BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Penerimaan diri WBP secara umum berada pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 149 responden (53,8%), sedangkan 128 responden (46,2%) berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar WBP telah mampu menerima kondisi diri, kesalahan masa lalu, serta situasi yang sedang dijalani selama masa pembinaan. Kemampuan menerima diri ini mencerminkan adanya proses penyesuaian diri dan refleksi diri yang cukup baik.
2. Kecemasan menghadapi masa depan WBP sebagian besar berada pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 263 responden (94,9%), sedangkan 14 responden (5,1%) berada pada kategori rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa WBP masih mengalami kekhawatiran yang kuat terkait kehidupan setelah bebas, seperti penerimaan masyarakat, peluang kerja, dan penyesuaian sosial di masa depan.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dan kecemasan menghadapi masa depan ($p < 0,05$) dengan arah hubungan negatif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi penerimaan diri, maka semakin rendah kecemasan menghadapi masa depan. Sebaliknya, rendahnya penerimaan diri berkaitan dengan meningkatnya kecemasan, sehingga penerimaan diri berperan sebagai faktor psikologis yang membantu menurunkan kecemasan WBP terhadap masa depan.

UIN IMAM BONJOL PADANG

B. Saran

1. Pihak Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Padang perlu meningkatkan program pembinaan yang berfokus pada aspek psikologis warga binaan pemasyarakatan, khususnya dalam meningkatkan penerimaan diri, karena hasil penelitian menunjukkan bahwa penerimaan diri berhubungan dengan kecemasan menghadapi masa depan.
2. Petugas pembinaan atau konselor di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Padang perlu memberikan layanan bimbingan konseling secara berkala, baik secara individu maupun kelompok, guna membantu warga binaan pemasyarakatan dalam memahami kondisi diri serta mengurangi kecemasan terhadap masa depan.
3. Warga binaan pemasyarakatan diharapkan dapat meningkatkan penerimaan diri melalui kegiatan pembinaan kepribadian dan keagamaan yang telah disediakan oleh pihak rumah tahanan sehingga dapat membantu menghadapi masa depan dengan lebih tenang dan optimis.
4. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian yang sejenis dengan menambahkan variabel lain yang berkaitan dengan kecemasan menghadapi masa depan, seperti dukungan sosial atau penyesuaian diri, serta menggunakan jumlah sampel yang lebih luas agar diperoleh hasil penelitian yang lebih komprehensif.

UIN IMAM BONJOL PADANG

DAFTAR PUSTAKA

Al-Qarni, A. (2024). *La Tahzan: Jangan bersedih!* Qisthi Press.

Atmasasmita, R. (2013). *Sistem Peradilan Pidana Kontemporer*. Kencana.

Dasar, U., Indonesia, R., & Dasar, U. (2022). *terdakwa, dan terpidana yang*. *143384*.

Edmawati, M. D. (2023). *Body Dysmorphic Disorder: Konsep Penanganan, Konseling Kelompok & Teknik Cognitif Restructuring*. Nas Media Pustaka.

Fahmi, A. Y.; Sharon, D. I.; Nurfadhilah, R. . S. (2022). Kehidupan di penjara tentang penerimaan diri dan tingkat kecemasan Lapas wanita: Cross sectional study. *BGJK*, *12*(1).

Feoh, F. T.; Barimbing, M. A.; Lay, D. S. M. D. (2021). Hubungan harga diri dan resiliensi pada warga binaan pemasyarakatan wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Kupang. *Jurnal Keperawatan Malang (JKM*, *6*(1).

Halgin, R. P., & Whitbourne, S. K. (2010). *Psikologi Abnormal: Perspektif Klinis pada Gangguan Psikologis* (6th ed.). Salemba Humanika.

Hamzah, I. (2020). *Psikologi Penjara: Penerapan Psikologi Dalam Proses Pemsyarakatan*. Rajawali Pers.

Hurlock, E. B. (2015). *Child Development (6th ed)*. Tata McGraw-Hill.

Jaya, Y. (2004). *Kesehatan mental*. Bina Aksara.

Kartono, K. (2003a). *Patologi Sosial*. PT Raja Grafindo Persada.

Kartono, K. (2003b). *Patologi sosial 3: Gangguan-gangguan kejiwaan* (4th ed.). RajaGrafindo Persada.

Kolibi, M. (2020). *Hubungan self-acceptance dengan tingkat kecemasan pada narapidana laki-laki di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Pekanbaru*.

Kusumaningsih, L. P. S. (2017). Penerimaan Diri dan Kecemasan terhadap Status Narapidana. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, *9*(3).

Maharani, E., Sihabuddin, A., & Fitri, H. U. (2023). Hubungan Konsep Diri dan Penerimaan Diri dengan Tingkat Kecemasan Menjelang Bebas pada Warga Binaan Lapas. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, *7*(2).

Moeljatno. (2009). *KUHP:Kitab Undang-Undang Hukum Pidana*. PT Bumi Aksara.

Muhidin, S. &, & Abdurahman. (2017). *Dasar-dasar metode statiska*. Pustaka Setia.

Muladi, & Arief, B. N. (2010). *Teori-teori Dan Kebijakan Pidana*. Alumni.

UIN IMAM BONJOL PADANG

Nevid, J., Rathus, S., & Greene, B. (2014). *Psikologi Abnormal*. Erlangga.

Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2018). *Psikologi Abnormal* (9th ed.). Erlangga.

Nugraha, A. (2021). Stigma sosial dan kecemasan masa depan pada narapidana. *Jurnal Psikologi Sosial*, *19*(2).

Pratama, M. R., & Wibowo, P. (2024). Hubungan penerimaan diri terhadap tingkat kecemasan narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Subang. *Journal of Management: Manajemen Pemasyarakatan*, *17*(1), 221–230.

Priyatna. (2006). *Sistem Pelaksanaan Pidana Penjara di Indonesia*. PT Refika Aditama.

Rahmawati, A., & Setyawan, I. (2019). Hubungan penerimaan diri dengan kecemasan pada narapidana. *Jurnal Psikologi Universitas Negeri Semarang*, *18*(2).

Santoso, A. (2025). *Kondisi Overcapacity Lapas hingga Rutan di Indonesia Capai 93 Persen*. DetikNews. https://news.detik.com/berita/d-8056099/kondisi-overcapacity-lapas-hingga-rutan-di-indonesia-capai-93-persen

Santoso, B. (2019). *Sistem Pemasyarakatan dan Pembinaan Narapidana*. Pustaka Pelajar.

Sobur, A. (2003). *Psikologi Umum*. CV Pustaka Setia.

Sugiono. (2018). *Metode penelitian Kuantitatif dan R&D*. ALFABETA, cv.

Sugiono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Sutopo (ed.)). ALFABETA, cv.

Sugiono. (2022). *Metodologi penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*.

Supratiknya. (2016). *Komunikasi antarpribadi.* Kanisius.

Swarjana, I. K. (2022). *Konsep pengetahuan, sikap, perilaku, persepsi, stres, kecemasan, nyeri, dukungan sosial, kepatuhan, motivasi, kepuasan, pandemi COVID-19, akses layanan kesehatan: Konsep, teori, cara mengukur variabel kesehatan*. Andi.

Ulianti, N., Sriati, A., & Widiasih, R. (2010). Tingkat Kecemasan Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan. *Jurnal Keperawatan Soedirman*.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan. (1995).

Wenny, B. P. & Z. I. (2023). *Kecemasan Dan Adverse Childhood Experiences (ACEs)*. CV. Adanu Abimata.

Yulianti, M. (2015). Kualitas Hidup pada Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan

UIN IMAM BONJOL PADANG

Kelas IIA Wanita Tanggerang. *Jurnal Ilmu Ekonomi Dan Sosial*.

Yuliarsih, E.; Daharnis, D.; Karneli, Y. (2020). Self-Acceptance of Young Prisoners in the Institute for Special Education for Children (LPKA). *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, *4*(1), 19–23.

Zaleski, Z. (1996). Future Anxiety: Concept, Measurement, and Preliminary Research. *Jurnal Psikologi*, *21(2)*.

UIN IMAM BONJOL
PADANG