



PENGARUH TERAPI SUPORTIF TERHADAP PENURUNAN ANSIETAS PADA NARAPIDANA REMAJA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS II A PADANG

THE EFFECT OF SUPPORTIVE THERAPY ON DECREASING ANXIETY IN ADOLESCENT PRISONERS DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS II A PADANG

Edo Gusdiansyah^{1*}, Amelia Susanti²

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang, Sumatera Barat, Indonesia

*Email : edo.gusdiansyah@gmail.com, 081374860606

Submitted :2020-09-11 , Reviewed :2020-09-24, Accepted :2020-11-22

ABSTRAK

Kenakalan pada remaja sering kali berurusan dengan masalah hukum yang mengakibatkan remaja mengalami masalah psikososial yaitu ansietas, ansietas yang dialami remaja di rumah tahanan disebabkan kekhawatiran terhadap masa depan baik dari sisi pendidikan maupun pekerjaan dan stigma dari masyarakat terhadap mantan narapidana yang menyebabkan kualitas hidup remaja menurun. Upaya yang dilakukan untuk mengatasi masalah ansietas tersebut adalah dengan terapi suportif, terapi suportif merupakan terapi yang menjelaskan kepada remaja tentang respon koping biopsikososial, mengenal respon koping dan menggunakan sumber-sumber koping untuk mengatasi ansietas yang dialami sehingga ansietas dapat dicegah dan dikurangi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh Terapi Suportif terhadap penurunan ansietas pada narapidana remaja di lembaga pemasyarakatan kelas IIA Padang. Jenis penelitian ini menggunakan *Quasi Eksperiment* dengan rancangan *pre and post test design with control* dengan pendekatan *two group pretest-Posttest Design* dengan 30 responden terdiri dari 15 responden kelompok intervensi dan 15 responden kelompok kontrol dengan teknik *purposive sampling* mulai dari tanggal 1 s/d 27 Juni 2020. Instrumen yang digunakan adalah *HARS (Hamilton Anxiety Rating scale)* untuk mengukur tingkat kecemasan dan terapi suportif dengan 4 sesi dilakukan selama 4 minggu. Karakteristik dan tingkat ansietas remaja dianalisis menggunakan uji *independent t-test, chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan menurunnya tingkat kecemasan narapidana remaja pada kelompok intervensi dan kontrol yaitu masing-masing sebesar 1,53 dan 2,40. Berdasarkan uji t-test diperoleh nilai p-value 0,000 pada kelompok intervensi dan nilai p-value 0,019 pada kelompok kontrol, kesimpulan ($p < 0,05$) artinya terdapat penurunan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi suportif yang paling bermakna pada kelompok intervensi dibandingkan kontrol.

Kata Kunci: Remaja, Ansietas, Terapi Suportif

ABSTRACT

Delinquency in adolescents often deals with legal problems that cause adolescents to experience psychosocial problems, namely anxiety, anxiety experienced by adolescents in detention due to concerns about the future both in terms of education and work and the stigma from society towards ex-convicts which causes the quality of life of adolescents to decline. Efforts made to overcome the problem of anxiety are supportive therapy, supportive therapy is



a therapy that explains to adolescents about biopsychosocial coping responses, recognizes coping responses and uses coping sources to overcome anxiety experienced so that anxiety can be prevented and reduced. The purpose of this study was to determine the effect of supportive therapy on reducing anxiety in juvenile prisoners in class IIA correctional facilities in Padang. This type of research used Quasi Experiment with pre and post test design with control with two group pretest-posttest design approach with 30 respondents consisting of 15 respondents in the intervention group and 15 respondents in the control group with purposive sampling technique. The instrument used was the HARS (Hamilton Anxiety Rating scale) to measure the level of anxiety and supportive therapy with 4 sessions conducted over 4 weeks. The characteristics and levels of adolescent anxiety were analyzed using independent t-test, chi-square test. The results showed a decrease in the level of anxiety of teenage prisoners in the intervention and control groups, namely 1.53 and 2.40, respectively. Based on the t-test, it was obtained a p-value of 0.000 in the intervention group and a p-value of 0.019 in the control group, the conclusion ($p < 0.05$) means that there was a decrease in anxiety levels before and after being given supportive therapy which was the most significant in the intervention group compared control.

Keywords: *Adolescents, Anxiety, Supportive Therapy*

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2015) Kesehatan jiwa adalah suatu keadaan sejahtera yang dikaitkan dengan kebahagiaan, kegembiraan, kepuasan, pencapaian, optimisme atau harapan. Gangguan jiwa merupakan pola perilaku/psikologis yang ditunjukkan oleh individu yang menyebabkan distres, disfungsi, menurunkan kualitas hidup yang menjadi masalah psikososial (Keliat, 2016). Masalah psikososial yang berakibat adanya perubahan sosial dalam masyarakat yang dapat menimbulkan gangguan jiwa (Depkes RI, 2015).

(WHO, 2015) memperkirakan 450 juta orang seluruh dunia mengalami gangguan mental/psikososial sekitar 10% orang dewasa dan 25% pada usia tertentu. Menurut (National Institute Of Mental Health (NIMH), 2015) penduduk Amerika tahun 2014 memperkirakan 26,2% yang berusia remaja mengalami masalah psikologis dan gangguan jiwa. Berdasarkan (Riskesdas, 2018) prevalensi remaja di Indonesia yang mengalami masalah psikososial sebesar 8,7%. Di Propinsi Sumatera Barat jumlah penduduk yaitu 5,48 juta jiwa dengan jumlah remaja sekitar 511,8 jiwa yaitu sebesar 4,5% remaja yang mengalami masalah psikososial. Dari jumlah tersebut satu diantara lima remaja memiliki masalah psikososial yang memerlukan penanganan yang memadai dan khusus.

Remaja merupakan masa dimana individu rentan terhadap terjadinya masalah psikososial karena adanya perubahan yang terjadi meliputi perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional (Steinberg, 2012). Perubahan tersebut membuat remaja menjadi pribadi yang penuh gejolak emosi serta dipenuhi ketidakseimbangan sehingga mudah terpengaruh oleh lingkungan, keingintahuan yang besar, pengaruh dari media sosial, kondisi orang tua kurang mampu dan pola asuh orang tua kurang baik yang menjadi faktor penyimpangan pada remaja. Salah satu bentuk penyimpangan pada remaja adalah kasus kriminal yaitu penganiayaan, pencurian, perampokan, kejahatan asusila, melanggar ketertiban, tawuran, mengkonsumsi narkoba, dan kekerasan terhadap anak, dari kasus tersebut sehingga membawa remaja berurusan dengan lembaga hukum dan berada di rumah tahanan sebagai narapidana (Masngudin, 2014).

Setiap tahunnya terdapat lebih dari 4.000 perkara pelanggaran hukum yang dilakukan oleh remaja yang diserahkan ke pengadilan dan 83% dari mereka dipenjarakan. Hingga saat ini, terdapat 4,722 anak didik di LAPAS Anak dengan kasus terbanyak adalah pencurian (60%) dan perkelahian (13%) (Departemen Kehakiman & HAM, 2018).



Remaja yang menjalani pidana dituntut untuk mampu beradaptasi dan bersosialisasi dengan peraturan penjara yang sangat menekan, rutinitas kehidupan penjara yang membosankan, sering terjadi keributan sesama narapidana, pemerasan dan tindakan kekerasan yang dirasakan sebagai penderitaan lain disamping penderitaan terhadap hukuman pidana (Van Der Laan, A., & Eichelsheim, 2016). Dari hal tersebut menyebabkan remaja merasa tidak berharga dibandingkan dengan anak seusianya, mendapat celaan dan stigma negatif dari masyarakat, tidak punya harapan, merasa gagal dan pada akhirnya dapat mengakibatkan remaja mengalami ansietas (Atmasasmita, 2017).

Beberapa permasalahan yang sering menjadi konflik pribadi narapidana remaja yang menyebabkan kecemasan yaitu tidak diterima oleh lingkungan, rasa malu untuk bergaul kembali dengan temannya, masyarakat condong menjauh dan mengalami masalah konsep diri (Van Der Laan, A., & Eichelsheim, 2016). Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh (Collins, 2016) yang menyebutkan bahwa 20,3% remaja yang menjalani masa hukuman mengalami ansietas.

Upaya yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan yang dialami oleh narapidana remaja yaitu dengan penggunaan psikofarmaka dan psikoterapi. (Townsend, 2019) menyebutkan bahwa penggunaan obat-obatan anti ansietas dapat menyebabkan depresi susunan syaraf pusat secara menyeluruh sehingga sehingga apabila digunakan secara terus menerus dapat berpotensi menyebabkan ketergantungan fisik atau psikologis. Oleh sebab itu untuk mengatasi tingkat kecemasan pada narapidana remaja paling efektif dilakukan psikoterapi salah satunya adalah terapi suportif. Terapi suportif merupakan terapi yang berbasis psikiatrik untuk memahami bagaimana seseorang dapat berubah (Viederman, 2018). Terapi suportif adalah suatu bagian dari psikoterapi yang digunakan pada komunitas berbasis psikiatrik. Berbeda dari model yang lain, terapi suportif tidak tergantung pada konsep atau teori yang spesifik. Terapi suportif sangat efektif dalam mengatasi ansietas (Viederman, 2018). Pada remaja di rumah tahanan dengan ansietas, terapi suportif membantu menjelaskan kepada remaja tentang respon koping biopsikososial, mengenal sumber koping dan menggunakan

sumber-sumber koping yang telah diidentifikasi untuk mengatasi ansietas yang dialami sehingga ansietas dapat dicegah atau dikurangi (Lipsitz, J. D., 2018). Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Olivia, A., Jimenez, J. M., & Parra, 2019) diketahui bahwa remaja sangat membutuhkan dukungan dari orang yang ada di sekitarnya terutama keluarga dalam menghadapi stressor yang mengikuti tugas perkembangan yang mereka hadapi sehingga pengenalan terhadap sumber pendukung yang dimiliki oleh remaja sangat diperlukan. Pengenalan terhadap sumber koping yang dimiliki oleh remaja dan bagaimana penggunaannya didapatkan dari terapi suportif (Viederman, 2018).

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian ini menggunakan *Quasi Eksperiment* dengan rancangan *pre and post test design with control* dengan pendekatan *two group Pretest-Posttest Design* untuk melihat efektifitas perlakuan melalui perbedaan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Penelitian ini dilakukan di lembaga pemasyarakatan kelas II A Padang dengan populasi dalam pada penelitian ini adalah remaja dengan sampel sebanyak 30 orang, yang terdiri dari 15 intervensi dan 15 kontrol sesuai dengan kriteria inklusi. Teknik pengambilan sampel dengan purposive sampling, Instrumen yang digunakan adalah HARS (*Hamilton Anxiety Rating scale*) untuk mengukur tingkat kecemasan dan terapi suportif dengan 4 sesi dilakukan selama 4 minggu.

Dengan pengumpulan data dilakukan dalam dua periode yaitu: melakukan pretest pada kelompok intervensi dan kontrol untuk menilai kemampuan narapidana remaja. Pada kelompok intervensi diberikan terapi suportif pada narapidana remaja, sedangkan kelompok kontrol diberikan hanya leaflet. Setelah itu diukur kembali kemampuan narapidana remaja dengan menggunakan *posttest* pada kelompok intervensi dan kontrol. Analisa data yang digunakan yaitu univariat untuk karakteristik remaja dan bivariat untuk kemampuan narapidana remaja sebelum dan sesudah tindakan terapi suportif. Univariat menggunakan uji *Chi-Square* dan bivariat menggunakan uji *Independent Sample t-test*.



HASIL

A. Analisa Univariat

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Narapidana Remaja Di Lembaga Pemasarakatan Kelas IIA Padang.

Tabel 1
Karakteristik Dan Kesetaraan Responden Berdasarkan Usia Narapidana Remaja Di Lembaga Pemasarakatan Kelas IIA Padang (n=30)

Variabel	Jenis Kelompok	n	Mean	SD	Min-Max	p value
Usia	Intervensi	15	20,67	2,380	15-24	0,201
	Kontrol	15	19,87	2,264	15-24	
	Total	30	40,54	4,644	15-24	

Hasil analisis karakteristik remaja pada tabel 1 diatas, menunjukkan bahwa rata-rata total usia remaja 40,54 tahun dengan usia termuda 15 tahun dan usia tertua 24 tahun. Hasil

uji statistik kesetaraan menunjukkan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol adalah setara dengan ($p \text{ value} \geq 0,05$).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi dan Kesetaraan Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Narapidana Remaja Di Lembaga Pemasarakatan Kelas IIA Padang (n=30)

Karakteristik Remaja	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol		Total		p value
	f	%	f	%	f	%	
Tingkat Pendidikan							
a. Tamat SD	1	6,7	4	26,7	5	33,4	0,641
b. Tamat SMP	5	33,3	4	26,7	9	60,0	
c. Tamat SMA	9	60,0	7	46,7	16	106,7	

Hasil analisis karakteristik remaja pada tabel 2 diatas, dapat diketahui bahwa karakteristik tingkat pendidikan remaja yaitu berpendidikan tamat SMA (106,7%). Hasil uji

kesetaraan pada semua karakteristik keluarga antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol adalah setara dengan ($p \text{ value} \geq 0,05$).

2. Rerata Tingkat Ansietas Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Suportif Pada Kelompok Intervensi Pada Narapidana Remaja Di Lembaga Pemasarakatan Kelas IIA Padang (n=30)

Tabel 4
Rerata Tingkat Ansietas Sebelum Dan Sesudah Diberikan Terapi Suportif Pada Kelompok Intervensi Pada Narapidana Remaja Di Lembaga Pemasarakatan Kelas II A Padang (n=30)

Tingkat Ansietas	N	Mean	SD	Min-Max
Sebelum	15	2,67	0,488	2-3
Sesudah	15	1,53	0,516	2-3

Berdasarkan hasil analisis tabel 4 diatas, dapat diketahui bahwa rata-rata tingkat kecemasan narapidana remaja pada kelompok intervensi sebelum diberikan terapi suportif yaitu sebesar 2,67 dengan standar deviasi sebesar 0,488 dengan memiliki nilai minimal 2 dan maksimal 3. Sedangkan rata-rata tingkat

kecemasan narapidana remaja pada kelompok intervensi sesudah diberikan terapi suportif yaitu sebesar 1,53 dengan standar deviasi 0,516 dengan memiliki nilai minimal 2 dan maksimal 3.



3. Rerata Tingkat Ansietas Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Suportif Pada Kelompok Kontrol Pada Narapidana Remaja Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Padang (n=30)

Tabel 3
Rerata Tingkat Ansietas Sebelum Dan Sesudah Diberikan Terapi Suportif Pada Kelompok Kontrol Pada Narapidana Remaja Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Padang (n=30)

Tingkat Ansietas	N	Mean	SD	Min-Max
Sebelum	15	2,73	0,458	2-3
Sesudah	15	2,40	0,507	2-3

Berdasarkan hasil analisis tabel 3 diatas, dapat diketahui bahwa rata-rata tingkat kecemasan narapidana remaja pada kelompok kontrol sebelum diberikan terapi suportif yaitu sebesar 2,73 dengan standar deviasi sebesar 0,458 dengan memiliki nilai minimal 2 dan

maksimal 3. Sedangkan rata-rata tingkat kecemasan narapidana remaja pada kelompok kontrol sesudah diberikan terapi suportif yaitu sebesar 2,40 dengan standar deviasi 0,507 dengan memiliki nilai minimal 2 dan maksimal 3.

4. Pengaruh Terapi Suportif Terhadap Penurunan Ansietas Pada Narapidana Remaja Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Padang

Tabel 5
Pengaruh Terapi Suportif Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Narapidana Remaja Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Padang (n=30)

Kelompok	N	Mean	SD	95% Confidence		p value
				Lower	Upper	
Sebelum dan Sesudah Pada Kelompok Intervensi	15	1,133	0,640	0,779	1,488	0,000
Sebelum dan Sesudah Pada Kelompok Kontrol	15	3,333	0,488	0,063	0,604	0,019

Berdasarkan hasil analisis tabel 5 diatas, menunjukkan bahwa nilai rata-rata tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi suportif pada narapidana remaja pada kelompok intervensi sebesar 1,133 dengan standar deviasi 0,640. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) artinya ada pengaruh antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi suportif. Sedangkan nilai rata-rata tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi suportif pada

narapidana remaja pada kelompok kontrol sebesar 3,333 dengan standar deviasi 0,488. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p=0,019$ ($p<0,05$) artinya ada pengaruh antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi suportif. Hal ini menyatakan bahwa rata-rata tingkat kecemasan narapidana remaja pada kelompok intervensi lebih rendah dibandingkan dengan tingkat kecemasan narapidana remaja pada kelompok kontrol.

PEMBAHASAN

A. Analisis Univariat

1. Rerata Tingkat Ansietas Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Suportif Pada Kelompok Intervensi Pada Narapidana Remaja Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Padang (n=30)

Hasil penelitian dapat diketahui bahwa rata-rata tingkat kecemasan narapidana remaja pada kelompok intervensi sebelum diberikan terapi suportif yaitu sebesar 2,67 dengan standar deviasi sebesar 0,488 dengan memiliki nilai minimal 2 dan maksimal 3. Sedangkan

rata-rata tingkat kecemasan narapidana remaja pada kelompok intervensi sesudah diberikan terapi suportif yaitu sebesar 1,53 dengan standar deviasi 0,516 dengan memiliki nilai minimal 2 dan maksimal 3.



Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Widiyanti (2016) menyatakan adanya perubahan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi suportif dengan nilai rata-rata 92,3%. Dan penelitian Nurcahyani (2017) menyatakan adanya perubahan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi suportif pada kelompok intervensi dengan nilai rata-rata 8,46 dan standar deviasi 1,761.

Kecemasan adalah perasaan takut yang tidak jelas dan tidak didukung oleh situasi, individu yang merasa cemas akan merasa tidak nyaman dan takut, namun tidak mengetahui alasan kondisi tersebut terjadi karena kecemasan

tidak memiliki stimulus yang jelas dan dapat diidentifikasi (Videbeck, 2017). Kecemasan adalah perasaan tidak nyaman atau khawatir yang samar disertai respon otonom (sumber tidak diketahui oleh individu) sehingga individu akan meningkatkan kewaspadaan untuk mengatasinya (Nanda, 2015).

Berdasarkan hasil pretest dan posttest memperlihatkan mayoritas berada pada kecemasan ringan tentunya juga dipengaruhi oleh mekanisme koping dari setiap anggota kelompok intervensi yang terbentuk setelah menerima terapi suportif. Seseorang yang mengalami kecemasan berusaha menggunakan berbagai mekanisme koping untuk mencoba mengatasinya yang dapat mempertahankan ego

2. Rerata Tingkat Ansietas Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Suportif Pada Kelompok Kontrol Pada Narapidana Remaja Di Lembaga Pemasarakatan Kelas IIA Padang (n=30)

Hasil penelitian dapat diketahui bahwa rata-rata tingkat kecemasan narapidana remaja pada kelompok kontrol sebelum diberikan terapi suportif yaitu sebesar 2,73 dengan standar deviasi sebesar 0,458 dengan memiliki nilai minimal 2 dan maksimal 3. Sedangkan rata-rata tingkat kecemasan narapidana remaja pada kelompok kontrol sesudah diberikan terapi suportif yaitu sebesar 2,40 dengan standar deviasi 0,507 dengan memiliki nilai minimal 2 dan maksimal 3.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan (Efri Widitanti., 2016) menyatakan adanya perubahan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi suportif dengan nilai rata-rata 74,4%. Dan penelitian (Fitri Nurcahyani., Et., 2017)

sehingga bisa meringankan tingkat kecemasannya menjadi ringan. Remaja yang mengalami kecemasan ringan, berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lahan persepsinya. respon fisik terjadi pada kecemasan ringan berupa ketegangan otot ringan, sadar akan lingkungan, sedikit gelisah, penuh perhatian, kelelahan, kesadaran meningkat, mampu untuk belajar, motivasi meningkat dan tingkah laku sesuai dengan situasi.

Menurut analisa peneliti, pada kelompok intervensi sesudah diberikan terapi suportif dapat memperlihatkan bahwa mekanisme koping yang digunakan dengan lebih baik, hal tersebut berarti terapi suportif efektif menurunkan tingkat kecemasan pada kelompok intervensi. Terapi suportif merupakan suatu terapi dengan teknik dan proses kelompok yang dasar pelaksanaannya dapat menciptakan hubungan terapeutik antara terapis dan klien sehingga bermanfaat untuk meningkatkan kekuatan, keterampilan koping dan kemampuan klien menggunakan sumber koping, meningkatkan otonomi dalam pengambilan keputusan, meningkatkan kemampuan klien mencapai kemandirian seoptimal mungkin, dan kemampuan mengurangi distress subyektif dan respon yang mal adaptif.

menyatakan adanya perubahan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi suportif pada kelompok kontrol dengan nilai rata-rata 13,22 dan standar deviasi 3,597.

Kecemasan merupakan suatu respon emosional yang tidak menyenangkan, penuh kekhawatiran, suatu rasa takut yang tidak terekspresikan dan tidak terarah karena suatu ancaman yang akan datang dan tidak teridentifikasi (Solehati, 2015). Gangguan ansietas dapat membuat individu mengalami gangguan pikiran atau konsentrasi, mereka menjauhi situasi yang dapat membuat individu tersebut khawatir (APA (American Psychological Association), 2017). Remaja dapat belajar tentang sikap dan perilaku untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan melalui pendidikan kesehatan, tetapi mereka



mebutuhkan bimbingan dan model peran sehingga mereka bisa menggunakannya ketika sewaktu-waktu mereka merasa cemas dan perlu untuk mengatasinya. Ciri-ciri yang muncul pada tingkat kecemasan sedang adalah kelelahan meningkat, denyut jantung dan pernafasan meningkat, ketegangan otot meningkat, bicara cepat dengan volume tinggi, mampu untuk belajar namun tidak terfokus pada rangsang yang tidak menambah kecemasan, mudah tersinggung, tidak sabar, mudah lupa, marah dan menangis (Videbeck, 2017).

Menurut analisa peneliti, dalam kelompok kontrol ini peneliti hanya memberikan leaflet untuk dibaca dalam mengatasi tingkat kecemasan yang dialami oleh narapidana remaja. Pada kelompok kontrol ini sebagian besar adalah remaja mengalami tingkat ansietas sedang yang memungkinkan seseorang untuk memusatkan pada hal yang

penting dan mengesampingkan yang lain. Kecemasan ini mempersempit lapangan persepsi seseorang sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif, namun dapat berfokus pada lebih banyak area jika diarahkan untuk melakukannya. Dan pada kelompok kontrol ini terapis tidak mengevaluasi dan memperhatikan apakah narapidana remaja mengerti dan bisa mempraktekkan cara untuk mengatasi kecemasan yang dialaminya, apabila gangguan kecemasan tersebut tidak segera ditangani, maka akan bersifat patologi bagi klien.

3. Pengaruh Terapi Suportif Terhadap Penurunan Ansietas Pada Narapidana Remaja Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Padang

Berdasarkan hasil analisis, menunjukkan bahwa nilai rata-rata tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi suportif pada narapidana remaja pada kelompok intervensi sebesar 1,133 dengan standar deviasi 0,640. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) artinya ada pengaruh antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi suportif. Sedangkan nilai rata-rata tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi suportif pada narapidana remaja pada kelompok kontrol sebesar 3,333 dengan standar deviasi 0,488. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p=0,019$ ($p<0,05$) artinya ada pengaruh antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi suportif. Hal ini menyatakan bahwa rata-rata tingkat kecemasan narapidana remaja pada kelompok intervensi lebih rendah dibandingkan dengan tingkat kecemasan narapidana remaja pada kelompok kontrol.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan (Dewi et al., 2014) menyatakan terdapat pengaruh terapi suportif terhadap tingkat kecemasan keluarga dalam merawat dirumah dengan nilai p value 0,008 ($p<0,05$). Dan penelitian (Scechtman Dan Katz, 2016) membuktikan bahwa terapi suportif efektif

menurunkan tingkat kecemasan remaja yang mengalami gangguan belajar dalam membangun hubungan sosial dengan p value 0,000 ($p<0,05$).

Ansietas merupakan suatu respon normal individu terhadap pertumbuhan, perubahan, pengalaman baru, penemuan identitas dan makna hidup (Saddock, B.J dan Saddock, 2018). Ansietas dapat terjadi pada semua tingkat usia, termasuk pada usia remaja, seseorang individu mengalami masa transisi dari anak-anak menjadi dewasa dan mengalami perubahan fisik, sosial maupun psikologis (Videbeck, 2017). Ansietas pada remaja merupakan sebagai perasaan gelisah yang dihubungkan dengan suatu anstipasi terhadap bahaya yang sering terjadi pada saat proses perkembangan. kecemasan yang terjadi pada remaja terjadi sepanjang masa perkembangan pada remaja sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari remaja (Santrock, 2017).

Remaja yang rentan terhadap terjadinya ansietas/kecemasan salah satunya adalah remaja yang mengalami masa hukuman atas tidan kriminal yang telah dilakukan dirumah tahanan atau lembaga pemasyarakatan. (Gosden, 2018) menyatakan bahwa remaja yang menjalani



masa hukuman karena tindak kriminal yang dialaminya mengalami masalah gangguan mental termasuk ansietas. Remaja membutuhkan support sistem yang kuat dalam menjalani tugas perkembangannya, support sistem yang kuat tersebut akan membuat remaja mempunyai ketahanan terhadap kondisi yang tidak menyenangkan, kesengsaraan dan ketidakberuntungan (Santrock, 2017). Ia menyimpulkan terdapat tiga faktor yang sering kali muncul membantu anak-anak dan remaja agar dapat memiliki ketahanan terhadap stres: 1. Keterampilan kognitif (perhatian dan pemikiran reflektif), 2. keluarga, termasuk mereka yang hidup dalam kemiskinan di tandai dengan adanya kehangatan, keterikatan satu sama lain, ada orang dewasa yang memperhatikan seperti kakek dan nenek yang bertanggung jawab meskipun tidak ada orang tua yang responsive karena adanya perselisihan hebat dalam pernikahan orang tua remaja tersebut, 3. Ketersediaan sumber dukungan eksternal, seperti ketika adanya kebutuhan yang kuat akan tokoh ibu dapat dipenuhi oleh tokoh guru, tetangga, orang tua teman atau bahkan tokoh institusional seperti tokoh agama atau pegawai yang ada di lembaga tempat remaja tinggal.

Dalam mengatasi kesesaman yang dialami oleh remaja terdapat beberapa terapi spesialis yang bisa diterapkan salah satunya yaitu terapi suportif yang berfungsi untuk mengatasi ansietas remaja terutama masalah emosional dan berfokus pada bagaimana memfasilitasi remaja untuk mengenal dan mempergunakan support sistem yang mampu dijangkau dan saling berbagi pengalaman dan masalah merupakan kebutuhan beberapa individu untuk mengelola masalah psikososial kecemasan yang dialami. Terapi suportif merupakan terapi yang bertujuan untuk memberikan dukungan terhadap klien dalam kelompok, sehingga mampu menyelesaikan krisis yang dihadapinya dengan cara membangun hubungan yang bersifat suportif antara klien dengan terapis.

Menurut analisa peneliti, hasil positif dijumpai pada penelitian ini adalah dimana tidak satupun responden, baik pada

kelompok intervensi maupun kelompok kontrol mengalami peningkatan kecemasan (dari kecemasan sedang, berat bahkan ke panik). Hal ini menunjukkan bahwa pemberian terapi keperawatan, yaitu terapi suportif mampu menghindarkan responden mengalami kecemasan yang lebih tinggi. sehingga dengan pemberian terapi suportif mampu menurunkan kecemasan responden, dibuktikan dengan proporsi responden yang diberikan terapi suportif mengalami penurunan nilai rata-rata lebih besar dibandingkan dengan kelompok yang tidak mendapatkan terapi suportif.

KESIMPULAN

Pemberian tindakan spesialis terapi suportif efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan narapidana remaja secara signifikan, lebih besar penurunannya dibandingkan dengan hanya pemberian leaflet saja.

Ada pengaruh yang kuat antara tingkat kecemasan narapidana remaja, semakin rendah tingkat kecemasan narapidana remaja semakin baik narapidana remaja dalam mengatasi kecemasan yang dialaminya sehingga tidak terjadi stress dan resiko bunuh diri selanjutnya semakin menerima untuk menjalani hukuman dan hari-hari di lembaga pemasyarakatan

DAFTAR PUSTAKA

- APA (American Psychological Association). (2017). *Stress In America* (Part 2). America Serikat: Technology And Social Media.
- Atmasasmita. (2017). *Sistem Peradilan Pidana: Perspektif Eksistensialisme Dan Abilisionisme* (Cet II Rev). Bandung: Bina Cipta.
- Collins, O. (2016). Psychiatric Disorder In Detained Male Adolescents: A Systematic Literatur Review. *The Canadian Journal Of Psychiatric*, 55 (4), 255–263.
- Departemen Kehakiman & HAM. (2018). *Jumlah Kasus Pelanggaran Hukum Yang Dilakukan Remaja*.
- Depkes RI. (2015). *Jumlah Remaja yang Mengalami Masalah Psikososial*.



- Dewi, N., Putri, E., Kep, M., J, S. K., Erwina, N. I., Kep, M., & J, S. K. (2014). *Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan Narapidana di Lembaga Masyarakatan Klas II A Muaro Padang Tahun 2014*. 10(1).
- Efri Widadanti., E. Al. (2016). Terapi Logo Dan Suportif Kelompok Menurunkan Ansietas Remaja Binaan Rutan Dan Lapas. *Jurnal PPNI*, 2 (3), 128–143.
- Fitri Nurcahyani., Et., A. (2017). Pengaruh Terapi Suportif Kelompok Terhadap Kecemasan Pada Klien Pasca Bencana Banjir Bandang Di Perumahan Relokasi Desa Suci Kecamatan Panti Kabupaten Jember. *E-Journal Pustaka Kesehatan*, 4 (2), 293–299.
- Gosden, et al. (2018). Prevalence Of Mental Disorders Among 15–17-Year-Old Male Adolescent Remand Prisoners in Denmark. *Acta Psychiatr Scand*, 107, 102–110.
- Keliat, B. A. dan P. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart*. Singapura: Elsevier.
- Lipsitz, J. D., E. Al. (2018). A Randomized Trial Of Interpersonal Therapy Versus Supportive Therapy For Social Anxiety Disorder. *Depression And Anxiety*, 25 (6), 542–553.
- Masngudin. (2014). Kenakalan Remaja Sebagai Perilaku Menyimpang Dan Hubungannya Dengan Keberfungsian Sosial Keluarga. *Departemen Sosial*.
- Nanda. (2015). *Diagnosis Keperawatan Defenisi & Klasifikasi 2015-2017 Edisi 10 Editor T Heather Herdman, Shigemi Komitsuru*. Jakarta: EGC.
- National Institute Of Mental Health (NIMH). (2015). *Anxiety Disorder: Risk Factors And Diagnosis*.
- Olivia, A., Jimenez, J. M., & Parra, A. (2019). Protective Effect Of Supportive Family Relationship And the Influence Of Stressful life Event On Adolescent Adjusment. *Anxiety, Stress, & Coping*, 22 (2), 137–152.
- Riskesdas. (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kementerian Kesehatan RI. *Kementrian Kesehatan RI*.
- Saddock, B.J dan Saddock, V. . (2018). *Kaplan and Saddock's Synopsis of Psychiatry: Behavioral Science/Clinical Psychiatry* (10 Th Ed). Lippincott William & Wilkins.
- Santrock, J. . (2017). *Life Spam Development: Perkembangan Masa Hidup Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Scechtman Dan Katz. (2016). Therapeutic Bonding In Group As An Explanatory Variable Of Progress In The Social Competence Of Students With Learning Disabilities University Of Haifa. *Group Dynamic : Theory, Research, and Practice American Psychological Association*, 11 (2), 117.
- Solehati, T. K. (2015). *Konsep Dan Aplikasi Relaksasi Dalam Keperawatan*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Steinberg, L. (2012). Cognitive And Affective Development In Adolescence. *Trend In Cognitive Science. Handbook Of Parenting*, 9 (2), 69–74.
- Townsend, M. C. (2019). *Psychiatric Mental Health Nursing (6 th Ed)*. Philadelphia: Davis Company.
- Van Der Laan, A., & Eichelsheim, V. (2016). juvenile Adaptation To Imprisonment: Feeling Of Safety, Autonomy And Well Being, And Behaviour In Prison. *European Journal Of Criminology*, 10 (4), 424–443.
- Videbeck, S. L. (2017). *Psychiatric Mental Health Nursing (4 rd Ed)*. Philadelphia: Lippincot Williams & Wilkins.
- Viederman, M. (2018). A Model For Interpretative Supportive Dynamic Psychotherapy. *Psychiatric*, 71 (4), 349–358.
- World Health Organization (WHO). (2015). *World Health Statistic. Geneva 27*.