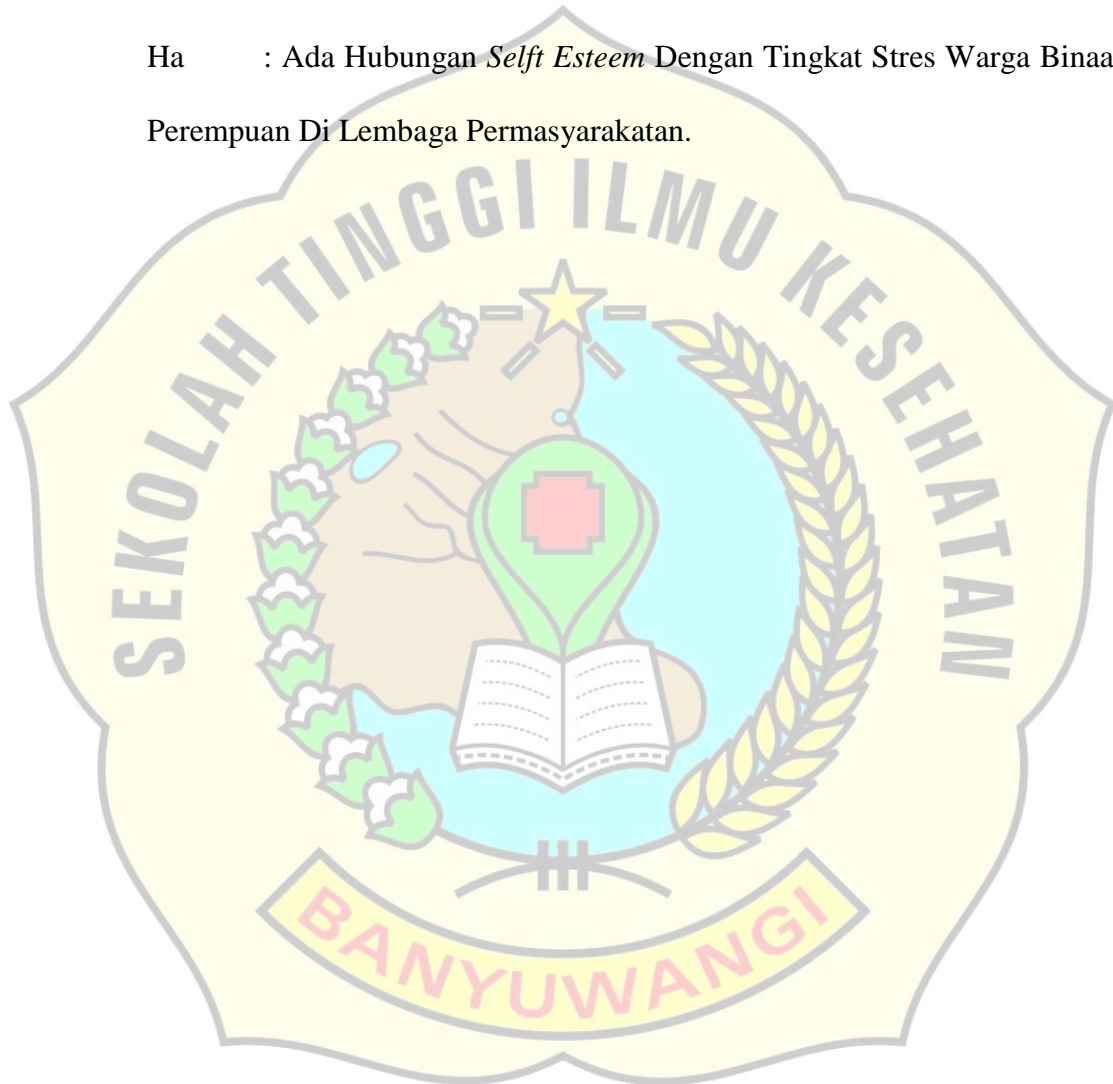


Bagan 3.1 Kerangka Konseptual Penelitian Hubungan *Self Esteem* Dengan Tingkat Stres Warga Binaan Perempuan Di Lembaga Pemasyarakatan Banyuwangi Tahun 2022.

3.2. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah pertanyaan tentang hipotesis tentang hubungan antara dua atau lebih variable yang seharusnya menjawab pertanyaan penelitian. Setiap hipotesis terdiri atas suatu unit atau bagian dari permasalahan (Nursalam, 2013). Hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut:

Ha : Ada Hubungan *Self Esteem* Dengan Tingkat Stres Warga Binaan Perempuan Di Lembaga Perasyarakatan.



BAB 4

METODELOGI PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Menurut Nursalam (2016) Desain penelitian adalah suatu strategi yang digunakan pada penelitian yang dipergunakan buat perancangan dan mengidentifikasi masalah dalam pengumpulan data serta digunakan untuk mendefinisikan struktur penelitian yang akan dilaksanakan.

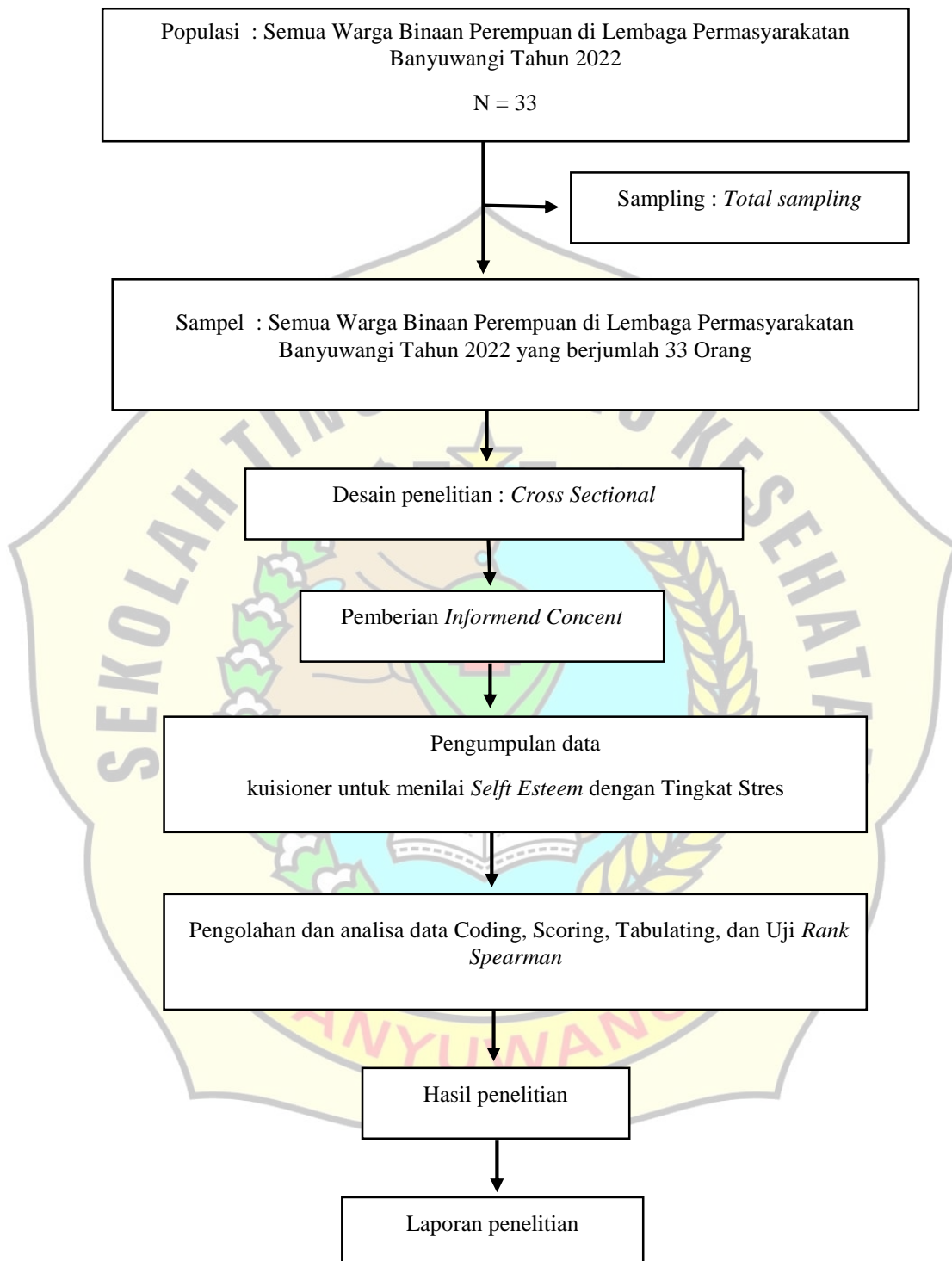
Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis desain penelitian korelasi. Menurut Nursalam (2016) Penelitian hubungan (korelasi/asosiasi) adalah penelitian yang mengkaji hubungan antara variabel, peneliti dapat mencari, menjelaskan suatu korelasi, memperkirakan, dan menguji berdasarkan teori yang ada.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan rancangan penelitian Cross Sectional yaitu untuk mencari hubungan antara variabel independen dan dependen secara bersamaan. Penelitian cross sectional merupakan jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran (observasi) data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada waktu yang sama (Nursalam, 2017).

4.2 Kerangka kerja

Kerangka operasional atau kerangka kerja penelitian merupakan bagan yang menerangkan langkah-langkah dalam aktivitas penelitian, yaitu kegiatan sejak

awal dilaksanakannya penelitian mulai dari penetapan populasi, sampel, dan seterusnya (Nursalam, 2016).



Bagan 4.1 : Kerangka Kerja Penelitian Hubungan *Self Esteem* Dengan Tingkat Stres Warga Binaan Perempuan di Lembaga Perumahan Banyuwangi Tahun 2022.

4.3 Populasi, Teknik Sampling, Sampel

4.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian adalah subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Warga Binaan Perempuan di Lembaga Perasyarakatan Banyuwangi pada bulan November tahun 2021 sejumlah 33 orang.

4.2.1 Teknik Sampling

Sampling adalah proses menyeleksi porsi dari populasi yang dapat mewakili populasi yang ada.

Teknik sampling merupakan cara yang digunakan dalam pengambilan sampel, agar memperoleh sampel yang sesuai dengan subjek penelitian (Nursalam, 2016).

Pada penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Menurut (Sugiyono, 2014) mengatakan bahwa *total sampling* adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel.

4.3.3 Sampel

Sampel merupakan sebagian atau perwakilan dari populasi yang diteliti. Sampel terdiri dari bagian populasi terjangkau yang dapat dipergunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling (Nursalam, 2016).

Sampel yang digunakan dalam penelitian adalah seluruh Warga Binaan Perempuan di Lembaga Perasyarakatan Banyuwangi.

4.4 Variabel Penelitian

Variabel adalah karakteristik atau perilaku yang memberikan nilai beda terhadap sesuatu (benda, manusia, dan lain-lain) (Nursalam 2016).

4.4.1 Variabel Bebas (Independen)

Variabel independen merupakan variabel yang mempengaruhi atau nilainya menentukan variabel lain, dimana biasanya bisa dimanipulasi, diamati, dan diukur untuk diketahui hubungannya atau pengaruhnya terhadap variabel lain (Nursalam, 2016). Variabel *independen* atau bebas pada penelitian ini adalah *Self Esteem*

4.4.2 Variabel Terikat (Dependen)

Variabel dependen atau variabel terikat merupakan variabel yang nilainya dipengaruhi dan ditentukan oleh variabel lain. Variabel terikat adalah faktor yang diamati dan diukur untuk menentukan ada tidaknya hubungan atau pengaruh dari variabel bebas (Nursalam, 2016). Variabel *dependen* atau terikat pada penelitian ini adalah Tingkat Stres.

4.5 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah mendefinisikan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati, memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena (Hidayat, 2017)

Tabel 4.1 : Definisi Operasional hubungan *Self Esteem* dengan Tingkat Stres Warga Binaan Perempuan di Lembaga Perumahan Banyuwangi Tahun 2022.

No	Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala	Skor
1	Varaibel Independen : <i>Self Esteem</i>	suatu evaluasi atau hasil penilaian yang dilakukan oleh diri sendiri terhadap kemampuan yang dimilikinya.	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Power</i> (kekuatan) 2. <i>Virtue</i> (kebijakan) 3. <i>Significance</i> (keberanian) 4. <i>Competence</i> (kemampuan) 	Kuisisioner RSES (<i>Rosenberg Self-Esteem Scale</i>)	Ordinal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Harga diri tinggi : 21 – 40 2. Harga diri sedang : 11 – 20 3. Harga diri rendah : 1 - 10
2	Varaibel Dependen : Tingkat Stres	kondisi yang tidak menyenangkan dimana manusia melihat adanya tuntutan dalam suatu situasi sebagai beban atau di luar batas kemampuan mereka untuk memenuhi kebutuhan tersebut	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sulit untuk relaksasi / santai 2. Marah karena hal-hal kecil/sepele 3. Reaksi berlebihan 4. Mudah kesal 5. Cemas 6. Mudah tersinggung 7. Tidak sabar 8. Sulit tidur 9. Sulit tenang 10. Sulit menoleransi hal-hal yang mengganggu 	Kuisisioner DASS (<i>Depression Anxiety Stres Scale</i>)	Ordinal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Normal :0-14 2. Ringan : 15-18 3. Sedang : 19-25 4. Berat : 26-33 5. Sangat berat : <34

4.6 Instrumen Penelitian

a. Instrument *Self Esteem*

Alat ukur eksplisit yang digunakan Hartono (2012) adalah *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSeS)* yang dikembangkan oleh Rosenberg (1965). Alat Prosedur korelasi yang dilakukan olehnya menghasilkan koefisien korelasi sebesar $r_{(92)} = .221$, $p < .05$. Berdasarkan hasil korelasi ini, peneliti tersebut menyimpulkan bahwa alat ukur ISeT dinyatakan valid.

Self Esteem Scale Rosenberg memiliki reliabilitas sebesar 0,92. Penghitungan kembali nilai reliabilitas skala *self esteem* yang telah di adaptasi kedalam bahasa Indonesia menghasilkan nilai reliabilitas sebesar 0,639.

RSES versi bahasa Indonesia terdiri dari lima item pernyataan negatif dan lima pernyataan positif dengan menggunakan skala likert. Contoh item pernyataan positif, seperti: secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya sendiri. Sedangkan contoh item pernyataan negatif, seperti: saya merasa tidak berguna. *RSES* versi bahasa Indonesia menunjukkan reliabilitas yang dapat diterima. Poin maksimum untuk *RSES* adalah 40 poin, sedangkan poin minimum adalah sepuluh poin. Skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat self- esteem yang lebih tinggi.

Respon yang diberikan dapat berupa mulai dari Sangat Tidak Setuju (STS) yang diberi skor 1, Tidak Setuju (TS) yang diberi skor 2, kemudian Setuju (S) yang diberi skor 3, dan terakhir respon Sangat Setuju (SS) yang diberi skor 4 (Wicaksana, 2019)

b. Instrumen Tingkat Stres

DASS atau *Depretion Anxiety Stress Scale* merupakan alat ukur yang efektif dan valid serta handal dalam menilai keadaan emosional untuk mengukur tingkat stress (Setiana & Cristin, 2017).

Dapat dihitung dengan menjumlahkan skor yang relevan dengan pilihan jawaban 0-3. Nilai 0 tidak pernah sama sekali, 1 kadang-kadang, 2 sering, dan 3 sering sekali. Dengan demikian, skor stress diklasifikasikan menjadi 5 yaitu, normal dengan skala interval (0–14), stres ringan (15–18), stres sedang (19–25), stres berat (26–33), stres sangat berat (≥ 34). Oleh karena itu, kuisisioner DASS 42 yang digunakan peneliti merupakan skala yang sudah tervaliditasi, sehingga tidak perlu dilakukan uji validitas pada kuesioner stres DASS 42 sejumlah 14 pertanyaan yang terdapat dalam ítem nomor 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, 22, 27, 29, 32, 33, 35 dan 39, dalam penelitian ini melalui dua tahap. Pertama, dengan Content validity yaitu suatu cara untuk mengetahui apakah suatu pertanyaan valid atau tidak yang diujicobakan kepada dua orang ahli dengan hasil beberapa ítem pertanyaan harus diperbaiki sehingga penggunaan kata lebih efektif dan mudah di pahami yaitu ítem pertanyaan nomor 6, 11 dan 13 dan Hasil uji reliabilitas untuk kuesioner stres ini mempunyai nilai alpha 0.879, dalam hal ini kuesioner stres DASS 42 dinyatakan reliabel karena nilai alpha lebih besar dari r tabel (Adientya & Handayani, 2012)

4.7 Lokasi dan Waktu Penelitian

Dalam penelitian ini dibagi menjadi dua tahap sebagai berikut :

1. Lokasi penelitian

Penelitian ini dilakukan di Lembaga Permasayarakatan Banyuwangi.

2. Waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 31 Mei – 03 Juli 2022

4.8 Prosedur Pengambilan atau Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu proses yang dilakukan peneliti untuk mengumpulkan karakteristik dari subjek yang dibutuhkan dalam penelitian (Nursalam, 2016).

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini meliputi :

1. Peneliti mengajukan permohonan melakukan studi pendahuluan di LPPM STIKes Banyuwangi
2. Peneliti mengajukan surat permohonan data awal ke Lembaga Permasayarakatan Banyuwangi
3. Peneliti melakukan koordinasi dengan kepala Lembaga Permasayarakatan Banyuwangi
4. Peneliti mendatangi warga binaan dan menjelaskan tujuan dari penelitian. Peneliti kemudian memberikan lembar *informed consent* kepada responden, setelah responden bersedia, peneliti memberikan kuisioner RSES (*Rosenberg Self-Esteem Scale*) dan DASS 42 (*Depression Anxiety Stres Scale 42*)
5. Peneliti mulai menulis tabulasi di lanjutkan analisis data

4.9 Analisa Data

Analisa data adalah mengelompokkan, membuat secara urut dan menyingkat sebuah data sehingga mudah untuk dibaca (Nursalam, 2016).

Sebelum melakukan analisa data, secara berurutan data yang berhasil dikumpulkan akan mengalami proses *editing*, *coding*, *scoring*, dan *tabulating*.

1. *Editing*

Hasil pengumpulan data yang diperoleh selama penelitian perlu disunting/diedit terlebih dahulu agar data yang telah dikumpulkan dapat diolah dengan baik dan benar sehingga dapat menghasilkan informasi yang benar (Notoadmodjo, 2014).

Proses *editing* dalam penelitian dilakukan dengan memeriksa kelengkapan setiap jawaban pada lembar kuisisioner *Self Esteem*, dan kuisisioner tingkat stres.

2. *Coding*

Memberikan kode-kode pada setiap responden, pertanyaan-pertanyaan yang dianggap perlu.

1. Coding *Self Esteem*

- a. Sangat Tidak Setuju : 1
- b. Tidak Setuju : 2
- c. Setuju : 3
- d. Sangat Setuju : 4

2. Coding tingkat stres

- a. Tidak ada/tidak pernah : 0
- b. Kadang – kadang : 1

- c. Sering : 2
- d. Setiap saat : 3

3. Scoring

Scoring adalah menentukan skor atau nilai untuk setiap pertanyaan. Dalam penelitian ini maka skor dijumlah kemudian kriteria menentukan pola asuh otoriter, permesif dan demokratis, sedangkan ringan, sedang berat, stress pada responden, peneliti menggunakan kuisisioner dengan ketentuan sebagai berikut :

a. Skoring *Self Esteem*

- 1. Harga diri tinggi : 21 - 40
- 2. Harga diri sedang : 11 - 20
- 3. Harga diri rendah : 1-10

b. Skoring Tingkat Stres

- 1. Normal : 0-14
- 2. Ringan : 15-18
- 3. Sedang : 19-25
- 4. Berat : 26-25
- 5. Sangat berat : > 34

4. Tabulating

Dalam tabulating dilakukan penyusunan dan penghitungan data dari hasil coding untuk kemudian disajikan dalam bentuk tabel dan dilakukan evaluasi (Hidayat, 2017).

Analisa data merupakan kegiatan setelah data dari responden terkumpul, dilakukan pengolahan data dan dilakukan analisi dengan menggunakan SPSS 24 *for Windows*.

a. Analisa Univariat

Analisis univariat digunakan untuk menjelaskan / mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dari tiap variabel. Analisis univariat dalam penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dari variabel independen (Notoatmodjo, 2012)

Penelitian ini menggunakan uji *Rank Spearman* :

$$\rho = 1 - \frac{6 \sum d_i^2}{n(n^2 - 1)}$$

Keterangan :

ρ = koefisien korelasi *Rank Spearman*

d_i = beda antara dua pengamatan berpasangan

n = total pengamatan

b. Analisis Bivariat

Koefisien	Kekuatan Hubungan
0,00	Tidak Ada Hubungan
0,01-0,09	Hubungan Kurang Berarti
0,10-0,29	Hubungan Lemah
0,30-0,49	Hubungan moderat atau cukup
0,50-0,69	Hubungan kuat
0,70-0,89	Hubungan sangat kuat
>0,90	Hubungan mendekati sempurna

Keterangan :

1. Ho ditolak : bila $\rho < 0,05$ artinya ada hubungan *Self Esteem* dengan Tingkat Stres Warga Binaan Perempuan di Lembaga Perasyarakatan Banyuwangi 2022
2. Ho diterima : bila $\rho > 0,05$ artinya tidak ada hubungan *Self Esteem* dengan Tingkat Stres Warga Binaan Perempuan di Lembaga Perasyarakatan Banyuwangi 2022.

No Resp.	<i>Self Esteem</i> (xi)	Tingkat Stres (yi)	Rank (Xi)	Rank (Yi)	x-y (di)	di ²
N =						$\Sigma di^2 =$

Tabel 4.9 Tabel Rank Spearman

c. Interpretasi Data

Menurut Arikunto (2014) interpretasi skala dari distribusi frekuensi adalah sebagai berikut :

Seluruh	: 100%
Hampir seluruhnya	: 76% - 99%
Sebagian besar	: 51% - 75%
Setengahnya	: 50%
Hampir seluruhnya	: 26% - 49%
Sebagian kecil	: 1% - 25%
Tidak satupun	: 0%

4.10 Etika Penelitian

Dalam pelaksanaan skripsi penelitian ini, sebelum terjun langsung ke lapangan peneliti mengajukan uji etik dan lolos kaji etik dengan No : 112/01/KEPK-STIKESBWI/V/2022 selanjutnya peneliti meminta permohonan izin dari kepala Lembaga permasyarakatan untuk mendapatkan persetujuan penelitian, setelah mendapatkan persetujuan peneliti langsung menyebarkan kuisioner kepada responden dengan menekankan masalah etika, antara lain :

4.10.1 *Informend Conccent* (Lembar persetujuan)

Peneliti diwajibkan untuk mempertimbangkan hak-hak subjek penelitian untuk mendapatkan informasi yang diperlukan mengenai tujuan peneliti melakukan penelitian. Peneliti juga harus memberikan kebebasan kepada subjek dalam memilih apakah ingin berpartisipasi atau tidak dalam penelitian (Notoadmodjo, 2014). Sebelum melakukan

penelitian telah mendapatkan ijin dari Warga Binaan Perempuan bila bersedia menjadi responden, peneliti harus ada bukti persetujuan yaitu berupa tanda tangan dan bila Warga Binaan Perempuan tidak bersedia menjadi responden, peneliti tidak boleh memaksa.

4.10.2 Anomity (Tanpa nama)

Dalam menjaga kerahasiaan responden, peneliti tidak mencantumkan nama pada lembar pengumpulan data dan hanya mencantumkan inisial nama dari responden pada lembar pengumpulan data. Kerahasiaan yang dilakukan peneliti merupakan upaya untuk melindungi setiap identitas responden dan semua data yang dibutuhkan dalam lingkup penelitian (Hidayat, 2014). Apabila sifat penelitian menuntut untuk mengetahui subjek, peneliti harus memperoleh persetujuan dari responden terlebih dahulu serta mengambil langkah-langkah dalam menjaga kerahasiaan dan melindungi jawaban tersebut.

4.10.3 Confidentialy (Kerahasiaan)

Confidentiality (Kerahasiaan) yakni data dan informasi yang mengenai responden didalam kuesioner dan hanya peneliti saja yang dapat mengetahui informasi dari responden. Data dan informasi disimpan dalam suatu tempat untuk menghindari banyak pihak yang dapat mengakses informasi tersebut. Semua informasi dan data yang sudah dikumpulkan harus terjamin kerahasiaannya dan hanya digunakan pada kepentingan peneliti serta disajikan sebagai hasil penelitian yang selanjutnya akan dimusnahkan bila data sudah tidak

dibutuhkan kembali (Hidayat, 2014). Kerahasiaan informasi responden yang di peroleh oleh warga binaan perempuan akan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti. Data hasil dari responden hanya akan di tampilkan dalam forum akademi.

4.10.4 Justice (Keadilan)

Justice adalah suatu bentuk terapi adil terhadap orang lain yang menjunjung tinggi moral, legal, dan kemanusiaan (Abrori, 2016). Warga binaan mendapatkan perlakuan yang sama pada saat penelitian. Perilaku yang diberikan adalah warga binaan mendapatkan kuesioner *Self Esteem* dan Tingkat Stres untuk diisi, lalu perlengkapan mandi sebagai tanda terimakasih peneliti kepada warga binaan yang telah berpartisipasi dalam penelitian.

4.10.5 Non Maleficient (Tidak Merugikan)

Non Maleficient adalah suatu prinsip yang mempunyai arti bahwa setiap tindakan yang dilakukan seseorang tidak menimbulkan kerugian secara fisik maupun mental (Abrori, 2016). Sebelum melakukan penelitian, peneliti menuliskan kerugian pada lembar persetujuan responden agar responden mengetahui apakah menimbulkan kerugian secara fisik maupun mental.

4.10.6 Keterbatasan Peneliti

Keterbatasan dalam penelitian :

1. Peneliti pada saat masuk ke lembaga permasyarakatan membawa bingkisan berupa alat mandi, petugas melakukan pengecekan dan petugas menyita berupa sikat gigi agar tidak dibawa masuk ke warga binaan perempuan di karenakan pernah terjadi penyelundupan narkotika di lembaga permasyarakatan tersebut.

