

HUBUNGAN KOPING RELIGIUS POSITIF DAN *SELF-ESTEEM*

DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA NARAPIDANA

DI LAPAS NARKOTIKA KELAS II A YOGYAKARTA



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

oleh:

Nabila Nasabandia

NIM 22107010025

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2026

**HUBUNGAN KOPING RELIGIUS POSITIF DAN *SELF-ESTEEM*
DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA NARAPIDANA
DI LAPAS NARKOTIKA KELAS II A YOGYAKARTA**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

oleh:

Nabila Nasabandia

NIM 22107010025

Dosen Pembimbing:

Dr. Pihasniwati, S.Psi, M.A., Psikolog

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2026

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nabila Nasabandia

NIM : 22107010025

Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya dengan judul “Hubungan Koping Religius Positif Dan *Self-Esteem* dengan Tingkat Kecemasan pada Narapidana di Lapas Narkotika Kelas II A Yogyakarta.” adalah benar hasil karya penelitian saya sendiri, tanpa melanggar aturan akademik seperti penjiplakan, pemalsuan data atau manipulasi data. Selain itu, terdapat beberapa bagian yang peneliti ambil dari kutipan penulis lain. Namun, telah sesuai dengan tata cara yang dibenarkan. Apabila terbukti melanggar kode etik akademik dan peraturan, maka sebagai peneliti saya siap menerima konsekuensi yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya supaya dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 15 Juli 2026

Yang menyatakan;



Nabila Nasabandia
NIM. 22107010025

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI / TUGAS AKHIR

Hal : Nota Dinas Pembimbing Skripsi/Tugas Akhir
Lamp : -

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

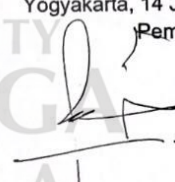
Nama : Nabila Nasabandia
NIM : 22107010025
Judul Skripsi : Hubungan Koping Religius Positif Dan Self-Esteem Dengan Tingkat Kecemasan Pada Narapidana Di Lapas Narkotika Kelas II A Yogyakarta

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum Wr , Wb.

Yogyakarta, 14 Juli 2026
Pembimbing


Dr. Pihasnawati, S.Psi, M.A., Psikolog

NIP. 19741117-200501 2 006



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-4533/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2026

Tugas Akhir dengan judul : HUBUNGAN KOPING RELIGIUS POSITIF DAN *SELF-ESTEEM* DENGAN
TINGKAT KECEMASAN PADA NARAPIDANA DI LAPAS NARKOTIKA KELAS II
A YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : NABILA NASABANDIA
Nomor Induk Mahasiswa : 22107010025
Telah diujikan pada : Rabu, 15 Juli 2026
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Dr. Pihastiwati, S.Psi, M.A., Psikolog
SIGNED

Valid ID: 6a7e8b6d59a8b



Penguji I

Dr. Maya Fitria, S. Psi, MA
SIGNED

Valid ID: 6a7e251e75d65



Penguji II

Rita Setyani Hadi Sukimo, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 6a7e7e094ae48

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Yogyakarta, 15 Juli 2026

UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 6a7eb673bf1ac

Halaman Motto

“The curious paradox is that when I accept myself just as I am, then I can change.”

— Carl Rogers, On Becoming a Person

“Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.”

— QS. At-Tin: 4

“Menerima diri bukan berarti berhenti bertumbuh, melainkan memberi diri ruang untuk menjadi lebih baik.”



Halaman Persembahan

Alhamdulillahirabbil'alamin.

Dengan segala kerendahan hati, karya ini saya persembahkan kepada **Allah Swt.**, atas segala pertolongan, kekuatan, dan kemudahan yang diberikan dalam setiap prosesnya.

Kepada **Mama dan Papa**, terima kasih atas doa yang tidak pernah putus, atas segala pengorbanan yang mungkin tidak selalu mampu saya balas dengan kata-kata, dan atas keyakinan yang selalu diberikan kepada saya. Pencapaian ini tidak pernah berdiri sendiri; ada doa dan perjuangan kalian di dalamnya.

Kepada **dosen pembimbing, dosen penguji, dan seluruh dosen Psikologi**, terima kasih atas ilmu, arahan, kritik, dan kesempatan untuk terus belajar.

Kepada **sahabat dan orang-orang baik yang hadir dalam perjalanan saya**, terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, melewati lelah, dan merayakan setiap langkah kecil.

Dan terakhir, kepada **diri saya sendiri**, terima kasih karena tetap memilih untuk melangkah ketika perjalanan terasa berat. Semoga skripsi ini bukan hanya menjadi akhir dari sebuah kewajiban akademik, tetapi juga pengingat bahwa saya pernah berjuang sejauh ini dan berhasil sampai di titik ini.

Kata Pengantar

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Koping Religius Positif Dan *Self-Esteem* dengan Tingkat Kecemasan pada Narapidana di Lapas Narkotika Kelas II A Yogyakarta”** sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat, dan pengikutnya hingga akhir zaman.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Noorhaidi Hasan, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora.
3. Denisa Apriliawati, S.Psi., M.Res., selaku Ketua Program Studi Psikologi.
4. Mayreyna Nurwardani, S.Psi., M.Psi., selaku Dosen Pembimbing Akademik.
5. Dr. Pihasniwati, M.A., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing Skripsi, atas segala waktu, arahan, kesabaran, dan masukan yang sangat berharga selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh dosen dan staf pengajar Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan ilmu dan bimbingan selama masa perkuliahan.

7. Bapak Kusbiyantoro, selaku Pelaksana Tugas (Plt.) Kepala Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Yogyakarta, yang telah memberikan izin dan kemudahan bagi penulis untuk melakukan penelitian.
8. Bapak Kharis dan Bapak Arif, selaku staf Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Yogyakarta, atas bantuan, koordinasi, dan kemudahan yang diberikan selama proses penelitian di lapangan.
9. Para warga binaan Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas IIA Yogyakarta yang bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
10. Kedua orang tua penulis, Papa dan Mama, atas doa, kasih sayang, dan dukungan moral maupun material yang tiada henti.
11. Witria, selaku saudara yang senantiasa memberikan dukungan kepada penulis.
12. Ihsanul Fikri, yang selalu menemani penulis dalam keadaan apa pun sejak menjadi mahasiswa baru hingga saat ini, dan semoga dapat terus menemani hingga selamanya.
13. Nisa Galuh dan Annora, teman kampus sejak maba hingga skripsi selesai; Anifah, Putri, dan Egyph, sahabat sejak masa SMA; serta Malika, yang senantiasa menemani dan mendukung penulis selama proses penyusunan skripsi.
14. Sajida Fihrisa, Salsabilla Assani, Nur Salma, Salwa Hanun, dan Ireva Amalia, selaku Kakaca (Teman Mengaji), atas dukungan mental dan spiritual yang diberikan.
15. Aliyah, Nia, dan Diva, teman satu lingkungan rumah; serta Tia, Widya, Fifi, dan Ulfa, teman KKN, atas kebersamaan dan dukungannya.
16. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penyelesaian skripsi ini

Daftar Isi

Halaman Judul	i
Halaman Surat Pernyataan Keaslian Penelitian	iii
Halaman Persetujuan.....	iv
Halaman Pengesahan.....	v
Halaman Motto	vi
Halaman Persembahan	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xii
Daftar Gambar	xiii
<i>Abstract</i>	xiv
Intisari.....	xv
 BAB I. PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	11
C. Manfaat Penelitian.....	11
D. Keaslian Penelitian	14
BAB II. DASAR TEORI.....	20
A. Kecemasan (<i>anxiety</i>).....	20
B. Koping Religius Positif.....	35
C. <i>Self-Esteem</i>	42
D. Dinamika Hubungan antar Variabel	48
E. Hipotesis	55
BAB III. METODE PENELITIAN.....	58
A. Desain Penelitian	58
B. Identifikasi Variabel Penelitian	59
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	59
D. Populasi dan Sampel	62
E. Teknik Pengumpulan Data	65
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	71
G. Teknik Analisis Data	73
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	78
A. Orientasi Kancan.....	78
B. Persiapan Penelitian	79

C. Pelaksanaan Penelitian	89
D. Hasil	90
E. Pembahasan	101
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	114
A. Kesimpulan.....	114
B. Saran.....	115
Daftar Pustaka	117
Lampiran	122



Daftar Tabel

Tabel 1.1. Keaslian Penelitian	14
Tabel 3.1 Skor Penilaian BAI	67
Tabel 3.2 Blue Print Skala Koping Religius Positif	68
Tabel 3.3. Blueprint Skala <i>Self-Esteem</i>	70
Tabel 4.1. Aitem Skala Koping Religius Positif	85
Tabel 4.2. Aitem <i>Self-Esteem</i> Sebelum Seleksi	87
Tabel 4.3 Aitem <i>Self-Esteem</i> Sesudah Seleksi	88
Tabel 4.4 Data Demografi Partisipan Berdasarkan Kategori Usia	91
Tabel 4.5 Data Demografi Partisipan Berdasarkan Jenjang Pendidikan	91
Tabel 4.6 Data Demografi Partisipan Berdasarkan Lama Menjalani Pidana	92
Tabel 4.7 Deskripsi Statistik Variabel Penelitian	92
Tabel 4.8 Kategorisasi Tingkat Kecemasan Narapidana	94
Tabel 4.9 Kategorisasi Koping Religius Narapidana	95
Tabel 4.10 Kategorisasi <i>Self-Esteem</i> Narapidana	95
Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas Shapiro-Wilk	96
Tabel 4.12 Hasil Uji Multikolinearitas	97
Tabel 4.13 Hasil Uji Korelasi Spearman Hipotesis Minor	99
Tabel 4.14 Hasil Uji Korelasi Ganda (Hipotesis Mayor)	100

Daftar Gambar

Gambar 2.1 Dinamika Hubungan Antar Variabel	54
---	----



Abstract

Anxiety is a common psychological problem among prisoners, especially those incarcerated for narcotics offenses, who must cope with loss of freedom, social stigma, and uncertainty about the future while also undergoing recovery from substance dependence. This study examined the relationship between positive religious coping, self-esteem, and anxiety levels among prisoners at the Class II A Narcotics Correctional Institution in Yogyakarta. A quantitative correlational (ex post facto) design was used, involving 151 male prisoners selected through accidental sampling. Anxiety was measured with the Beck Anxiety Inventory (BAI), positive religious coping with the positive dimension of the Brief RCOPE, and self-esteem with the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES). Data were analyzed using Spearman's Rho correlation for the minor hypotheses and multiple correlation analysis for the major hypothesis, since the normality assumption was not met (Shapiro-Wilk, $p < .001$). Results showed that positive religious coping was negatively and significantly correlated with anxiety ($r = -.647$, $p < .001$), and self-esteem was also negatively and significantly correlated with anxiety ($r = -.672$, $p < .001$). Together, the two variables were significantly correlated with anxiety ($R = .702$, $R^2 = .492$, $F(2,148) = 71.8$, $p < .001$), explaining 49.2% of the variance in anxiety scores. A very high correlation between the two predictors ($r = .913$) indicated multicollinearity, so their unique parametric contributions could not be reliably interpreted. These findings indicate that positive religious coping and self-esteem function as complementary psychological resources that may protect prisoners against anxiety, supporting correctional programs that combine religious guidance with self-esteem-building interventions.

Keywords: *anxiety; positive religious coping; prisoners; self-esteem*



Intisari

Kecemasan merupakan masalah psikologis yang umum dialami narapidana, khususnya narapidana kasus narkoba, yang harus menghadapi kehilangan kebebasan, stigma sosial, dan ketidakpastian masa depan sekaligus menjalani proses pemulihan dari ketergantungan zat. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara koping religius positif, *self-esteem*, dan tingkat kecemasan pada narapidana di Lapas Narkotika Kelas II A Yogyakarta. Penelitian menggunakan desain kuantitatif korelasional (*ex post facto*) dengan melibatkan 151 narapidana laki-laki yang dipilih melalui teknik accidental sampling. Kecemasan diukur menggunakan *Beck Anxiety Inventory* (BAI), koping religius positif diukur dengan dimensi positif skala Brief RCOPE, dan *self-esteem* diukur dengan *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES). Data dianalisis menggunakan korelasi Spearman's Rho untuk menguji hipotesis minor dan korelasi ganda untuk menguji hipotesis mayor, karena asumsi normalitas tidak terpenuhi (Shapiro-Wilk, $p < 0,001$). Hasil menunjukkan bahwa koping religius positif berhubungan negatif dan signifikan dengan kecemasan ($r = -0,647$, $p < 0,001$), dan *self-esteem* juga berhubungan negatif dan signifikan dengan kecemasan ($r = -0,672$, $p < 0,001$). Secara bersama-sama, kedua variabel berhubungan signifikan dengan kecemasan ($R = 0,702$, $R^2 = 0,492$, $F(2,148) = 71,8$, $p < 0,001$), yang menjelaskan 49,2% varians skor kecemasan. Korelasi yang sangat tinggi antara kedua prediktor ($r = 0,913$) mengindikasikan adanya multikolinearitas, sehingga kontribusi unik masing-masing variabel secara parsial tidak dapat diinterpretasikan secara reliabel. Temuan ini menunjukkan bahwa koping religius positif dan *self-esteem* berfungsi sebagai sumber daya psikologis yang saling melengkapi dalam melindungi narapidana dari kecemasan, sehingga mendukung perlunya program pembinaan lapas yang mengintegrasikan bimbingan keagamaan dengan penguatan *self-esteem*.

Kata kunci: kecemasan; koping religius positif; narapidana; *self-esteem*



BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kecemasan merupakan kondisi psikologis yang sering dialami oleh narapidana selama menjalani masa pembinaan di lembaga pemasyarakatan. Kondisi ini mencerminkan perasaan dan keadaan emosional seseorang ketika menghadapi situasi atau peristiwa tertentu dalam kehidupannya, yang ditandai oleh perasaan tegang, pikiran khawatir, dan perubahan fisiologis (American Psychological Association, 2020). Dalam konteks lembaga pemasyarakatan, kecemasan menjadi permasalahan yang sangat penting untuk diperhatikan karena dapat menghambat proses pembinaan dan rehabilitasi narapidana (Waluyan & Suharso, 2024). Tingkat kecemasan yang tinggi dapat mempengaruhi kemampuan narapidana dalam mengikuti program-program pembinaan, mengganggu hubungan sosial dengan sesama penghuni dan petugas, serta berdampak pada kesehatan fisik dan mental jangka panjang mereka (Putri et al., 2014).

Kehidupan di dalam lembaga pemasyarakatan menimbulkan berbagai sumber stres yang spesifik bagi narapidana. Mereka harus beradaptasi dengan kehilangan kebebasan, terpisah dari keluarga dan orang-orang terdekat, menghadapi stigma sosial, serta hidup dalam lingkungan yang terbatas dengan berbagai ketentuan dan aturan ketat (Jeyanthi, 2024). Penelitian menunjukkan bahwa narapidana mengalami perasaan bersalah, takut akan masa depan setelah bebas, kekhawatiran terhadap keluarga yang ditinggalkan, serta kecemasan akan penolakan masyarakat (Hartini et al., 2023). Kondisi-kondisi ini menyebabkan narapidana rentan mengalami gangguan kecemasan yang dapat bertahan bahkan setelah mereka menyelesaikan masa hukuman.

Secara lebih spesifik, sumber kecemasan pada narapidana dapat dipilah berdasarkan orientasi waktunya. Dari sisi masa lalu, narapidana kerap dihantui rasa bersalah atas perbuatan yang menyebabkan mereka dipenjara, rasa malu terhadap keluarga, serta penyesalan mendalam yang sulit diredakan (Hartini et al., 2023). Dari sisi masa kini, tekanan muncul dari kondisi hunian yang padat, hilangnya privasi, ancaman kekerasan sesama napi, serta ketidakpastian rutinitas harian yang tidak dapat mereka kendalikan (Rabbani & Hidayati, 2024). Adapun dari sisi masa depan, kecemasan bersumber dari ketakutan akan penolakan masyarakat setelah bebas, kesulitan memperoleh pekerjaan akibat stigma mantan narapidana, serta kekhawatiran tentang kemampuan membangun kembali hubungan dengan keluarga (Hartini et al., 2023). Ketiga dimensi temporal ini saling bertumpuk dan memperkuat satu sama lain, sehingga kecemasan yang dialami narapidana bersifat kompleks dan berlapis.

Pentingnya mengelola kecemasan di lembaga pemasyarakatan tidak hanya berkaitan dengan kesejahteraan psikologis individual narapidana, tetapi juga dengan keberhasilan sistem pemasyarakatan secara keseluruhan. Lembaga pemasyarakatan memiliki fungsi tidak hanya sebagai tempat menjalani hukuman, tetapi juga sebagai tempat pembinaan dan persiapan narapidana untuk kembali ke masyarakat (Louis et al., 2023). Narapidana yang mampu mengelola kecemasannya dengan baik akan lebih siap untuk mengikuti berbagai program pembinaan, membangun keterampilan hidup baru, dan pada akhirnya berhasil melakukan reintegrasi sosial setelah bebas. Sebaliknya, kecemasan yang tidak terkelola dapat memicu perilaku negatif seperti agresi, pelanggaran peraturan, bahkan keinginan menyakiti diri sendiri yang akan menghambat proses pembinaan (Pratiwi et al., 2025). Lebih dari sekedar kepentingan sistem,

perhatian terhadap kecemasan narapidana perlu dilandasi oleh perspektif kesejahteraan psikologis (psychological well-being) yang menempatkan narapidana sebagai manusia yang memiliki hak atas kesehatan mental. Narapidana, terlepas dari tindakan yang telah mereka lakukan, tetaplah individu yang mengalami penderitaan psikologis dan berhak mendapatkan perhatian serta dukungan untuk memulihkan kesejahteraan diri mereka. Perspektif ini sejalan dengan tujuan pemasyarakatan yang sesungguhnya, yaitu bukan sekadar penghukuman, melainkan pembinaan dan pemulihan martabat manusia (Sayyed, 2025). Dengan demikian, mengkaji dan menangani kecemasan narapidana merupakan kewajiban etis sekaligus kebutuhan praktis dalam sistem pemasyarakatan yang berkeadilan.

Permasalahan penyalahgunaan narkoba yang masih menjadi tantangan serius di Indonesia turut menambah kompleksitas kondisi psikologis narapidana. Berdasarkan data Badan Narkotika Nasional (BNN) Republik Indonesia, jumlah penanganan kasus narkoba dalam kurun waktu lima tahun terakhir (2020–2024) menunjukkan pola yang fluktuatif, dengan angka tertinggi mencapai 924 kasus pada tahun 2023 (BNN RI, 2024). Narapidana kasus narkoba sering menghadapi tekanan psikologis yang lebih kompleks selama menjalani masa pidana di lembaga pemasyarakatan (Baranyi et al., 2021). Kehidupan di dalam penjara yang ditandai dengan keterbatasan kebebasan, aturan yang ketat, serta keterpisahan dari keluarga dapat menjadi sumber stres yang signifikan bagi narapidana (Fazel, Yoon, & Hayes, 2022). Selain itu, narapidana dengan riwayat penyalahgunaan zat juga harus menghadapi tantangan tambahan berupa proses pemulihan dari kecanduan yang membutuhkan penyesuaian psikologis yang tidak mudah (Moore, Stuewig, & Tangney, 2020). Kombinasi antara tekanan lingkungan

pemasyarakatan dan proses rehabilitasi tersebut dapat meningkatkan kerentanan narapidana terhadap munculnya kecemasan dan masalah kesehatan mental lainnya (Baranyi et al., 2021).

Tingginya tingkat kecemasan pada narapidana dapat menjadi permasalahan yang penting karena tidak hanya berkaitan dengan kondisi psikologis individu, tetapi juga dapat menghambat proses penyesuaian diri selama menjalani masa pidana. Kecemasan yang tinggi dapat membuat individu lebih sulit menghadapi tekanan lingkungan pemasyarakatan, mengganggu konsentrasi dan kemampuan menjalankan aktivitas sehari-hari, serta menurunkan kemampuan individu dalam mengelola tuntutan yang dihadapi. Pada narapidana kasus narkoba, kondisi tersebut menjadi semakin kompleks karena individu tidak hanya harus beradaptasi dengan kehidupan di dalam lembaga pemasyarakatan, tetapi juga menjalani proses pemulihan dari penyalahgunaan zat dan mempersiapkan diri untuk kembali ke lingkungan sosial setelah bebas.

Meskipun kecemasan pada narapidana telah menjadi perhatian dalam penelitian sebelumnya, kajian yang secara khusus mengaitkan tingkat kecemasan narapidana kasus narkoba dengan sumber daya psikologis dan spiritual yang dapat digunakan untuk menghadapinya masih perlu diperkuat. Narapidana kasus narkoba memiliki karakteristik dan tuntutan yang berbeda karena selain menghadapi konsekuensi pemenjaraan, mereka juga dapat menghadapi proses pemulihan dari penyalahgunaan zat. Oleh karena itu, penting untuk memahami faktor psikologis dan spiritual yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pada kelompok tersebut. Dalam penelitian ini, koping religius positif dan self-esteem dipertimbangkan sebagai dua sumber daya psikologis yang berpotensi berkaitan dengan tingkat kecemasan narapidana.

Dalam menghadapi berbagai sumber stres dan kecemasan selama menjalani masa pidana, narapidana memerlukan strategi koping yang efektif untuk membantu mereka menyesuaikan diri dengan tekanan psikologis yang dialami (Baranyi et al., 2021). Strategi koping merupakan upaya kognitif dan perilaku yang dilakukan individu untuk mengelola tuntutan internal maupun eksternal yang dinilai melebihi sumber daya yang dimilikinya (Folkman & Moskowitz, 2021). Di antara berbagai strategi koping yang digunakan individu dalam menghadapi tekanan hidup, koping religius menjadi salah satu pendekatan yang sering dimanfaatkan karena mampu memberikan makna, harapan, serta dukungan spiritual dalam menghadapi kesulitan (Park, 2021). Dalam konteks kehidupan narapidana, praktik keagamaan seperti berdoa, mengikuti kegiatan keagamaan, dan meningkatkan kedekatan dengan Tuhan sering digunakan sebagai cara untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan psikologis (Clear & Sumter, 2022). Hal ini juga relevan dengan konteks Indonesia yang dikenal sebagai masyarakat dengan tingkat religiusitas yang tinggi sehingga pendekatan religius sering menjadi sumber kekuatan dalam menghadapi berbagai tekanan kehidupan (Pew Research Center, 2021).

Koping religius merujuk pada pemanfaatan keyakinan, praktik keagamaan, serta dukungan dari komunitas religius sebagai sumber kekuatan dalam menghadapi stres dan tekanan hidup (Park, 2021). Strategi ini sering digunakan oleh individu untuk menemukan makna, memperoleh dukungan spiritual, serta meningkatkan ketahanan psikologis ketika menghadapi situasi yang sulit (Ano & Vasconcelles, 2022). Dalam konteks kehidupan narapidana, koping religius juga menjadi salah satu strategi yang banyak dimanfaatkan untuk menghadapi tekanan psikologis selama menjalani masa pidana (Clear & Sumter, 2022). Beberapa

faktor membuat narapidana cenderung memilih coping religius positif sebagai strategi menghadapi kecemasan, salah satunya adalah kondisi pemenjaraan yang sering memicu proses refleksi diri dan pencarian makna hidup yang lebih mendalam (Baranyi et al., 2021). Kehilangan kebebasan dan keterpisahan dari kehidupan sosial sebelumnya dapat mendorong narapidana untuk mempertanyakan tujuan hidup mereka serta mencari pegangan spiritual sebagai sumber kekuatan (Fazel et al., 2022). Dalam situasi tersebut, agama dapat memberikan kerangka makna yang membantu individu memahami pengalaman sulit sebagai bagian dari proses pembelajaran atau ujian hidup yang memiliki nilai dan hikmah tertentu (Park, 2021).

Kedua, praktik keagamaan memberikan rutinitas dan struktur yang teratur dalam kehidupan narapidana yang sering kali dipenuhi ketidakpastian (Clear & Sumter, 2022). Aktivitas seperti shalat lima waktu, membaca kitab suci, dan mengikuti kajian keagamaan dapat menciptakan ritme harian yang memberikan rasa kendali serta keteraturan dalam kehidupan sehari-hari (Park, 2021). Rutinitas tersebut juga membantu narapidana mengalihkan fokus dari pikiran-pikiran cemas mengenai masa lalu maupun masa depan menuju aktivitas yang lebih bermakna pada saat ini (Ano & Vasconcelles, 2022).

Ketiga, komunitas keagamaan di dalam lembaga pemasyarakatan juga menyediakan dukungan sosial yang sangat dibutuhkan oleh narapidana selama menjalani masa pidana (Clear & Sumter, 2022). Melalui kegiatan keagamaan bersama, narapidana dapat membangun relasi dengan individu lain yang memiliki keyakinan serupa sehingga dapat mengurangi perasaan kesepian dan isolasi sosial (Baranyi et al., 2021). Dukungan dari sesama narapidana maupun dari pembina

rohani juga dapat menjadi sumber kekuatan emosional yang membantu individu menghadapi tekanan psikologis dan kecemasan (Park, 2021).

Keempat, keyakinan religius menawarkan harapan akan pengampunan dan kesempatan untuk berubah menjadi pribadi yang lebih baik (Park, 2021). Bagi narapidana yang sering dihadapkan pada perasaan bersalah dan malu atas perbuatan masa lalu, ajaran agama mengenai rahmat dan ampunan Tuhan dapat membantu mengurangi beban psikologis yang dirasakan (Ano & Vasconcelles, 2022). Keyakinan bahwa setiap individu memiliki kesempatan untuk bertobat dan memperbaiki diri dapat memberikan harapan baru serta membantu menurunkan kecemasan terkait penolakan sosial (Park, 2021).

Kelima, praktik spiritual seperti doa dapat berfungsi sebagai mekanisme regulasi emosi yang mudah diakses oleh individu ketika menghadapi tekanan psikologis (Park, 2021). Ketika mengalami kecemasan, narapidana dapat menggunakan doa sebagai sarana untuk menenangkan diri, menyerahkan kekhawatiran kepada Tuhan, serta memperoleh ketenangan batin (Ano & Vasconcelles, 2022). Penelitian juga menunjukkan bahwa praktik spiritual dan religius dapat membantu menurunkan respons stres serta meningkatkan kesejahteraan psikologis individu (Garssen et al., 2021).

Koping religius yang positif yang mencakup mencari dukungan spiritual, reframing religius positif, kolaborasi dengan Tuhan, dan peningkatan keimanan terbukti berperan penting dalam menurunkan gejala tekanan psikologis serta meningkatkan kesejahteraan mental individu (Humaidah et al., 2024; Pargament et al., 2000). Sejumlah penelitian empiris secara konsisten menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara koping religius positif dengan tingkat kecemasan: semakin rendah koping religius positif yang dimiliki individu,

semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialaminya, dan sebaliknya (Ano & Vasconcelles, 2005; Koenig et al., 2015; Pargament et al., 2011).

Selain coping religius, faktor lain yang turut berperan dalam mengelola kecemasan adalah *self-esteem* (Orth & Robins, 2022). *Self-esteem* merupakan evaluasi yang dibuat individu terhadap dirinya sendiri yang dapat bersifat positif maupun negatif, serta memengaruhi cara individu memandang kemampuan dan nilai dirinya (Sowislo & Orth, 2020). Dalam konteks lembaga pemasyarakatan, *self-esteem* narapidana sering kali menurun akibat stigma sosial, rasa bersalah, serta pandangan negatif terhadap masa lalu yang pernah dilakukan (Moore et al., 2020). Narapidana dengan *self-esteem* yang rendah cenderung memiliki pandangan negatif terhadap dirinya sendiri, merasa tidak berharga, dan mengalami kesulitan dalam melihat masa depan secara optimis, kondisi yang dapat meningkatkan kerentanan terhadap kecemasan (Sowislo & Orth, 2020). Sebaliknya, narapidana dengan *self-esteem* yang lebih tinggi cenderung lebih mampu menerima kekurangan diri, memiliki keyakinan terhadap kemampuan untuk berubah, serta menunjukkan ketahanan psikologis yang lebih baik dalam menghadapi tekanan hidup (Orth & Robins, 2022).

Lapas Narkotika Kelas II A Yogyakarta merupakan salah satu lembaga pemasyarakatan khusus yang menangani narapidana kasus narkoba di Indonesia (Kementerian Hukum dan HAM, 2023). Berdasarkan hasil wawancara pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan tiga narapidana (M, 40 tahun; F, 31 tahun; B, 29 tahun) pada tanggal 8 Oktober 2024, diperoleh informasi bahwa kegiatan keagamaan bersama membantu mereka mengelola kecemasan dan menemukan makna hidup. Namun, intensitas ketenangan psikologis yang dirasakan berbeda pada setiap individu, di mana dua informan melaporkan

penurunan kecemasan yang cukup signifikan setelah mengikuti kegiatan keagamaan, sementara satu informan masih mengalami kecemasan sesekali terutama terkait masa depan dan kondisi keluarga.

Variasi respons terhadap kegiatan keagamaan tersebut menunjukkan bahwa efektivitas koping religius dalam menurunkan kecemasan kemungkinan dipengaruhi oleh faktor-faktor psikologis lain (Park, 2021). Salah satu faktor yang diduga berperan adalah *self-esteem*, karena individu dengan *self-esteem* yang lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memanfaatkan berbagai sumber daya psikologis dan spiritual untuk menghadapi stres (Orth & Robins, 2022). Sebaliknya, individu dengan *self-esteem* yang rendah mungkin masih terhambat oleh pandangan negatif terhadap dirinya sendiri meskipun aktif dalam kegiatan keagamaan, sehingga kecemasan yang dialami belum sepenuhnya berkurang (Sowislo & Orth, 2020).

Dalam perspektif Islam, individu diharapkan mampu menghadapi berbagai ujian kehidupan dengan sikap sabar, tawakal, serta keyakinan bahwa setiap cobaan memiliki hikmah di baliknya (Abu-Raiya & Pargament, 2020). Allah SWT berfirman dalam QS. Al-Baqarah ayat 286 yang artinya: “Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.” Ayat ini menunjukkan bahwa keimanan dan spiritualitas dapat menjadi sumber kekuatan psikologis yang membantu individu menghadapi tekanan hidup (Abu-Raiya & Pargament, 2020). Oleh karena itu, kegiatan keagamaan di lembaga pelayan masyarakat dapat menjadi salah satu sarana yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis narapidana serta membantu mereka mengelola stres dan kecemasan (Clear & Sumter, 2022).

Namun demikian, tidak semua narapidana mampu mencapai kondisi psikologis yang ideal selama menjalani masa pidana (Baranyi et al., 2021). Sebagian narapidana masih menunjukkan gejala kecemasan yang tinggi serta memiliki *self-esteem* yang rendah akibat pengalaman hidup, stigma sosial, serta tekanan selama berada di dalam lembaga pemasyarakatan (Moore et al., 2020). Kesenjangan antara kondisi ideal dan kondisi aktual tersebut perlu dipahami secara lebih mendalam agar program pembinaan di lembaga pemasyarakatan dapat dirancang secara lebih efektif dan tepat sasaran (Fazel et al., 2022).

Penelitian yang mengkaji hubungan antara koping religius positif dan *self-esteem* dengan tingkat kecemasan pada narapidana di lembaga pemasyarakatan menjadi penting untuk dilakukan (Park, 2021). Pertama, penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai mekanisme psikologis yang berperan dalam membantu narapidana mengurangi kecemasan selama menjalani masa pidana (Orth & Robins, 2022). Kedua, hasil penelitian dapat menjadi dasar dalam pengembangan program intervensi psikologis yang lebih terstruktur dan efektif, yang tidak hanya berfokus pada peningkatan religiusitas tetapi juga pada penguatan *self-esteem* narapidana (Clear & Sumter, 2022). Ketiga, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi upaya peningkatan kualitas sistem pembinaan di lembaga pemasyarakatan sehingga mampu mempersiapkan narapidana untuk kembali berfungsi secara adaptif dalam masyarakat setelah menjalani masa hukuman (Fazel et al., 2022).

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara koping religius positif dan *self-esteem* dengan tingkat kecemasan pada seluruh narapidana di Lapas Narkotika Kelas II A Yogyakarta. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai kondisi

psikologis narapidana serta faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan mereka dalam mengelola kecemasan selama menjalani proses pembinaan di lembaga pemasyarakatan. Berdasarkan tujuan tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara koping religius positif dengan tingkat kecemasan pada narapidana di Lapas Narkotika Kelas II A Yogyakarta?
2. Apakah terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan tingkat kecemasan pada narapidana di Lapas Narkotika Kelas II A Yogyakarta?
3. Apakah koping religius positif dan *self-esteem* secara bersama-sama berhubungan dengan tingkat kecemasan pada narapidana di Lapas Narkotika Kelas II A Yogyakarta?

B. Tujuan Penelitian

1. Untuk menganalisis hubungan antara koping religius positif dengan tingkat kecemasan pada narapidana di Lapas Narkotika Kelas II A Yogyakarta.
2. Untuk menganalisis hubungan antara *self-esteem* dengan tingkat kecemasan pada narapidana di Lapas Narkotika Kelas II A Yogyakarta.
3. Untuk menganalisis hubungan antara koping religius positif dan *self-esteem* secara bersama-sama dengan tingkat kecemasan pada narapidana di Lapas Narkotika Kelas II A Yogyakarta.

C. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baik secara teoritis maupun praktis, antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran serta pengembangan keilmuan yang terkait dengan ilmu Psikologi Agama dan Psikologi Klinis. Secara khusus, penelitian ini berkontribusi dalam memperkaya pemahaman mengenai hubungan antara coping religius positif, *self-esteem*, dan kecemasan pada individu yang menjalani rehabilitasi di lingkungan lembaga pemasyarakatan.

Penelitian ini juga diharapkan dapat memperluas penerapan teori coping religius positif dalam konteks budaya dan spiritualitas di Indonesia, serta memberikan dasar konseptual bagi pengembangan model intervensi psikologis yang berorientasi religius untuk meningkatkan kesejahteraan mental narapidana.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman bagi narapidana mengenai pentingnya penerapan strategi coping religius positif dan penguatan *self-esteem* sebagai upaya mengurangi kecemasan selama menjalani masa hukuman. Dengan demikian, narapidana dapat lebih adaptif dalam menghadapi tekanan psikologis dan membangun ketenangan batin melalui kegiatan religius.

b. Bagi Lembaga Pemasyarakatan Narkotika II A Yogyakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan pertimbangan bagi pihak lembaga dalam mengembangkan

program pembinaan keagamaan agar lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan psikologis narapidana. Program ini diharapkan tidak hanya berfokus pada pembinaan spiritual, tetapi juga mengintegrasikan aspek psikologis seperti peningkatan *self-esteem* dan pengelolaan kecemasan.

c. Bagi Masyarakat dan Pembaca Umum

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan lebih mendalam kepada masyarakat tentang pentingnya dukungan religius dan psikologis bagi narapidana sebagai bagian dari proses reintegrasi sosial. Selain itu, hasil penelitian ini dapat memperkuat pandangan bahwa pendekatan berbasis nilai-nilai keagamaan memiliki potensi signifikan dalam meningkatkan kesehatan mental individu di lingkungan terbatas seperti lapas.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan bagi peneliti berikutnya untuk mengembangkan kajian atau intervensi lanjutan, seperti program psikoedukasi atau pelatihan koping religius positif bagi narapidana. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi referensi dalam penyusunan instrumen pengukuran yang lebih kontekstual dan sesuai dengan karakteristik narapidana.

D. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1. Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Ananda Humaidah, dkk.	Peran <i>Religious Coping</i> Terhadap Kesehatan Mental: Systematic Literature Review.	2024	Teori <i>Religious Coping</i> (Pargament)	Systematic Literature Review	-	10 jurnal internasional & nasional (2014-2024)	<i>Religious coping</i> berperan positif terhadap kesehatan mental dan menurunkan depresi & kecemasan
2.	Fuad Hilmi & Busro	Pendidikan Islam sebagai Pendekatan dalam Rehabilitasi Narkoba	2023	Teori pendidikan islam (nilai moral spiritual)	Kualitatif deskriptif	Observasi & wawancara	Santri rehabilitasi narkoba di Pondok Inabah XX, Tasikmalaya	Pendidikan islam meningkatkan perubahan moral & perilaku pasien
3.	Nindy Amita, dkk.	<i>Self-Compassion</i> dan <i>Self-Esteem</i> pada Narapidana	2023	Teori <i>Self-Esteem</i> (Rosenberg) & <i>Self-Compassion</i> (Neff)	Kuantitatif korelasional	Skala <i>Self-Esteem</i> & <i>Self-Compassion</i>	145 narapidana laki-laki di Rutan X	Ada hubungan negatif antara <i>self-compassion</i> dan <i>self-esteem</i>
4.	Putri Three W.L. & Rachel M.L.	Pengaruh Harga Diri Terhadap Kecemasan Di Rutan Perempuan Kelas II A Medan	2024	Teori <i>Self-Esteem</i> (Coopersmith, Rosenberg)	Kuantitatif korelasional	Skala <i>Self-Esteem</i> & Skala Kecemasan	65 narapidana perempuan di Rutan Medan	Terdapat hubungan signifikan antara harga diri dan kecemasan

5.	Hikmatul Hadini, dkk.	Hubungan <i>Self-Esteem</i> dengan Kenakalan Remaja	2025	Teori <i>Self-Esteem</i> (Rosenberg)	Kuantitatif korelasional (<i>cross-sectional</i>)	Rosenberg <i>Self-Esteem Scale</i> (RSES) & SRD	75 narapidana remaja di LPKA Pekanbaru	<i>Self-esteem</i> rendah berhubungan signifikan dengan kenakalan remaja
6.	Hadi, Rosyanti & Afrianty	Anxiety Levels of Female Prisoners in Kendari Prison using the Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS) Questionnaire	2018	Teori Kecemasan (Taylor, 1953)	Deskriptif	TMAS (Taylor Manifest Anxiety Scale)	30 narapidana wanita di Lapas Kendari	Mayoritas mengalami kecemasan sedang dan berat (mean 22,93–29,20)
7.	Muhimmatul Fariyah & Rachman	Pendekatan Cognitive Behavior Therapy Berbasis Islam Untuk Mengatasi Kecemasan Sosial Narapidana	2017	CBT (Beck) & psikoterapi Islam	Kajian Pustaka	-	Literatur berbasis narapidana	CBT berbasis Islam efektif menurunkan kecemasan sosial
8.	Khoerul Anwar	Konsep Diri dengan Kecemasan pada Narapidana Pengguna Narkotika dalam Menghadapi Masa Depan	2020	Self-Concept Theory (Rogers)	Korelasional	Skala konsep diri & kecemasan	Narapidana di Lapas	Konsep diri negatif meningkatkan kecemasan
9.	Jek Amidos Pardede, Sinaga & Novita	Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan	2021	Family Support Theory (Friedman)	Kuantitatif	DASS-42	Narapidana Lapas	Dukungan keluarga menurunkan stres secara signifikan
10	Yonathan	Hubungan Antara	2023	<i>Spirituality &</i>	Systematic	Berbagai	Lansia	Spiritualitas

	Kristian Yuan Putra, Agustiningsih, Inggit Sri Kusdiyanti	Spiritual Dengan Tingkat Kecemasan : Literature Review		<i>Anxiety Theory</i>	Literature Review	instrumen spiritual & kecemasan		berhubungan negatif dengan kecemasan
--	---	--	--	-----------------------	-------------------	---------------------------------	--	--------------------------------------



Berdasarkan hasil dari 10 penelitian terdahulu, belum ditemukan penelitian yang mengkaji hubungan koping religius positif dan *self-esteem* dengan tingkat kecemasan pada narapidana di Lapas Narkotika Kelas II A Yogyakarta. Beberapa penelitian sebelumnya memang menunjukkan adanya kaitan antara variabel-variabel tertentu, misalnya hubungan antara *self-esteem* dan kecemasan pada narapidana perempuan (Three & Rachel, 2024) serta hubungan konsep diri dengan kecemasan pada narapidana pengguna narkoba (Anwar, 2020). Penelitian lain hanya mengkaji *self-esteem* dengan variabel non-kecemasan seperti kenakalan remaja (Hadini et al., 2025) atau *self-compassion* pada narapidana (Amita et al., 2023). Selain itu, studi terkait koping religius hanya menghubungkannya dengan kesehatan mental secara umum (Humaidah et al., 2024) tetapi tidak secara spesifik dikaitkan dengan kecemasan. Dengan demikian penelitian ini memiliki keaslian topik karena mengkombinasikan dua variabel independen yaitu koping religius positif dan *self-esteem* untuk menguji hubungan dengan tingkat kecemasan dalam konteks masyarakat yang belum pernah diteliti sebelumnya.

Dalam penelitian terdahulu, teori yang digunakan cenderung berdiri sendiri sesuai variabel penelitian. Misalnya, penelitian mengenai kecemasan menggunakan teori kecemasan klasik atau klinis seperti *Taylor Anxiety Theory* (Hadi et al., 2018), sementara penelitian *self-esteem* menggunakan teori Rosenberg atau Coopersmith (Three & Rachel, 2024). Studi yang membahas aspek religiusitas dan koping spiritual juga

menggunakan teori tunggal, seperti *Religious Coping Theory* (Pargament) dalam penelitian literatur (Humaidah et al., 2024) atau teori spiritualitas dalam kajian kecemasan pada lansia (Putra et al., 2023). Tidak ada penelitian sebelumnya yang menyatukan kerangka teori *Religious Coping* (Pargament), *Self-Esteem* (Rosenberg), dan *Cognitive Anxiety Theory* (Beck) dalam satu model hubungan. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki keaslian teori karena membangun sintesis konseptual yang belum digunakan dalam penelitian sebelumnya, terutama pada konteks narapidana.

Beberapa penelitian sebelumnya telah menggunakan instrumen seperti TMAS (Hadi et al., 2018), DASS-42 (Pardede et al., 2021), atau skala *self-esteem* Rosenberg (Three & Rachel, 2024; Hadini et al., 2025). Namun belum ditemukan penelitian yang menggunakan kombinasi instrumen Brief RCOPE (untuk coping religius), Rosenberg *Self-Esteem Scale*, dan instrumen kecemasan psikologis (misalnya DASS-Anxiety atau BAI) dalam satu model pengukuran. Selain itu, sebagian besar instrumen yang digunakan dalam penelitian sebelumnya tidak diadaptasi secara khusus untuk konteks pembinaan pesantren di dalam lembaga pelayanannya. Dalam penelitian ini, instrumen akan melalui proses adaptasi konteks, bahasa, dan validasi sehingga lebih sesuai dengan karakteristik subjek penelitian. Dengan demikian, penelitian ini memiliki keaslian alat ukur, bukan karena menciptakan instrumen baru, tetapi melalui proses adaptasi sesuai konteks lapas.

Dari segi subjek, penelitian ini spesifik dilakukan pada narapidana di Lapas Narkotika Kelas II A Yogyakarta. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki keaslian subjek karena fokus pada kelompok populasi yang belum pernah diteliti dengan kombinasi variabel yang sama pada penelitian sebelumnya (Hadini et al., 2025; Three & Rachel, 2024; Anwar, 2020). Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini dinyatakan memiliki keaslian pada aspek topik, teori, alat ukur, dan subjek penelitian. Dengan demikian penelitian ini memenuhi kriteria sebagai penelitian orisinil dan relevan serta berpotensi memberikan kontribusi empiris dan teoritis dalam bidang psikologi klinis, psikologi masyarakat, dan psikologi agama.

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara coping religius positif dan self-esteem dengan tingkat kecemasan pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas II A Yogyakarta, baik secara simultan maupun secara terpisah. Berdasarkan hasil analisis data terhadap 151 narapidana, dapat ditarik tiga kesimpulan utama yang menjawab rumusan masalah penelitian.

Pertama, terkait rumusan masalah mengenai hubungan coping religius positif dengan kecemasan, hasil uji korelasi Spearman's Rho menunjukkan bahwa coping religius positif memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kecemasan pada narapidana ($r = -0,647$, $p < 0,001$). Semakin tinggi coping religius positif yang dimiliki narapidana, semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami, dan sebaliknya. Kekuatan hubungan ini tergolong kuat.

Kedua, terkait rumusan masalah mengenai hubungan self-esteem dengan kecemasan, hasil uji korelasi Spearman's Rho menunjukkan bahwa self-esteem memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kecemasan pada narapidana ($r = -0,672$, $p < 0,001$). Semakin tinggi self-esteem yang dimiliki narapidana, semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami, dan sebaliknya. Kekuatan hubungan ini juga tergolong kuat, bahkan sedikit lebih besar dibandingkan hubungan coping religius positif dengan kecemasan.

Ketiga, terkait rumusan masalah mengenai hubungan coping religius positif dan self-esteem secara bersama-sama dengan kecemasan, hasil analisis korelasi ganda melalui regresi linear berganda menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut secara simultan

memiliki hubungan yang signifikan dengan kecemasan ($R = 0,702$, $R^2 = 0,492$, $F(2, 148) = 71,8$, $p < 0,001$). Kedua variabel bebas secara bersama-sama menjelaskan 49,2% variasi skor tingkat kecemasan pada partisipan penelitian ini. Karena terdapat hubungan yang sangat tinggi antara koping religius positif dan self-esteem, hasil penelitian ini lebih tepat dipahami sebagai hubungan kedua variabel secara bersama-sama dengan kecemasan dibandingkan sebagai pengaruh masing-masing variabel secara terpisah.

B. Saran

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa koping religius positif dan self-esteem memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan tingkat kecemasan. Oleh karena itu, narapidana disarankan untuk memperkuat koping religius positif melalui praktik ibadah, mengikuti kegiatan pembinaan keagamaan, serta memaknai pengalaman menjalani masa pidana secara lebih konstruktif. Selain itu, narapidana juga diharapkan dapat meningkatkan self-esteem dengan mengembangkan penerimaan terhadap diri sendiri, mengenali potensi dan kelebihan yang dimiliki, serta berpartisipasi aktif dalam berbagai program pembinaan di lapas. Upaya tersebut diharapkan dapat mendukung pengelolaan kecemasan selama menjalani masa pidana.

Pihak Lembaga Pemasyarakatan disarankan untuk mempertahankan dan mengembangkan program pembinaan keagamaan karena menunjukkan relevansi dengan tingkat kecemasan narapidana. Selain itu, program pembinaan dapat diperkaya dengan layanan konseling psikologis, pelatihan keterampilan, pengembangan kepribadian, serta kegiatan yang mampu meningkatkan self-esteem narapidana sehingga pembinaan tidak hanya berfokus pada aspek spiritual, tetapi juga pada penguatan aspek psikologis.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan menggunakan jumlah responden yang lebih banyak agar hubungan antara koping religius positif, self-esteem, dan kecemasan dapat

terlihat lebih jelas. Selain itu, penelitian dapat menggunakan metode analisis yang lebih beragam untuk memperoleh hasil yang lebih akurat. Penelitian longitudinal atau penelitian dengan intervensi juga disarankan untuk menguji arah hubungan dan kemungkinan hubungan kausal antara coping religius positif, self-esteem, dan tingkat kecemasan pada narapidana.



Daftar Pustaka

- Afrianti, N. S., Rosyanti, L., & Saranani, M. (2016). Gambaran tingkat kecemasan pada narapidana wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II Kota Kendari [Skripsi, Poltekkes Kemenkes Kendari]. <http://repository.poltekkes-kdi.ac.id/376/>
- Alwiyah. (2022). Efektivitas hypnobirthing terhadap tingkat kecemasan pada primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan di PMB Siti Rubiyanti, S.ST.Keb Kalibaru Banyuwangi [Skripsi sarjana, STIKES Banyuwangi].
- American Psychiatric Association. (2022). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed., text rev.; DSM-5-TR). American Psychiatric Publishing.
- American Psychological Association. (2020). Publication manual of the American Psychological Association (7th ed.).
- Amita, N., Siregar, J., Listyani, N., & Assyfa, L. (2023). Self-compassion dan self-esteem pada narapidana. *Ganaya: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 6(1), 241–254. <https://doi.org/10.37329/ganaya.v6i1.2134>
- Ano, G. G., & Vasconcelles, E. B. (2005). Religious coping and psychological adjustment to stress: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 61(4), 461–480. <https://doi.org/10.1002/jclp.20049>
- Arikunto, S. (2010). Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik (Rev. ed.). Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2014). Reliabilitas dan validitas (4th ed.). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). Metode penelitian psikologi (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2022). Penyusunan skala psikologi (3rd ed.). Pustaka Pelajar.
- Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia. (n.d.). Data statistik kasus narkoba. Pusat Penelitian, Data, dan Informasi BNN. <https://puslitdatin.bnn.go.id/portfolio/data-statistik-kasus-narkoba/>
- Baranyi, G., Cassidy, M., Fazel, S., Priebe, S., & Mundt, A. P. (2021). Prevalence of post-traumatic stress disorder in prisoners. *Epidemiologic Reviews*, 43(1), 1–17. <https://doi.org/10.1093/epirev/mxab001>
- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(6), 893–897. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.56.6.893>
- Castellano, J. F., & Soderstrom, I. R. (1997). Therapeutic jurisprudence: Criminal justice's newest paradigm for mental health law. Carolina Academic Press.
- Clear, T. R., & Sumter, M. T. (2022). Prison religion and inmate adjustment: A review of research. *Annual Review of Criminology*, 5, 393–413. <https://doi.org/10.1146/annurev-criminol-030920-091653>
- Coopersmith, S. (1967). The antecedents of self-esteem. W. H. Freeman.

- Creswell, J. W. (2015). *Research design: Pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed* (Edisi Indonesia). Pustaka Pelajar.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). Sage Publications.
- Fazel, S., & Danesh, J. (2002). Serious mental disorder in 23,000 prisoners: A systematic review of 62 surveys. *The Lancet*, 359(9306), 545–550. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(02\)07740-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(02)07740-1)
- Freud, S. (1961). *Inhibitions, symptoms and anxiety* (J. Strachey, Ed. & Trans.). Liveright. (Original work published 1926)
- Gultom, P. T. W. L., & Lumbantoruan, R. M. (2024). Pengaruh harga diri terhadap kecemasan di Rutan Perempuan Kelas II A Medan. *Psychomutiara*, 7(1), 16–23.
- Hadi, I., Rosyanti, L., & Afrianti, N. S. (2018). Anxiety levels of female prisoners in Kendari Prison using the Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS) questionnaire. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 10(2), 82–89. <https://doi.org/10.36990/hijp.v10i2.81>
- Hadini, H., Sari, T. H., & Sari, N. Y. (2025). Hubungan self-esteem dengan kenakalan remaja. *Indonesian Research Journal on Education*, 5(1), 1472–1480. <https://doi.org/10.31004/irje.v5i1.1740>
- Hartini, N., Hidayati, N. O., & Amira, I. (2023). Kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas: Literatur review. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(3). <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.9401>
- Hayat, A. (2017). Kecemasan dan metode pengendaliannya. *Khazanah: Jurnal Studi Islam dan Humaniora*, 12(1). <https://doi.org/10.18592/khazanah.v12i1.301>
- Hilmi, F., & Busro. (2023). Pendidikan Islam sebagai pendekatan dalam rehabilitasi narkoba. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 12(3), 2571–2581. <https://doi.org/10.30868/ei.v12i03.4959>
- Humaidah, A., Amalia, N. W., Mahmudin, M., Latifa, R., & Saloom, G. (2024). Peran religious coping terhadap kesehatan mental: Systematic literature review. *NATHIQIYYAH: Jurnal Psikologi Islam*, 7(2), 110–117. <https://doi.org/10.46781/nathiqiyyah.v7i2.1160>
- Jeyanthi, M. (2024). *Psychological repercussions/challenges of incarcerated men and their adaptive strategies*. *Journal of Psychosocial Research*, 19(1). <https://doi.org/10.32381/jpr.2024.19.01.13>
- Karlina, M., & Eriyanti, F. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kebertahanan upacara "Tolak Bala" pada masyarakat nelayan di Pesisir Selatan. *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, 7(4), 75.
- Knowles, K. A., & Olatunji, B. O. (2020). Specificity of trait anxiety in anxiety and depression: Meta-analysis of the State-Trait Anxiety Inventory. *Clinical Psychology Review*, 82, 101928. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101928>

- Koenig, H. G., King, D. E., & Carson, V. B. (2015). *Handbook of religion and health* (2nd ed.). Oxford University Press.
- Kumbara, H., Metra, Y., & Ilham, Z. (2018). Analisis tingkat kecemasan dalam menghadapi pertandingan atlet sepak bola Kabupaten Banyuasin pada PORPROV 2017. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17(2), 28.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Maroqi, N. (2018). Uji validitas konstruk pada instrumen Rosenberg Self-Esteem Scale dengan metode confirmatory factor analysis (CFA). *JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia)*, 7(2), 92–96. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v7i2.12101>
- Moore, K. E., Stuewig, J., & Tangney, J. P. (2020). The effect of substance use disorders on mental health among incarcerated populations. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 112, 12–19. <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2020.02.003>
- Mulyono, W. A., & Ekowati, W. (2023). Validation of brief measurement of religious coping in Bahasa Indonesia (Brief RCOPE BI). *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 18(1), 52–57. <https://jos.unsoed.ac.id/index.php/jks/index>
- Muyasaroh, H., Baidlowi, M., Hanafie, A., Nugroho, M. A., Rifai, A., Sulisty, B., & Zayyana, M. (2020). *Kajian jenis kecemasan masyarakat Cilacap dalam menghadapi pandemi COVID-19*. LP2M Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali.
- Nevid, J. S. (2018). *Psikologi abnormal* (Edisi ke-9, Jilid 1). EGC.
- Nurse, J., Woodcock, P., & Ormsby, J. (2003). Influence of environmental factors on mental health within prisons: Focus group study. *BMJ*, 327(7413), 480. <https://doi.org/10.1136/bmj.327.7413.480>
- Nurikhsan, J. (2009). *Landasan bimbingan dan konseling*. Remaja Rosdakarya.
- Oktalia, B., Tiatri, S., & Mularsih, H. (2018). Efektivitas program psikoedukasi pengembangan self-esteem untuk meningkatkan self-esteem remaja kelas 1 di SMP X. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 2(2), 769–778.
- Oktamarin, L., Kurniati, F., Sholekhah, M., Nurjanah, S., Oktaria, S. W., Sukmawati, S., & Apriyani, T. (2022). Gangguan kecemasan (anxiety disorder) pada anak usia dini. *Jurnal Multidisipliner Bharasumba*, 1(2), 119–134. <https://doi.org/10.62668/bharasumba.v1i02.192>
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. Guilford Press.
- Pargament, K. I., Feuille, M., & Burdzy, D. (2011). The Brief RCOPE: Current psychometric status of a short measure of religious coping. *Religions*, 2(1), 51–76. <https://doi.org/10.3390/rel2010051>
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. (2000). The many methods of religious coping: Development and initial validation of the

- RCOPE. *Journal of Clinical Psychology*, 56(4), 519–543.
[https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(200004\)56:4](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(200004)56:4)
- Park, C. L. (2021). Religiousness and spirituality in coping with stress: A comprehensive review. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 13(1), 8–28. <https://doi.org/10.1111/aphw.12235>
- Patria, B., & Silaen, A. B. (2020). Validitas dan reliabilitas Rosenberg Self-Esteem Scale versi Bahasa Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 47(2), 121–135.
- Pew Research Center. (2021). *Religion's relationship to happiness, civic engagement and health around the world*. Pew Research Center.
- Putra, Y. K. Y., Agustiningsih, A., & Kusdiyanti, I. S. (2023). Hubungan antara spiritual dengan tingkat kecemasan: Literature review. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 11(3), 294–305.
<https://doi.org/10.20527/jdk.v11i3.564>
- Putri, D., Erwina, I., & Adha, H. (2014). Hubungan dukungan sosial dengan tingkat kecemasan narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas II A Muaro Padang tahun 2014. *NERS: Jurnal Keperawatan*, 10(2), 118–135. <https://doi.org/10.25077/njk.v10i2.319>
- Rabbani, H., & Hidayati, N. O. (2024). Overcrowding and stress levels among female prisoners: A cross-sectional study. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 19(2).
<https://doi.org/10.20884/1.jks.2024.19.2.9121>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C., & Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem: Different concepts, different outcomes. *American Sociological Review*, 60(1), 141–156.
<https://doi.org/10.2307/2096350>
- Santrock, J. W. (2002). *Perkembangan masa hidup* (A. Chusairi & J. Damanik, Penerj.; Edisi ke-5, Jilid 2). Erlangga. (Karya asli diterbitkan 1999)
- Setyananda, T. R., Indraswari, R., & Prabamurti, P. N. (2021). Tingkat kecemasan (*state-trait anxiety*) masyarakat dalam menghadapi pandemi COVID-19 di Kota Semarang. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(4), 251–263.
<https://doi.org/10.14710/mkmi.20.4.251-263>
- Sowislo, J. F., & Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 139(1), 213–240. <https://doi.org/10.1037/a0028931>
- Stuart, G. W. (2018). *Principles and practice of psychiatric nursing* (10th ed.). Elsevier.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Tangney, J. P., Stuewig, J., & Mashek, D. J. (2007). Moral emotions and moral behavior. *Annual Review of Psychology*, 58, 345–372.
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.56.091103.070145>

- Videbeck, S. L. (2020). *Psychiatric-mental health nursing* (8th ed.). Wolters Kluwer.
- Visher, C. A., & Travis, J. (2003). Transitions from prison to community: Understanding individual pathways. *Annual Review of Sociology*, 29(1), 89–113.
<https://doi.org/10.1146/annurev.soc.29.010202.100007>
- Waluyan, V. A., & Suharso, S. (2024). Kecemasan narapidana kasus pembunuhan pada Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Semarang. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 2(1), 1–17.
<https://doi.org/10.32939/ijcd.v2i01.864>
- World Health Organization. (2007). *Health in prisons: A WHO guide to the essentials in prison health*. WHO Regional Office for Europe.
- Zaviera, F. (2007). *Teori kepribadian Sigmund Freud*. Prismsophie.

