

UPAYA PENINGKATAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING NARAPIDANA NARKOBA MELALUI PELATIHAN MENTAL DI RUTAN KELAS II B

Tresella Frisca Seftilia¹, Janottama Dharmmesta Fawwaz Yudianto²,
Endang Lestari³, Mohammad Hamdan Almakki⁴, Onny Fransinata Anggara⁵

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Negeri Surabaya

¹tresellafrisca@gmail.com

Abstrak

Mayoritas narapidana di Indonesia ialah narapidana narkoba. Penyalahgunaan narkoba yang menasar pada berbagai kalangan pun sulit untuk dihentikan. Begitu pula pada mantan narapidana narkoba yang acap kali keluar masuk bui dengan kasus yang sama (residivis). Perilaku residivis ini dipicu oleh rendahnya kesejahteraan psikologis narapidana sehingga sebabkan suatu kondisi mental yang kurang sehat. Maka dari itu kami berupaya untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis narapidana narkoba dengan memberikan penyuluhan berbentuk Pelatihan Mental (Pelatihan *Psychological Well-Being*) pada narapidana narkoba di Rutan tersebut. Tujuan dari pelatihan ini selain meningkatkan kesejahteraan psikologis adalah untuk membantu mengurangi kecenderungan residivis di masa mendatang. Metode pengumpulan data yang digunakan antara lain wawancara, observasi, dan kuesioner. Sedangkan metode pelaksanaan yang digunakan meliputi ceramah, diskusi, dan penugasan. Pelaksanaan program ini, berhasil memberikan dampak positif bagi kesejahteraan psikologis dan kondisi mental narapidana narkoba Rutan Kelas II B Bangkalan khususnya dalam menghadapi kehidupan setelah terbebas dari penjara.

Kata Kunci: *narapidana narkoba, psychological well-being, pelatihan mental*

Abstract

Drug offenders are the largest contributing numbers in Indonesia's list of prisoners. The misuse of narcotics which transpires across many demographic causes the problem to be difficult to solved. As of the case with former prisoner/ex-convict which often comes in and out of conviction with the same case (recidivist). This recidivist behavior is caused by the low amount of psychological well-being which then causes the decline of mental health. With that in mind, we intend to increase the psychological well-being of these drug offenders by giving a treatment in the form of mental training (psychological well-being training) to the prisoners currently held in said jail. Aside from increasing the psychological well-being, this training aims to help reduce the tendency of recidivist in the future. The methods of collecting data that are used includes interviews, observations, and questionnaires. Meanwhile the method of practice that are used includes lectures, discussions and assignments. The implementation of this program gave a positive result on the psychological well-being and mental health of the drug offenders of Class II B Jail of Bangkalan especially in facing the daily life soon after being released from jail.

Keywords: *drug offenders, psychological well-being, mental training*

PENDAHULUAN

Manusia pada dasarnya memiliki sisi baik dan jahat dalam dirinya. Sisi kejahatan akan muncul apabila diberi celah. Pada beberapa kasus, sebagian manusia menganggap bahwa melakukan tindak kejahatan adalah pilihan. Bukan bergantung pada celah. Pilihan untuk melakukan tindak kejahatan ini dipicu oleh berbagai hal, misalnya masalah ekonomi, masalah keluarga, lingkungan pergaulan yang negatif, serta masih banyak lagi.

Indonesia merupakan negara dengan penduduk terbanyak keempat di dunia. Hal demikian dapat dilihat sebagai kelebihan dan juga kelemahan. Sumber daya manusia yang melimpah dapat

menjadi faktor penentu nasib bangsa ini di masa depan. Namun akan menjadi kelemahan apabila sumber daya manusia yang ada, tumbuh tanpa pendidikan, moralitas, dan keagamaan yang kuat. Karena tanpa tiga hal tersebut, manusia akan menjadi mudah dikendalikan, dimanfaatkan, dan diseret dalam hal kejahatan. Siapa sangka, banyaknya penduduk nyatanya membawa Indonesia pada peringkat kedelapan dengan jumlah narapidana terbanyak di dunia. Berdasarkan data Ditjenpas Kemenkumham, per April 2022 ini total jumlah narapidana yang ada di Indonesia adalah 273.822 orang, yang mana 135.758 merupakan narapidana dan tahanan yang menempati posisi tertinggi

yakni dengan kasus narkoba. Disusul dengan kasus lainnya seperti jenis pidana umum, korupsi, terorisme, perdagangan manusia, penebangan ilegal, dan pencucian uang. Jika dibandingkan dengan jumlah Lapas dan Rutan yang ada di Indonesia, jumlah narapidana ini tidak sebanding, sehingga menyebabkan over kapasitas atau kelebihan penghuni.

Dari data tersebut dapat kita pahami bahwa permasalahan utama yang perlu dibenahi adalah bagaimana cara menekan tingginya angka kasus narapidana narkoba. Narkoba (Narkotika, Psikotropika, dan Obat-obatan Terlarang), ialah suatu zat berasal dari bahan alami (tanaman), sintetis, dan semi sintetis yang dapat mempengaruhi kesadaran dan fungsi saraf manusia serta menyebabkan ketergantungan. Biasanya, perasaan "melayang", kebal terhadap rasa sakit, serta sejenak terlupa dengan permasalahan yang dialami, adalah beberapa alasan yang mendorong seseorang untuk menggunakan narkoba. Padahal, penyalahgunaan narkoba memiliki efek yang buruk bagi kesehatan fisik dan psikologis seseorang. Seperti yang dikemukakan oleh Sinjar dan Sahuri (2021), efek penyalahgunaan narkoba pada aspek fisik antara lain (1) dehidrasi, sesak napas, kejang, agresivitas, hingga kerusakan otak; (2) penurunan kesadaran; (3) kematian. Sedangkan efek buruk bagi kondisi psikologis antara lain (1) Timbulnya halusinasi, perasaan khawatir dan takut yang berlebihan, mengarah pada gangguan mental seperti stres, depresi, serta gangguan kecemasan; (2) mengganggu kualitas hidup. Hal ini sejalan dengan yang disampaikan oleh Marpaung (2019), bahwa dampak fisik dari penyalahgunaan narkoba meliputi hilangnya nafsu makan, infeksi, gangguan neurologis, gangguan kardiovaskuler, gangguan pulmoner, HIV/AIDS, dan kematian. Sementara itu, dampak psikologis yang akan diperoleh pengguna narkoba meliputi gangguan kecemasan, stres, depresi, frustrasi, perubahan sikap dan perilaku ke arah negatif.

Narapidana narkoba merupakan seseorang yang telah melakukan tindak penyalahgunaan narkoba, meliputi klasifikasi sebagai berikut (1) pengguna; (2) pengedar; (3) bandar; (4) penadah; dan (5) produsen. Terlepas dari apapun klasifikasinya, mayoritas narapidana kasus narkoba teridentifikasi pula sebagai

pengguna. Seperti yang telah disampaikan sebelumnya, bahwa narapidana dengan kasus narkoba menempati urutan tertinggi dari seluruh kasus narapidana di Indonesia, ternyata hal ini serupa dengan fakta yang kami dapatkan dari hasil wawancara dan observasi yang kami lakukan dengan pihak Rutan Kelas II B Bangkalan. Diketahui, pada tahun 2021 jumlah narapidana di Rutan Kelas IIB Bangkalan mencapai 319 orang. Sedangkan daya tampung atau kapasitas rutan tersebut adalah 116 orang. Narapidana dengan kasus narkoba berada di peringkat pertama dengan jumlah terbanyak yakni 135 orang. Banyaknya narapidana narkoba selain disebabkan oleh semakin maraknya kasus penyalahgunaan narkoba, tidak lain dan tidak bukan ternyata residivis memegang peran penting dalam menyumbang jumlah narapidana narkoba di Rutan tersebut.

Patuju dan Afamery (2016) mengungkap bahwa residivis ialah suatu istilah hukum yang digunakan untuk jenis kejahatan yang tidak dapat dihentikan, namun dapat dicegah. Sementara Soerodibroto (2004) berpendapat residivis ialah pengulangan tindak pidana, yang lebih lanjut dijelaskan sebagai pelaku tindak pidana yang dilakukan oleh individu pasca dirinya telah melakukan tindak pidana lain yang telah mendapat putusan akhir. Hasil dari wawancara yang kami lakukan dengan pihak Rutan terkait, terkuak fakta bahwa penyebab yang mendorong terjadinya residivis antara lain (1) sistem penjara yang tidak menyediakan fasilitas rehabilitasi membuat para narapidana kesulitan dalam menghentikan ketergantungannya; (2) sistem penjara mengarah pada pembinaan, namun kenyataannya minim sekali pembinaan yang dilakukan oleh para petugas pada narapidana; (3) ketakutan dan kekhawatiran narapidana dalam menghadapi masyarakat dan menjalani kehidupan setelah terbebas dari penjara; (4) narapidana kehilangan tujuan dan harapan hidup; (5) narapidana mengalami stres, depresi, dan gangguan kecemasan, sehingga tidak dapat merencanakan arah hidupnya dengan baik; serta (6) tidak adanya kegiatan yang mengarah pada perbaikan psikologis para narapidana.

Jika ditarik benang merah, penyebab dari terdorongnya para narapidana untuk melakukan tindak residivis ini adalah permasalahan mental. Hal ini selaras dengan riset yang dilakukan oleh

Prins dan Draper (2009), penghuni penjara mempunyai permasalahan mental dua hingga empat kali lebih tinggi dibandingkan individu yang tinggal di luar penjara. Dalam banyak kasus, narapidana memiliki permasalahan mental bahkan sebelum mereka masuk penjara dan hal ini kian parah saat mereka menjalani hukuman mendekam di penjara. Andriany *et. al* (2019) mengungkapkan narapidana alami permasalahan psikologis yang sangat kompleks, dalam aspek kognitif, emosi, sosial, fisik, dan perilaku. Kompleksnya permasalahan psikologis ini memberikan pengaruh yang besar terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) narapidana yang menjadi rendah (Coper & Berwick, 2001).

Kesejahteraan psikologis adalah suatu kondisi dimana seseorang memiliki kepuasan hidup dan kualitas hidup yang baik. Ryff (2014) menyampaikan, kesejahteraan psikologis adalah suatu keadaan mental yang sehat dan berfungsi dengan optimal. Yang mana hal ini dapat terlihat dari beberapa dimensi berikut (1) mampu menerima diri apa adanya (menerima kekurangan, kelebihan, serta masa lalu atau pengalaman hidup yang menyakitkan dan mengecewakan); (2) memiliki kemandirian atau kemampuan dalam mengambil keputusan yang tepat bagi dirinya; (3) mampu membuat perencanaan hidup, arah dan tujuan hidup dengan baik untuk masa depan; (4) dapat mengatur dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan yang diperlukan; (5) memiliki kemampuan untuk mengembangkan potensi diri; serta (6) dapat membangun relasi yang positif dengan orang lain.

Kesejahteraan psikologis narapidana di dalam rutan terkesan tidak diperhatikan. Hal ini disebabkan oleh tidak adanya fasilitas kesehatan mental di dalam penjara. Kegiatan rutin yang diadakan di dalam penjara hanya mengarah pada keagamaan, hobi, dan keterampilan. Oleh karena itu, kami menawarkan solusi dari permasalahan ini dalam bentuk Program Pelatihan Mental (Pelatihan *Psychological Well-Being*) pada narapidana dengan kasus narkoba yang ada di Rutan Kelas II B Bangkalan. Tujuan dari pelatihan ini adalah untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis para narapidana narkoba agar dapat mengurangi kecenderungan residivis di masa mendatang, serta dengan harapan jangka panjang dapat menjadi alat untuk

membantu mengurangi over kapasitas di Rutan tersebut.

METODE

Program Pelatihan Mental (Pelatihan *Psychological Well-Being*) adalah program pelatihan yang disusun berdasarkan teori enam dimensi kesejahteraan psikologis Carol Diane Ryff yang terdiri dari *self acceptance*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, *positive relations with others*, serta *personal growth*. Tujuan dari program ini adalah meningkatkan kesejahteraan psikologis para narapidana narkoba di Rutan Kelas II B Bangkalan untuk mengurangi kecenderungan residivis. Terdiri dari enam kali pertemuan yang berlangsung selama enam minggu. Peserta pelatihan terdiri dari 30 orang yang memenuhi kriteria sebagai berikut:

1. Narapidana narkoba
2. Residivis/ non residivis
3. Dapat membaca dan menulis
4. Masa pidana tersisa kurang dari 2 tahun

Program pengabdian ini memberikan pemahaman dan kesadaran narapidana mengenai pentingnya kesejahteraan psikologis, kiat-kiat mewujudkannya, serta sebagai bekal bagi kesiapan mental para narapidana dalam menghadapi kehidupan setelah terbebas dari penjara. Oleh karena itu, metode yang digunakan dalam hal ini adalah pendidikan masyarakat. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam program pelatihan ini adalah observasi, wawancara, dan kuesioner. Selain itu, untuk metode pelaksanaan menggunakan ceramah, diskusi, dan penugasan.

Sasaran yang ingin dicapai pasca pelaksanaan Program Pelatihan Mental (Pelatihan *Psychological Well-Being*) antara lain (1) meningkatkan kesadaran para narapidana narkoba akan pentingnya penerimaan diri; (2) membantu narapidana narkoba untuk menemukan kembali makna dan tujuan hidupnya; (3) membantu para narapidana narkoba untuk lebih berani mengambil keputusan yang baik bagi dirinya; (4) membantu para narapidana narkoba untuk memilih dan menciptakan lingkungan yang dibutuhkan; (5) membantu para narapidana narkoba untuk membangun hubungan positif dengan orang lain; (6) membantu para narapidana narkoba untuk berani mengembangkan potensi diri.

Hasil observasi dan wawancara pada petugas dan narapidana Rutan Kelas II B Bangkalan, didapatkan sebuah konsensus bahwa jenis program yang paling tepat dilaksanakan adalah program pelatihan mental yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*).

1. Tahap persiapan

Tahap pertama dalam program pelatihan ini adalah mempersiapkan segala keperluan sebagai dasar untuk melaksanakan pelatihan. Kegiatan ini diawali dengan melakukan pembelian barang dan alat dasar untuk digunakan dalam pelatihan seperti pembelian alat tulis, pembelian *hand sanitizer*, pembelian masker, pembelian desinfektan beserta botolnya, pembelian kertas, pembelian buku catatan, pembuatan dan pemesanan *banner*, dan lain-lain.

Selain itu, dilakukan juga pembuatan modul pelatihan yang berjumlah 6 (1 modul untuk masing-masing pelatihan) dengan melakukan konsultasi kepada tenaga ahli pada bidangnya serta disiapkan juga alat ukur *psychological well-being* berdasarkan teori Ryff (1995) yang berbentuk kertas dan digunakan tiga kali yaitu pada awal, pertengahan, serta akhir program pelatihan; guna melakukan asesmen awal, melihat perkembangan *trainee*, melihat efektivitas pelatihan, serta mendeduksi hasil pelatihan.

2. Tahap pelaksanaan

Pada tahap ini, dengan melalui perizinan dari pihak Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia Jawa Timur (Kemenkumham Jatim) serta perizinan dari mitra (Rutan Kelas II B Bangkalan), dilakukanlah sosialisasi kepada pihak mitra terkait dengan gambaran pelatihan yang akan dilakukan. Selanjutnya, lakukanlah observasi lingkungan Rutan Kelas IIB Bangkalan, wawancara yang dilakukan kepada petugas-petugas rutan dan pada calon peserta pelatihan, serta pemberian pre-test yang berupa kuesioner pada calon peserta pelatihan.

Pelaksanaan program pelatihan ini bertempat di Rutan Kelas II B Bangkalan dan berlangsung selama enam pertemuan dengan satu pertemuan setiap pekan yaitu pada hari Rabu secara berturut-turut mulai dari Rabu, 6 Juli 2022 dan berakhir pada Rabu, 10 Agustus 2022 dengan setiap

pelatihan mewakili satu dimensi dari teori *psychological well-being* Ryff (1995) dengan mematuhi protokol kesehatan diantaranya yaitu *social distancing*, pemakaian masker, dan penggunaan desinfektan guna menghindari penyebaran virus Covid-19.

3. Tahap evaluasi

Pada tahap ini pun dilakukan *post-test* pada peserta pelatihan menggunakan *psychological well-being* Ryff (1995) guna mengukur sejauh mana keberhasilan pelatihan yang sudah dilakukan. Selain itu, *trainee* juga diminta untuk mengisi lembaran evaluasi pada setiap akhir kegiatan pelatihan untuk menilai pelatihan yang dilakukan pada hari tersebut yang mencakup aspek pelaksanaan, *trainer*, dan materi.

Pada tahap ini pun dilakukan finalisasi keenam modul pelatihan, pembuatan buku pedoman untuk digunakan mitra, serta pembuatan video tutorial pelatihan; dengan harapan pihak manapun yang akan menggunakan rangkaian pelatihan ini akan mendapatkan pemahaman yang mendalam akan sistem dan teknik yang digunakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Menjawab permasalahan mental, rendahnya kesejahteraan psikologis para narapidana narkoba di Rutan Kelas IIB Bangkalan. Program Pelatihan Mental (*Pelatihan Psychological Well-Being*) adalah program yang dirancang khusus untuk mengatasi permasalahan mental narapidana seperti gangguan kecemasan, stres, kehilangan arah dan tujuan hidup, kebingungan dalam beradaptasi setelah terbebas dari penjara nanti, merasa diri sendiri tidak berharga, perasaan frustrasi, dan berbagai permasalahan mental lainnya. Program ini terdiri dari 6 kali pertemuan, dimana setiap pertemuan diadakan satu minggu sekali. Karena disusun berdasarkan Teori *Psychological Well-Being* Ryff yang terdiri dari 6 dimensi, maka setiap pertemuan membahas mengenai 1 dimensi atau pokok bahasan materi, dengan berpedoman pada modul yang telah disusun. Setiap pertemuan tidak hanya diisi oleh pemaparan materi, melainkan juga terdapat penugasan berupa penugasan tertulis dan tidak tertulis (permainan) yang dibuat secara aplikatif dan sesuai dengan pokok bahasan materi setiap pertemuan. Pelatih atau trainer yang bertugas ialah

psikolog dan trainer yang bersertifikat. Pelaksanaan pelatihan ini dimulai pada 6 Juli 2022 hingga 10 Agustus 2022 di Rutan Kelas II B Bangkalan.

a. Pertemuan 1: *Self Acceptance*

Penerimaan diri merupakan tahapan pertama dari proses pembentukan suatu mental yang sehat dan mewujudkan peningkatan kesejahteraan psikologis. Yang ditekankan disini adalah bagaimana seorang narapidana dapat menerima semua hal baik dan buruk yang ada pada dirinya. Pengalaman menyakitkan, sifat atau kepribadian baik dan buruk yang disembunyikan, kesalahan mengambil keputusan di masa lalu yang menyebabkan dirinya berada di posisi seperti ini, dan tak lupa juga mengajak mereka untuk menyadari kelebihan yang mereka miliki.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

b. Pertemuan 2: *Autonomy*

Selanjutnya adalah materi mengenai kemandirian. Jika individu telah menyadari dan menerima segala kelebihan dan kekurangan yang ada dalam dirinya, maka saatnya individu untuk melatih kemandirian. Kemandirian disini adalah suatu proses individu menuju kemampuan untuk memilih, membuat, dan menentukan suatu keputusan yang terbaik bagi dirinya, tanpa merugikan pihak lain. Selain itu, melatih narapidana untuk dapat mandiri dalam artian tidak mudah dikendalikan oleh orang lain sebab telah memiliki keteguhan pendirian. Mengerti betul apa yang dibutuhkan dan apa yang terbaik bagi dirinya.



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan

c. Pertemuan 3: *Environmental Mastery*

Apabila kemandirian telah terbentuk, maka individu akan mulai berlatih untuk memilih lingkungan yang baik bagi dirinya. Penguasaan lingkungan yang dimaksudkan ialah suatu pemahaman, penyuluhan, dan latihan bagi narapidana untuk dapat memilih dan menciptakan lingkungan yang paling sesuai dengan kebutuhannya, dan lingkungan yang memiliki manfaat besar untuk dirinya. Dengan demikian, walaupun suatu saat individu tersebut dikelilingi oleh lingkungan yang negatif, mereka dapat menciptakan lingkungan positifnya sendiri dan tidak terbawa arus yang salah.



Gambar 3. Dokumentasi Kegiatan

d. Pertemuan 4: *Positive Relations with Others*

Menjalin hubungan positif dengan orang lain, menambah kebahagiaan dalam hati manusia. Tak terkecuali narapidana. Namun di dalam penjara, dengan mental yang tidak sehat dan kesejahteraan psikologis yang rendah, membuat mereka kesulitan dalam menjalin hubungan positif dengan orang lain. Terlebih lagi saat masa pembebasan nanti. Berbagai stigma buruk masyarakat mengarahkan mereka pada keinginan untuk berbuat jahat lagi. Materi pada pertemuan ini akan memberikan pemahaman baru bagi narapidana terkait berbagai cara untuk menjalin hubungan positif dengan orang lain, dan mengapa hal ini menjadi penting. Materi yang cukup komplis dan mudah

dipahami akan mengubah cara pandang dan perilaku narapidana.



Gambar 4. Dokumentasi Kegiatan

e. Pertemuan 5: *Purpose in Life*

Semua langkah yang kita ambil di hidup ini akan berpedoman pada tujuan hidup kita. Menghargai kehidupan yang telah diberikan dengan cara menjalani hidup dengan baik. Narapidana yang sebelumnya kehilangan arah dan tujuan hidup, akan dituntut kembali untuk menemukannya.



Gambar 5. Dokumentasi Kegiatan

f. Pertemuan 6: *Personal Growth*

Tahapan terakhir adalah pengembangan diri. Ruang lingkup pengembangan diri yang dimaksud ialah, setelah individu memperoleh kesadaran terkait kelebihan dan kekurangan diri, maka selanjutnya adalah mengembangkan potensi kelebihan tersebut dan memperbaiki kekurangan yang ada. Setidaknya langkah untuk berani membuka diri terhadap pengalaman dan pembelajaran yang baru dapat menjadi pertanda bahwa individu telah termotivasi dan berupaya untuk mengembangkan diri. Terlebih lagi saat hidup di lingkungan masyarakat yang dinamis.



Gambar 6. Dokumentasi Kegiatan

Program Pelatihan Mental (Pelatihan *Psychological Well-Being*) memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis para narapidana narkoba. Pelatihan ini mampu membantu para narapidana narkoba dalam meningkatkan perbaikan mentalnya. Terdapat pula manfaat dibidang sosial dan masyarakat yang secara tidak langsung akan terasa karena dengan perbaikan mental dan peningkatan kesejahteraan psikologis, dapat mengubah perilaku narapidana bahkan ketika telah terjun di masyarakat. Sehingga hal ini dapat mematahkan stigma negatif masyarakat terhadap "mantan narapidana". Apabila individu telah mendapat respon positif dari suatu hal baik yang dilakukannya, maka kemungkinan untuk berperilaku negatif akan cenderung menurun. Dengan demikian, menurunkan kecenderungan perilaku residivis para mantan narapidana narkoba di masa depan. Yang mana secara tidak langsung pula, hal ini akan membantu pemerintah untuk mengurangi over kapasitas Rutan yang salah satunya disebabkan oleh residivis. Maka dari itu, program ini dapat menjadi model yang bisa diterapkan di seluruh Rutan dan Lapas Indonesia untuk membantu mengatasi permasalahan kesejahteraan psikologis para narapidana, membantu mengurangi kecenderungan residivis narapidana, serta secara tidak langsung membantu mengatasi permasalahan over kapasitas Rutan dan Lapas di Indonesia yang salah satunya disebabkan oleh residivis. Metode ini cukup sederhana dan mudah untuk diterapkan. Terlebih lagi terdapat modul pelatihan yang secara lengkap memuat tata cara detail pelatihan.

Kelemahan dari pelatihan ini adalah belum bisa menjangkau para narapidana dengan kasus selain narkoba. Pelatihan ini juga hanya menasar pada narapidana yang bisa membaca dan menulis, sedangkan masih banyak sekali narapidana yang tidak tamat Sekolah Dasar, tidak pernah bersekolah, lupa tulis-menulis karena sudah tua, serta tidak bisa membaca karena mengalami rabun ataupun gejala katarak.

Selama pelatihan juga terdapat berbagai kendala yang ditemukan. Pihak Rutan memiliki jadwal khusus yang tidak

bisa terprediksi, sehingga hal ini menyebabkan waktu pelaksanaan sedikit mundur dari yang seharusnya. Para trainer yang berasal dari daerah berbeda, terkadang menjadi suatu kendala apabila secara tidak sengaja mengucapkan bahasa yang tidak dimengerti oleh narapidana yang mayoritas berasal dari Suku Madura. Namun untuk keseluruhan, program pelatihan ini sudah sangat baik berdasar hasil evaluasi yang diisi oleh para peserta pelatihan

Tabel 1 Evaluasi Program Pelatihan Mental (Pelatihan *Psychological Well-Being*)

No.	Aspek yang dinilai	Sangat Baik	Baik	Cukup	Kurang	Sangat Kurang
1.	Tema pelatihan	14	2	2	1	0
2.	Ketepatan waktu pelatihan	4	10	1	4	0
3.	Kelengkapan materi yang dibahas dalam pelatihan	12	3	3	1	0
4.	Sikap panitia dan Pemandu terhadap peserta	9	6	2	2	0
5.	Alat Bantu yang digunakan	6	9	3	1	0
Total		45	30	11	9	0

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Program Pelatihan Mental (Pelatihan *Psychological Well-Being*) yang telah dilakukan memberikan dampak yang sangat positif bagi perbaikan mental dan peningkatan kesejahteraan psikologis para narapidana narkoba di Rutan Kelas IIB Bangkalan. Program ini menjadi air yang muncul di tengah keringnya gurun kehidupan psikologis mereka. Permasalahan psikologis narapidana narkoba, kecenderungan residivis, serta over kapasitas Rutan yang terjadi selama bertahun-tahun menjadi suatu problema yang cukup menyusahakan bagi para petugas Rutan, pemerintah, dan juga masyarakat khususnya. Maka dari itu, program ini hadir untuk menjadi jawaban atas segala keluhan pihak mitra dan masyarakat yang ada. Berbagai manfaat dapat diperoleh dari terlaksananya program ini, antara lain di bidang psikologis, sosial, keamanan, dan masih banyak lagi. Manfaat ini menasar pada berbagai pihak yakni narapidana sendiri, mitra, serta masyarakat tentunya.

Saran

Seperti yang telah disampaikan sebelumnya, bahwa masih terdapat beberapa kelemahan dalam program ini. Maka dari itu, bagi penulis dan penyelenggara kegiatan yang selanjutnya, diharapkan dapat mengatasi kelemahan dari program ini. Hal demikian dilakukan untuk penyempurnaan program dan kebermanfaatan yang lebih besar bagi semua pihak.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriany, M., Rachma, N., Hartati, E., Nurrahima, A., Mu'in, M., Widyastuti, R. H., Dewi, N. S., & Nurmalita, A. 2019. *Depression in Indonesian elderly inmates: a preliminary study. The 2019 International Conference on Healthcare and Technology (ICHT 2019). KnE Life Sciences*. 291–294. DOI: <https://doi.org/10.18502/cls.v4i13.5252>
- Coper, C., & Berwick, S. 2001. Factors affecting psychological well-being



- of three groups of suicide-prone prisoners. *Current Psychology*, 20(2), 169–182. DOI: <https://doi.org/10.1007/s12144-001-1025-0>.
- Marpaung, D. S. H. 2019. Bahaya narkoba serta perlindungan hukum terhadap anak sebagai pelaku penyalahgunaan narkoba di Kabupaten Purwakarta. *Jurnal Hukum POSITUM*. 4(1), 98-115. DOI: <https://doi.org/10.35706/positum.v4i1.3010>
- Milles, M. B., & Huberman, A. M. 2007. *Analisis Data Kualitatif: Buku Sumber tentang Metode-metode Baru*. Jakarta: UI Press.
- Patuju, L. & Afamery, S. S. 2016. Residivis dalam perspektif sosiologi hukum. *JURNAL HUKUM VOLKGEIST Mimbar Pendidikan Hukum Nasional*. 1(1), 104-114. DOI: <https://doi.org/10.35326/volkgeist.v1i1.78>
- Prins, S. J. & Draper, L. 2009. *Improving outcomes for people with mental illnesses under community corrections supervision: A guide to research informed policy and practice*.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*. 69(4).
- Ryff, C. D. 2014. Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 83(1), 10–28. DOI: <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Sinjar, A. & Sahuri, T. 2021. Bahaya narkoba terhadap masa depan generasi muda. *Jurnal Indonesia Sosial Teknologi*. 2(2), 154-160. DOI: <https://doi.org/10.36418/jist.v2i2.84>
- Soerodibroto, S. R. 2004. *KUHP dan KUHPA*. Jakarta: Grafindo.