

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tuntutan kehidupan yang semakin rumit di zaman sekarang membuat orang menghadapi berbagai tekanan sosial, baik di kehidupan pribadi maupun di tempat kerja. Isu kesehatan mental menjadi perhatian dalam beberapa dekade terakhir. Kondisi ini dapat diibaratkan pedang bermata dua; pada satu sisi, tekanan yang terkendali dapat menjadi dorongan positif, memacu kita untuk lebih produktif, kreatif, dan mencapai tujuan. Namun, ketika tekanan ini melampaui batas dan terus-menerus membebani, ia akan berubah menjadi stres yang merusak dan mengancam kesejahteraan. Masalah ini bukan lagi fenomena yang kecil, melainkan tantangan yang memakan korban. Berbagai data menyoroti betapa seriusnya dampak tekanan kerja. Dalam Ardita Sari & Febriyanto, (2022) Setiap pekerja yang merasakan tekanan dan stress akan menciptakan pola interaksi yang penting terhadap ketenangan mental.

Kesehatan mental dijadikan sebagai elemen penting dari kesejahteraan pribadi dan efisiensi masyarakat. Ketika seseorang memiliki kondisi mental yang baik, mereka dapat menghadapi tantangan hidup, berfungsi secara efektif dalam pekerjaan, dan memberikan kontribusi kepada masyarakat. Namun, dengan adanya modernisasi, tuntutan pekerjaan yang berat, dan tekanan sosial yang rumit, masalah kesehatan mental

semakin meningkat di berbagai kalangan profesi, terutama di pekerjaan yang berisiko tinggi terhadap stres dan kelelahan emosional.

Lutfiah et al., (2023) menyatakan bahwa setiap tahun sekitar dua juta pekerja kehilangan nyawa akibat kecelakaan yang disebabkan oleh kelelahan. Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 58.115 sampel, 32,8% mengalami kelelahan, yang dimana data diperkuat oleh Gallup Survei, (2024) yang mencatat bahwa 41% pekerja di seluruh dunia mengaku mengalami stres yang tinggi setiap hari. Angka-angka ini tidak hanya menunjukkan besarnya biaya finansial, tetapi juga menggambarkan krisis kesehatan mental yang dihadapi oleh jutaan pekerja di seluruh dunia.

Salah satu faktor krusial dalam memelihara kesehatan mental adalah kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri dengan tekanan, yang sering disebut sebagai ketahanan diri atau *self-resilience*. Ketahanan diri menunjukkan kemampuan orang tersebut untuk bangkit dari kesulitan, mengendalikan stres, dan menjaga fungsi psikologis serta sosialnya dengan baik. Mereka yang memiliki ketahanan diri yang tinggi umumnya lebih mampu mengatasi tantangan hidup dengan cara yang positif dan membangun, serta tetap berinteraksi sosial di dalam situasi yang menekan. Dalam situasi seperti itu, *self-resilience* atau daya lenting psikologis menjadi faktor penting yang menentukan bagaimana petugas lapas mampu bertahan. Dalam konteks lapas *Resilience* membantu petugas tetap stabil secara emosi, mengelola stres, serta menjaga kesehatan mental ketika menghadapi risiko ancaman maupun beban kerja berat. Kemampuan yang

diperlukan oleh seseorang dalam situasi tertekan di Lapas sangat berkaitan dengan ketahanan mental atau *resilience*. Menurut Park et al., (2021) mendefinisikan ketahanan diri sebagai kemampuan seseorang untuk mempertahankan fungsi adaptasi ketika menghadapi stres atau tekanan kronis dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu fenomena yang menandakan betapa pentingnya penelitian ini dapat dilihat dari situasi kerja petugas di Lembaga Pemasyarakatan. Sedangkan menurut Richardson, (2002) beliau melihat *resilience* sebagai sebuah proses ketahanan yang bergerak, bukan hanya karakter yang dimiliki sejak lahir. *Self-resilience* adalah kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri dan pulih kembali setelah menghadapi tekanan, stres, atau gangguan dalam hidup, yang dapat berasal dari faktor yang ada di dalam diri maupun di luar diri. Berbagai *case* menunjukkan bahwa petugas tersebut mengalami tingkat stres dan tekanan psikologis yang cukup tinggi, yang disebabkan oleh tuntutan keamanan, pembinaan bagi narapidana, serta keterbatasan sumber daya di lingkungan tersebut. Keyan et al.,(2023) menjelaskan petugas pemasyarakatan merasakan tekanan psikologis yang signifikan seperti tekanan yang dihadapi oleh petugas lembaga pemasyarakatan tidak hanya berasal dari banyaknya pekerjaan, tetapi juga dari sifat pekerjaan yang mengharuskan mereka untuk selalu siap secara emosional dan sosial. Petugas lapas harus menjaga keamanan dan ketertiban sambil juga melaksanakan tugas pembinaan bagi para warga binaan. Dengan memiliki dua peran ini, petugas sering kali

berada dalam situasi yang sulit, di mana mereka perlu bersikap tegas tetapi tetap memperhatikan sisi kemanusiaan saat berinteraksi.

Tekanan dalam pekerjaan menjadi lebih besar ketika petugas berhadapan dengan berbagai perilaku warga binaan, potensi terjadinya konflik, dan ancaman keamanan yang dapat muncul kapan saja. Kondisi ini membutuhkan kemampuan untuk mengendalikan emosi yang tinggi, karena jika emosi tidak terkendali, hal itu bisa memperburuk situasi kerja dan hubungan antarpribadi di dalam lapas. Jika tuntutan ini tidak diimbangi dengan kemampuan beradaptasi yang baik, dalam jangka panjang dapat menyebabkan kelelahan emosional dan stres di tempat kerja.

Selain dari tekanan interaksi, petugas lapas juga menghadapi tantangan struktural seperti beban kerja yang besar, jumlah petugas yang terbatas, serta tuntutan administratif yang harus dilakukan bersamaan. Mereka sering diharuskan untuk bekerja dengan sistem shift, menghadapi jam kerja yang panjang, dan menyesuaikan diri dengan perubahan kebijakan lembaga yang dinamis. Semua tekanan ini bersifat menumpuk dan berkelanjutan, sehingga membuat petugas lapas harus memiliki kemampuan ketahanan diri agar tetap bisa menjalankan perannya secara profesional dan menjaga hubungan sosial yang baik. Lalu program peningkatan *self-resilience* diperlukan agar mereka mampu mengurangi stres dan meningkatkan kualitas hidup sosial mereka. Penelitian yang serupa juga dilakukan oleh Wibowo et al.,(2021) yang menekankan pentingnya kemampuan petugas dalam mengatur emosi dan ketahanan diri saat

menghadapi perubahan sosial di dunia kerja pemasyarakatan di Indonesia. Kondisi ini menandakan bahwa ketahanan diri adalah elemen penting yang berkontribusi dalam menjaga keseimbangan psikososial serta fungsionalitas sosial petugas Lapas, terutama ketika berhadapan dengan tekanan kerja yang kompleks dan berlangsung lama.

Berdasarkan riset Wibowo et al.,(2021) dan yang lain, dapat dipahami bahwa *selfresilience* menjadi hal yang sangat penting, terutama untuk pekerjaan yang memerlukan keseimbangan antara stres psikologis dan tanggung jawab sosial, seperti petugas pemasyarakatan. Bukan hanya sebagai penjaga keamanan, petugas pemasyarakatan juga berfungsi sebagai pengelola dan pendukung bagi proses rehabilitasi sosial masyarakat yang berada di dalam lembaga. Mereka beroperasi di lingkungan yang dipenuhi tekanan tinggi, di mana konflik, emosi yang berat, dan beban moral sering kali terjadi bersamaan. Situasi ini dapat menyebabkan rasa lelah yang berlebihan, stres yang berkepanjangan, bahkan masalah kesehatan mental jika tidak diimbangi dengan kemampuan ketahanan diri yang baik.

Arifah et al., (2024) menyatakan bahwa lembaga pemasyarakatan adalah lokasi di mana orang yang dihukum menjalani pembinaan. Tugas dari sistem pemasyarakatan adalah untuk membantu narapidana agar dapat kembali berbaur dengan masyarakat dan melanjutkan peran mereka sebagai individu yang merdeka dan bertanggung jawab. Para petugas di lapas menjalankan tugas cukup menantang, mulai dari menjaga keamanan hingga mengawasi narapidana dan memastikan semua proses pembinaan sesuai

dengan regulasi yang berlaku. Lingkungan kerja di Lapas sering kali sangat beresiko, termasuk kemungkinan terjadinya konflik dengan narapidana, terbatasnya jumlah personil, dan tingginya beban administratif. Semua faktor ini menyebabkan tekanan kerja yang cukup besar bagi para petugas, sehingga membutuhkan *self-resilience* untuk beradaptasi.

Petugas lapas diharapkan untuk tetap berperan dalam masyarakat meskipun bekerja di kondisi yang sulit. Dalam konteks ini, keberfungsian sosial mereka menjadi tanda penting dari kesejahteraan psikologis dan sosial. Keberfungsian sosial meliputi kemampuan seseorang untuk melaksanakan tugasnya dengan baik di berbagai lingkungan, baik itu di tempat kerja, di rumah, atau di komunitas. Staf yang menjalankan keberfungsian sosial dengan baik dapat menjaga hubungan yang baik dengan orang lain, beradaptasi dengan kondisi kerja, serta memberikan dampak positif di tempat kerjanya.

Keberfungsian sosial merupakan konsep utama dalam pekerjaan sosial dan pelayanannya, yang mengacu pada kemampuan individu untuk menjalankan peran sosialnya secara efektif dalam lingkungan keluarga, masyarakat, dan dunia kerja dalam Heryani Yeni, (2025). Menurut Achlis dalam Nurul Aisyah & Irhamni Rahman, (2024) keberfungsian sosial adalah kemampuan individu dalam melaksanakan tugas dan pengaruhnya saat berinteraksi dalam situasi sosial yang bertujuan untuk mewujudkan nilai individu pada mencapai kebutuhan hidup. Menurut Zastrow Charles, (2017) ada aspek tentang fungsi sosial yang mencakup tiga bagian, yaitu

kemampuan baik individu menjalankan peran (professional, keluarga, masyarakat), hubungan sosial (organisasi, jaringan sosial), dan adaptasi (menyesuaikan diri di lingkungan) serta menghadapi tantangan dan tekanan. Sebagai contoh, kemampuan individu dalam menjalankan peran sosialnya dengan baik, seperti melaksanakan berbagai tanggung jawab kehidupan sesuai dengan status sosial yang dimiliki.

Dalam konteks pekerjaan lapas keberfungsian sosial tercermin dari kemampuan seseorang untuk berinteraksi, bekerja sama, dan berkomunikasi secara efektif dengan rekan kerja, atasan, maupun klien. Individu yang berfungsi secara sosial dengan baik cenderung memiliki empati tinggi, dapat mengelola emosi, dan mampu menyesuaikan diri terhadap dinamika lingkungan sosial yang berubah. Sebaliknya, individu yang mengalami gangguan dalam keberfungsian sosial sering kali menunjukkan gejala seperti menarik diri, konflik interpersonal, penurunan produktivitas, hingga stres berkepanjangan.

Dalam konteks penelitian ini, keberfungsian sosial tidak hanya dilihat sebagai hasil akhir dari kesejahteraan individu, tetapi juga sebagai indikator keberhasilan *self-resilience* dalam menghadapi tekanan dan stress kerja di lingkungan pasyarakatan. Petugas yang memiliki *self-resilience* diharapkan mampu menjaga keseimbangan antara tuntutan emosional, sosial, dan profesional sehingga dapat berfungsi secara optimal dalam berbagai peran sosialnya. Dengan demikian, keberfungsian sosial menjadi komponen penting yang menunjukkan sejauh mana petugas Lapas dapat

menyesuaikan diri, menjaga hubungan interpersonal, dan berkontribusi terhadap lingkungan kerja yang sehat dan produktif. Meningkatkan keberfungsian sosial petugas berarti memperkuat fondasi kesejahteraan psikologis dan efektivitas institusi pemasyarakatan secara keseluruhan.

Urgensi dari penelitian ini mengenai *self-resilience* petugas Lapas dalam upaya membangun keberfungsian sosial memiliki urgensi yang tinggi, baik dari sisi akademik maupun dari sisi praktis. Secara umum, isu kesehatan mental di kalangan tenaga kerja publik terutama pada profesi dengan tekanan psikologis tinggi seperti petugas Lembaga Pemasyarakatan menjadi fenomena yang semakin mengemuka dalam beberapa tahun terakhir. Untuk *gap* studi ini yaitu kurangnya penelitian di Indonesia yang secara khusus membahas peranan *self-resilience* dalam membangun dan mempertahankan fungsi keberfungsian sosial petugas pemasyarakatan sangat jelas. Banyak studi sebelumnya lebih memfokuskan pada stres kerja, kelelahan, atau kepuasan kerja para petugas, sedangkan aspek *self-resilience* serta keberfungsian sosial belum terlalu banyak diulas dengan mendalam. Studi tentang ketahanan dalam sistem pemasyarakatan selama ini lebih cenderung menyoroiti narapidana atau kesehatan mental dari sudut pandang individu. Namun, dalam kondisi kerja yang penuh tekanan seperti di Lapas, kemampuan untuk bertahan dan menyesuaikan diri adalah hal yang sangat penting agar petugas dapat terus menjalankan perannya secara efektif.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh peneliti di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Kota Malang, Lingkungan kerja di lembaga pemasyarakatan adalah tempat yang penuh tekanan, tidak hanya karena karakteristik narapidana, tetapi juga karena kompleksitas tugas yang dihadapi oleh petugas, hal ini menunjukkan bahwa petugas harus selalu waspada dan mampu mengendalikan emosi, sekaligus melaksanakan fungsi pengamanan dan pembinaan secara bersamaan. Situasi ini menjadi semakin sulit karena jumlah sumber daya manusia terbatas dibandingkan dengan banyaknya beban kerja, sehingga staf seringkali harus bekerja di luar jam resmi dan mengalami kelelahan baik fisik maupun emosional.

Selain itu, tekanan di tempat kerja juga berasal dari tuntutan administratif dan tanggung jawab struktural yang harus dipenuhi oleh petugas. Mereka tidak hanya berinteraksi langsung dengan narapidana tetapi juga harus menjaga hubungan yang baik dengan sesama rekan kerja, mengikuti prosedur ketat lembaga, dan beradaptasi dengan perubahan kebijakan pemasyarakatan yang terus terjadi. Hal ini menjadikan situasi kerja para staf lembaga pemasyarakatan sangat penuh tekanan, baik secara psikologis maupun sosial, yang membutuhkan kemampuan beradaptasi dan daya tahan yang kuat.

Dalam hal ini, tekanan yang dialami oleh petugas lembaga pemasyarakatan bersifat berkelanjutan dan struktural, bukan hanya insidental. Tugas yang berat, potensi konflik, tuntutan untuk profesionalisme, serta harapan dari lembaga menjadikan staf kelompok

yang rentan terhadap stres kerja. Karena itu, kemampuan untuk bertahan sendiri menjadi penting bagi staf lembaga pemasyarakatan agar mereka dapat menjaga kestabilan emosi, melaksanakan peran secara profesional, dan mendukung keberfungsian sosial di lingkungan kerja yang penuh tekanan. Sesuai dengan kekhawatiran itu, peneliti tertarik untuk melakukan studi tentang “*Self-Resilience* Petugas Lapas Kelas 1 Kota Malang Dalam Upaya Membangun Keberfungsian Sosial”.

B. Rumusan Masalah

Dengan merujuk pada penjelasan yang terdapat dalam latar belakang, penulis telah menemukan beberapa masalah yang menjadi fokus dalam penelitian ini, antara lain sebagai berikut.

1. Bagaimana *self-resilience* petugas Lapas Kelas I Kota Malang dalam keberfungsian sosial mereka?
2. Apa saja dukungan dan hambatan petugas Lapas Kelas 1 Kota Malang dalam mewujudkan *self-resilience*

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mendeskripsikan tentang *self-resilience* yang dimiliki oleh petugas Lapas Kelas I Kota Malang dalam keberfungsian sosial mereka
2. Untuk mengidentifikasi dukungan dan hambatan petugas Lapas Kelas 1 Kota Malang dalam mewujudkan *self-resilience*

D. Manfaat Penelitian:

1. Manfaat Teoritis: Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada kemajuan ilmu dalam pekerjaan sosial., melalui pemahaman yang lebih mendalam mengenai konsep *self-resilience* dalam upaya membangun

keberfungsian sosial dalam konteks kerja lembaga pemasyarakatan. Hasil penelitian ini dapat memperkaya kajian teoretis tentang bagaimana *self-resilience* yang dimiliki petugas lapas dalam keberfungsian sosialnya serta bagaimana dukungan dan hambatannya dalam mewujudkan *self-resilience* tersebut. Selain itu, temuan dari penelitian ini diharapkan mampu memberikan perspektif baru mengenai *self-resilience* sebagai sumber daya psikososial yang tidak hanya berperan dalam menghadapi kesulitan pribadi, tetapi juga dalam menjaga peran sosial dan profesional seseorang.

2. Manfaat Praktis: Bagi petugas lapas diharapkan dapat menjadi sarana refleksi bagi petugas untuk mengenali dan mengembangkan potensi *self-resilience* yang dimiliki dengan memahami *self-resilience* dalam keberfungsian sosial serta dukungan dan hambatan dalam mewujudkan *resilience* tersebut, sehingga petugas dapat lebih mampu menyeimbangkan aspek pribadi dan sosial dalam menjalankan tugas, sehingga keberfungsian sosialnya tetap terjaga. Untuk Lembaga Pemasyarakatan Kota Malang Penelitian ini memberikan acuan dalam merancang program untuk meningkatkan kapasitas psikososial bagi petugas. Contohnya termasuk pelatihan dalam membangun *self-resilience*, konseling karir, atau kegiatan untuk meningkatkan kesehatan mental. Hasil dari penelitian ini bisa dimanfaatkan untuk menyusun strategi yang bertujuan memperbaiki kesejahteraan mental dan sosial petugas, yang secara positif akan mempengaruhi suasana

kerja dan efektivitas lembaga pemasyarakatan. Dan Penelitian ini dapat menjadi referensi praktis dan metodologis bagi mahasiswa, peneliti, atau dosen yang tertarik meneliti topik-topik terkait *resilience*, kesehatan mental kerja, dan keberfungsian sosial.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup dalam penelitian ini sejalan dengan rumusan masalah yang telah disusun oleh peneliti, yang pertama:

1. Berkaitan dengan *self-resilience* petugas Lapas Kelas I Kota Malang dalam keberfungsian sosial mereka, ruang lingkungannya meliputi:
 - a) Profil Lapas kelas 1 Kota Malang
 - b) Subjek penelitian adalah petugas Lapas Kelas 1 Kota Malang (Studi ini tidak menyoroti narapidana, tetapi menyoroti petugas lapas karena mereka adalah pihak penting dalam sistem pemasyarakatan yang menjalankan fungsi koreksional serta sosial. Ketahanan petugas sangat krusial untuk menjaga stabilitas lembaga dan fungsi sosial di tempat kerja, tetapi sering kali diabaikan dalam penelitian)
 - c) Bentuk-bentuk *self-resilience* petugas lapas, yang meliputi indikator: *self-efficacy, emotional regulation, cognitive flexibility, optimism, meaning & purpose, social support*
 - d) Bentuk keberfungsian sosial yang meliputi indikator: kemampuan peran professional, kemampuan berinteraksi sosial

di lingkungan kerja, kemampuan mengelola tekanan sosial, kemampuan kepedulian dan partisipasi sosial

2. Berkaitan dengan dukungan dan hambatan petugas Lapas Kelas 1 Kota Malang dalam mewujudkan *self-resilience*, ruang lingkupnya meliputi:

1. Dukungan internal:
 - a) Keyakinan dan motivasi pribadi
 - b) Kemampuan pengelolaan emosi
 - c) Tanggung jawab pekerjaan
 - d) Pemaknaan positif dan nilai religius
2. Dukungan eksternal:
 - a) Dukungan keluarga
 - b) Dukungan rekan kerja
3. Hambatan internal:
 - a) Kelelahan emosional
 - b) Tekanan sosial yang berkelanjutan
 - c) Kesulitan regulasi emosi
4. Hambatan eksternal:
 - a) Beban kerja tinggi
 - b) Tuntutan atasan
 - c) Konflik antar personal

Dengan batasan yang telah ditentukan, diharapkan penelitian ini dapat menyajikan pemahaman yang lebih dalam tentang ketahanan diri para petugas lapas dalam konteks sosial mereka, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung dan menghambat terhadap terbentuknya ketahanan diri tersebut.