



Efikasi Diri Narapidana yang Akan Reintegrasi Sosial di Rutan Kelas IIB Bantul

Muhammad Faris Humam¹, Herry Fernandes Butar Butar²

Prodi Bimbingan Kemasyarakatan, Jurusan Ilmu Pemasarakatan, Politeknik Pengayoman Indoensia¹⁻²

Email Korespondensi: humam1005@gmail.com, herryfbutar2@gmail.com

Article received: 01 Agustus 2025, Review process: 16 Agustus 2025

Article Accepted: 23 September 2025, Article published: 18 Oktober 2025

ABSTRACT

The significant psychological challenges and social stigma faced by inmates prior to release necessitate a deeper understanding of self-efficacy as a crucial factor for successful social reintegration. This study aims to analyze the self-efficacy conditions of inmates preparing for social reintegration at Bantul Class IIB Detention Center and to identify the sources that shape their self-efficacy. The research employed a qualitative approach with a case study design, utilizing in-depth interviews, observations, and documentation involving six informants, including three inmates, two correctional officers, and one structural official. The findings reveal that inmates' self-efficacy levels vary widely, with some demonstrating high confidence in overcoming social challenges, while others exhibit negative tendencies such as anxiety and avoidance behaviors. Dominant sources of self-efficacy include past mastery experiences, social support, and stable emotional states, whereas failed experiences and negative psychological conditions act as major obstacles. These results highlight the importance of rehabilitation programs focusing on enhancing self-efficacy through skills training, psychosocial support, and mental health-based interventions to improve inmates' readiness for post-release life

Keywords: Self-Efficacy, Inmates, Social Reintegration, Stigma, Rehabilitatio

ABSTRAK

Tingginya tantangan psikologis dan stigma sosial yang dihadapi narapidana menjelang pembebasan menuntut adanya pemahaman mendalam mengenai efikasi diri sebagai faktor penentu keberhasilan reintegrasi sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kondisi efikasi diri narapidana yang mempersiapkan reintegrasi sosial di Rutan Kelas IIB Bantul serta mengidentifikasi sumber-sumber yang memengaruhi pembentukan efikasi diri tersebut. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus, didukung oleh wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi terhadap enam informan yang terdiri dari tiga narapidana, dua petugas pemsarakatan, dan satu pejabat struktural. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi efikasi diri narapidana sangat bervariasi, dengan sebagian memiliki keyakinan tinggi untuk menghadapi tantangan sosial dan sebagian lainnya menunjukkan kecenderungan negatif yang ditandai dengan kecemasan dan perilaku penghindaran. Sumber efikasi diri yang dominan meliputi pengalaman keberhasilan masa lalu, dukungan sosial dari lingkungan, dan kondisi emosional yang stabil, sementara kegagalan pengalaman serta kondisi psikologis negatif menjadi penghambat utama. Temuan ini mengimplikasikan pentingnya program pembinaan yang berfokus pada penguatan efikasi diri melalui pelatihan keterampilan, dukungan psikososial, dan intervensi berbasis kesehatan mental untuk meningkatkan kesiapan narapidana menghadapi kehidupan pasca-pembebasan.

Kata Kunci: Efikasi Diri, Narapidana, Reintegrasi Sosial, Stigma, Pembinaan

Lisensi: Creative Commons Attribution ShareAlike 4.0 International License (CC BY SA 4.0)

6164

PENDAHULUAN

Sistem pemasyarakatan modern berfungsi tidak hanya sebagai tempat penahanan, tetapi juga sebagai institusi rehabilitatif yang bertujuan memulihkan fungsi sosial narapidana dan mempersiapkan mereka kembali ke masyarakat. Proses rehabilitasi ini mencakup pembinaan perilaku, penguatan keterampilan, serta dukungan psikososial yang terintegrasi agar mantan narapidana dapat menjalani kehidupan bermasyarakat secara produktif dan tidak kembali melakukan tindak pidana (Silva & Simamora, 2025). Namun, kondisi pemasyarakatan di Indonesia masih menghadapi tantangan serius seperti overcrowding, di mana jumlah penghuni jauh melampaui kapasitas yang tersedia. Data Sistem Basis Data Pemasyarakatan (SDP) per 7 Februari 2025 mencatat jumlah penghuni mencapai 217.616 jiwa dengan kapasitas hanya 145.681 jiwa, menyebabkan tingkat kepadatan mencapai 49,3% (Pemasyarakatan, 2025). Kondisi ini tidak hanya menghambat pelaksanaan program rehabilitasi yang efektif tetapi juga berpotensi memperburuk kondisi psikologis narapidana menjelang pembebasan (Hirschi, 2021).

Setelah menjalani dua pertiga masa hukuman, narapidana umumnya berhak mendapatkan program integrasi seperti pembebasan bersyarat dan cuti bersyarat, yang menjadi bagian dari proses reintegrasi sosial (Sutrisno, 2020). Reintegrasi sosial sendiri dipandang sebagai proses kompleks yang melibatkan transformasi identitas, penyesuaian kembali ke kehidupan masyarakat, serta penyelesaian konflik sosial yang mungkin muncul akibat status sebagai mantan narapidana (Kurniawan, 2023). Akan tetapi, proses ini sering kali terhambat oleh stigma sosial dan diskriminasi struktural yang menyebabkan kesulitan dalam mencari pekerjaan, membangun relasi sosial, serta meningkatkan risiko masalah kesehatan mental (Adzan & Manalu, 2022). Penelitian internasional menunjukkan bahwa stigma publik memiliki dampak langsung terhadap tingkat recidivism, dengan individu yang mengalami penolakan sosial lebih rentan kembali melakukan kejahatan (Maruna & Mann, 2019). Oleh karena itu, reintegrasi sosial memerlukan pendekatan multidimensi yang mencakup aspek hukum, sosial, psikologis, dan ekonomi.

Permasalahan tersebut semakin kompleks bagi narapidana yang ditahan di rumah tahanan negara (Rutan) karena fasilitas pembinaan di sana umumnya lebih terbatas dibandingkan lembaga pemasyarakatan. Misalnya, di Rutan Kelas IIB Bantul, dari total 242 penghuni, hanya 8,9% narapidana yang mengikuti pelatihan kemandirian akibat keterbatasan anggaran dan sarana pembinaan (SDP, 2025). Keterbatasan ini dapat menghambat proses rehabilitasi psikologis, termasuk penguatan efikasi diri narapidana. Padahal, efikasi diri berperan penting dalam menentukan keberhasilan adaptasi individu terhadap lingkungan sosial yang baru setelah pembebasan. Penelitian lintas negara menunjukkan bahwa individu dengan efikasi diri tinggi cenderung memiliki tingkat keberhasilan reintegrasi yang lebih baik dan risiko residivisme yang lebih rendah (Andrews & Bonta, 2022).

Efikasi diri, menurut Bandura (1977), adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi situasi tertentu dan mempengaruhi cara

berpikir, bertindak, serta merespons tantangan. Dalam konteks masyarakat, efikasi diri memengaruhi kesiapan narapidana untuk menghadapi stigma, mencari pekerjaan, dan membangun kembali hubungan sosial (Lianto, 2019). Faktor-faktor yang membentuk efikasi diri meliputi pengalaman keberhasilan, pengamatan terhadap keberhasilan orang lain, dukungan verbal dari lingkungan, serta kondisi emosional dan fisiologis (Fitriani & Rudin, 2020). Intervensi berbasis efikasi diri telah terbukti meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi narapidana menjelang pembebasan, sebagaimana ditunjukkan oleh penelitian di Inggris dan Kanada (Ward & Maruna, 2020; Day et al., 2022). Namun, di Indonesia, studi yang secara spesifik mengeksplorasi efikasi diri narapidana menjelang reintegrasi sosial masih sangat terbatas.

Selain itu, banyak penelitian terdahulu lebih menyoroti aspek negatif dari kondisi psikologis narapidana seperti kecemasan, depresi, atau stres menjelang masa bebas, sementara eksplorasi mengenai efikasi diri sebagai kekuatan psikologis positif masih jarang dilakukan (Sulistiyatna, 2021; Wildan, 2022). Padahal, pendekatan berbasis kekuatan (*strength-based approach*) yang berfokus pada penguatan efikasi diri telah diakui secara global sebagai strategi efektif dalam proses rehabilitasi narapidana (Ward & Brown, 2021). Studi oleh Nathan dan Soetikno (2024) juga menunjukkan bahwa tingkat efikasi diri yang tinggi berhubungan signifikan dengan rendahnya kecemasan menghadapi masa depan di kalangan warga binaan. Dengan demikian, penting untuk mengalihkan fokus penelitian dari sekadar meminimalkan risiko psikologis menuju upaya optimalisasi potensi internal narapidana.

Berdasarkan berbagai uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat kesenjangan signifikan antara tantangan psikologis yang dihadapi narapidana menjelang reintegrasi sosial dan kurangnya program pembinaan yang berfokus pada penguatan efikasi diri, terutama di tingkat Rutan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk: (1) menganalisis kondisi efikasi diri narapidana yang mempersiapkan reintegrasi sosial di Rutan Kelas IIB Bantul; dan (2) mengidentifikasi sumber-sumber yang membentuk efikasi diri mereka, guna memberikan kontribusi teoritis dan praktis dalam pengembangan strategi pembinaan yang lebih efektif dan berorientasi pada keberhasilan reintegrasi sosial.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman mendalam tentang kondisi efikasi diri narapidana yang akan menjalani reintegrasi sosial di Rutan Kelas IIB Bantul. Pendekatan ini dipilih karena mampu menggali secara komprehensif dinamika psikologis, pengalaman personal, serta konteks sosial yang memengaruhi pembentukan efikasi diri narapidana. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi, yang memungkinkan peneliti untuk memvalidasi informasi dari berbagai sumber dan meningkatkan kredibilitas temuan. Informan penelitian terdiri atas enam orang, yaitu tiga narapidana yang sedang mempersiapkan reintegrasi sosial, dua petugas masyarakat, dan satu pejabat struktural yang terlibat dalam proses

pembinaan dan pengawasan. Analisis data dilakukan secara induktif melalui tahap reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan dengan merujuk pada teori efikasi diri Albert Bandura yang mencakup dimensi magnitudo, generalitas, dan kekuatan. Validitas data dijamin melalui triangulasi sumber dan metode, sementara keabsahan hasil diperkuat dengan teknik member checking dan peer debriefing, sehingga hasil penelitian ini memiliki tingkat keandalan tinggi serta relevan untuk pengembangan strategi pembinaan berbasis psikologis di lembaga masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk mengeksplorasi efikasi diri narapidana yang akan menjalani reintegrasi sosial di Rutan Kelas IIB Bantul. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi terhadap tiga informan narapidana (Raditya Firzha/RF, Febri Duta/FD, dan Erfin Kurniawan/EK) serta petugas terkait (Bhaskoro Nugraha/BN selaku Kepala Rutan Kelas IIB Subsie Bantul, Jaka Purnama/JP, dan Septa Farid/SF selaku petugas keamanan). Analisis data dilakukan berdasarkan teori efikasi diri Albert Bandura yang mencakup tiga dimensi: magnitudo, generalitas, dan kekuatan (Bandura, 1977; Subaidi, 2016). Hasil penelitian menunjukkan adanya variasi kondisi efikasi diri di antara informan, dengan kecenderungan positif pada sebagian informan dan negatif pada informan lainnya, serta beragamnya sumber efikasi diri yang berasal dari pengalaman penguasaan, pengalaman orang lain, persuasi verbal, dan kondisi fisik-emosional (Bandura, 1977; Erlina, 2020).

1. *Kondisi efikasi diri narapidana yang akan direintegrasi sosial*

Kondisi efikasi diri informan dieksplorasi melalui respons terhadap tantangan potensial selama reintegrasi sosial, seperti stigma masyarakat, kesulitan mencari pekerjaan, dan adaptasi lingkungan (Pangesthi, 2022; Hartini dkk., 2023). Validasi dilakukan melalui observasi harian dan konfirmasi kepada petugas, yang menunjukkan kesesuaian antara pernyataan informan dengan perilaku aktual (Creswell, 2018). Secara keseluruhan, efikasi diri bervariasi: FD dan EK menunjukkan kecenderungan positif, sementara RF cenderung negatif, sebagaimana dianalisis berdasarkan Bandura tiga dimensi (Bandura, 1977; Rahmadini, 2020).

a. *Dimensi Besaran (Magnitude Of Challenge)*

Dimensi ini mengukur kemampuan informan dalam menghadapi tingkat kesulitan situasi pasca-reintegrasi (Subaidi, 2016). RF menunjukkan efikasi diri yang rendah, dengan respons menghindari tantangan seperti stigma masyarakat: *"ketika saya bebas, sebisa mungkin saya ingin menghindari orang-orang yang dulu saya kenal... Saya takut nanti mereka akan memandang saya negatif"* (Wawancara RF, 12 April 2025). Observasi menunjukkan bahwa RF seringkali pasif di Rutan Kelas IIB Bantul, kurang begitu aktif dalam kegiatan pembinaan, yang divalidasi oleh petugas: *"Raditya Firzha tampaknya masih belum berkembang secara signifikan"* (Wawancara SF, 17 April 2025). Hal ini sejalan dengan kecenderungan menghindari tugas di luar kemampuan (Rahmadini, 2020).

Sebaliknya, FD dan EK menunjukkan efikasi diri yang tinggi. FD menyatakan keyakinannya dalam menghadapi stigma: *"Saya siap menghadapi jika seseorang memandang saya negatif, saya hanya akan fokus pada usaha saya"* (Wawancara FD, 12 April 2025), didukung oleh pengamatannya yang aktif dalam bimker (membuat tikar) dan musik. EK senada: *"Saya sudah memiliki rencana untuk membeli dan menjual kebutuhan pokok, jika ada tantangan seperti sulitnya mencari modal, saya akan mencoba terlebih dahulu"* (wawancara EK, 15 April 2025), dengan setiap hari membantu dapur Rutan (wawancara JP, 21 April 2025). Hal ini mencerminkan kemampuan untuk mengatasi tantangan yang tinggi (Bandura, 1977; Kurniawan & Shafa, 2022).

b. Dimensi Generalitas (Generalitas Kemampuan)

Dimensi ini menilai tingkat keyakinan informan terhadap kemampuan di berbagai bidang (Subaidi, 2016). FR memiliki generalitas yang rendah, terbatas pada bidang jual beli pakaian bekas: *"Saya hanya bisa jual beli pakaian bekas, jika saya tidak yakin dengan hal lainnya"* (Wawancara RF, 12 April 2025). Observasi menunjukkan bahwa RF jarang beradaptasi dengan kegiatan Rutan Baru, seperti pembinaan kemandirian, yang dikonfirmasi: *"Raditya Firzha memiliki potensi yang lebih rendah... dari kehidupan sehari-harinya di Rutan Kelas IIB Bantul"* (Wawancara SF, 17 April 2025). Hal ini menunjukkan keyakinan terbatas pada domain tertentu (Rahmadini, 2020; Muna dkk., 2021). FD menunjukkan generalitas yang tinggi, dengan kemampuan di bidang otomotif, musik, dan adaptasi sosial: *"Saya bisa berkecimpung di bidang otomotif, musik, dan nanti jika saya bebas, saya bisa beradaptasi dengan pekerjaan baru"* (Wawancara FD, 12 April 2025), yang memvalidasi pengamatannya tentang partisipasinya di studio musik dan bimker. EK juga tinggi, meliputi memasak dan jual beli: *"Saya bisa memasak dan membeli bahan makanan, jika saya perlu mempelajari hal-hal baru"* (wawancara EK, 15 April 2025), dengan pengamatan kunjungan keluarga yang mendukung adaptasi (wawancara JP, 16 April 2025). Hal ini sejalan dengan keyakinan yang tersebar luas di berbagai kegiatan (Bandura, 1977; Kurniawan & Shafa, 2022).

c. Dimensi Kekuatan

Dimensi ini mengukur ketahanan keyakinan terhadap hambatan (Subaidi, 2016). RF memiliki kekuatan yang rendah, mudah goyah: *"kalau nanti susah cari kerja karena status mantan narapidana, mungkin saya akan berhenti dulu"* (Wawancara RF, 12 April 2025). Hasil observasi menunjukkan komitmen yang rendah, dengan petugas menyatakan: *"Raditya Firzha masih labil ya perkembangannya"* (Wawancara SF, 17 April 2025), mencerminkan resiliensi yang rendah (Rahmadini, 2020).

FD dan EK memiliki kekuatan yang tinggi. FD teguh: *"Saya yakin saya bisa, meski ada hambatan seperti stigma, saya akan tetap berusaha"* (Wawancara FD, April 2025). 12, 2025), didukung oleh pengamatannya yang gigih di bimker. EK serupa: *"Saya berkomitmen untuk berubah dan memberikan yang terbaik sesuai dengan kemampuan, saya akan terus melakukannya"* (wawancara EK, 15 April 2025), dengan validasi: *"Erfin Kurniawan relatif moderat berdasarkan kehidupan sehari-harinya, tetapi terus berkembang"* (wawancara SF, 17 April 2025). Hal ini menunjukkan resiliensi yang kuat (Bandura, 1977; Muna dkk., 2021).

Secara keseluruhan, kondisi efikasi diri informan bervariasi, dengan FD dan EK cenderung baik (positif), sementara RF kurang (negatif), dipengaruhi oleh terbatasnya pembinaan rutin (Zaki & Anwar, 2022; Wildan, 2022). Hal ini sejalan dengan temuan bahwa efikasi diri yang tinggi mengurangi kecemasan reintegrasi (Imaniyati & Fadhillah, 2023; Nabila & Wahyuni, 2022).

2. *Sumber efikasi diri narapidana yang akan direintegrasi sosial*

Sumber efikasi diri dieksplorasi berdasarkan empat faktor Bandura: pengalaman penguasaan enaktif, pengalaman perwakilan, persuasi verbal, serta keadaan fisiologis dan afektif (Bandura, 1977; Erlina, 2020). Hasil penelitian menunjukkan sumber positif pada FD dan EK, tetapi negatif pada RF, dengan variasi pengaruh.

a. **Pengalaman Penguasaan Enaktif**

RF memiliki pengalaman negatif: "*pengalaman jual beli pakaian bekas yang dulu gagal karena kekurangan modal*" (Wawancara RF, 12 April 2025), yang menurunkan efikasi (Fitriani & Rudin, 2020). FD Positif: "*Saya sukses di bidang otomotif dan musik sebelum masuk penjara*" (wawancara FD, 12 April 2025), didukung oleh observasi. EK juga positif: "*pengalaman memasak dan berjualan bahan makanan cukup berhasil*" (wawancara EK, 15 April 2025). Petugas konfirmasi: "*potensi mereka terasah di bimker*" (wawancara BN, 22 April 2025).

b. **Pengalaman Vikarius**

RF Negatif: "*Saya melihat seorang teman yang bebas bahkan kembali ke penjara, jadi saya ragu*" (Wawancara RF, 12 April 2025). FD Positif: "*Saya belajar dari seorang teman yang sukses setelah bebas*" (wawancara FD, 12 April 2025). EK Serupa: "*pengalaman keluarga yang sukses bedagang*" (wawancara EK, 15 April 2025), observasi kunjungan keluarga yang tervalidasi (Ibad dkk., 2024; Wahyuningtyas & Nurilla, 2021).

c. **Persuasi Verbal**

Semua informan mendapat dukungan dari Petugas: "*Petugas sering disarankan untuk berganti*" (wawancara FD, 20 April 2025; wawancara EK, 15 April 2025). RF kurang responsif: "*Saya mendengar saran, tetapi masih ragu*" (Wawancara RF, 12 April 2025). Petugas: "*kami memberikan persuasi untuk komitmen*" (wawancara JP, 16 April 2025), meskipun efeknya lebih kecil (Bandura, 1977; Wahyuningtyas & Nurilla, 2021).

d. **Kondisi Fisiologis dan Afektif (kondisi fisik dan emosional)**

RF Negatif: "*Saya merasa iri dengan teman seumuran saya*" (Wawancara RF, 12 April 2025), peningkatan stres (Lianto, 2019). FD dan EK positif: "*Saya merasa senang dengan dukungan keluarga*" (wawancara FD, 12 April 2025; wawancara EK, 15 April 2025), dengan pengamatan emosi yang stabil (Fitriani & Rudin, 2020; Magfirah dkk., 2018).

Sumber efikasi diri informan bervariasi, dengan pengaruh negatif pada aspek fisik-emosional RF, yang menekankan perlunya intervensi (Magfirah dkk., 2018; Ibad dkk., 2024). Hasil ini mendukung rekomendasi kolaborasi antara rutan dan pihak terkait untuk memfasilitasi perkembangan (Sutrisno, 2020; Zulkarnain & Putri, 2023).

Pembahasan

Hasil penelitian ini memberikan wawasan komprehensif tentang efikasi diri narapidana yang mendekati reintegrasi sosial di Rutan Kelas IIB Bantul, dengan menjawab dua pertanyaan penelitian utama: (1) Bagaimana kondisi efikasi diri di antara narapidana yang akan menjalani reintegrasi sosial? dan (2) Apa saja sumber efikasi diri bagi narapidana ini? Berdasarkan teori efikasi diri Albert Bandura, temuan ini mengungkapkan variasi yang signifikan dalam tingkat efikasi diri di antara para informan, dengan kecenderungan positif yang diamati dalam dua kasus (FD dan EK) dan kecenderungan negatif dalam satu kasus (RF). Variasi ini dievaluasi melalui tiga dimensi inti – magnitudo, generalitas, dan kekuatan – yang menyoroti keyakinan narapidana akan kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan pasca-reintegrasi seperti stigma masyarakat, hambatan pekerjaan, dan adaptasi emosional (Bandura, 1977; Subaidi, 2016; Pangesthi, 2022). Terkait pertanyaan penelitian pertama, kondisi efikasi diri di antara para informan tidak konsisten, mencerminkan pola adaptif dan maladaptif. Informan FD dan EK menunjukkan efikasi diri yang relatif tinggi, ditandai dengan keyakinan yang kuat dalam mengatasi rintangan (magnitudo), penerapan keterampilan yang luas di berbagai domain (generalitas), dan keyakinan yang tangguh meskipun mengalami kemunduran (kekuatan). Misalnya, keterlibatan aktif FD dalam kegiatan membangun kemandirian (bimker) dan perencanaan usaha masa depan yang didukung keluarga EK selaras dengan respons optimis mereka terhadap potensi hambatan reintegrasi, seperti stigma dan kesulitan mencari kerja (Hartini dkk., 2023; Imaniyati & Fadhilah, 2023). Sebaliknya, RF menunjukkan efikasi diri yang rendah, ditandai dengan perilaku penghindaran, generalisasi keterampilan yang terbatas, dan keyakinan yang rapuh, yang divalidasi melalui pengamatan rutinitas harian pasif dan konfirmasi petugas (staf penjara). Kecenderungan negatif ini menguatkan studi-studi sebelumnya tentang kerentanan psikologis pada narapidana yang mendekati masa bebas, di mana efikasi diri yang rendah memperburuk kecemasan dan menghambat penyesuaian diri masyarakat (Lianto, 2019; Nabila & Wahyuni, 2022; Anggraini dkk., 2019).

Variabilitas keseluruhan ini menggarisbawahi pengaruh terbatasnya pembinaan berbasis Rutan di Rutan Kelas IIB Bantul seperti Rutan Bantul, yang, tidak seperti Rutan yang lengkap, menghadapi keterbatasan sumber daya seperti anggaran dan fasilitas yang tidak memadai, yang berpotensi menghambat pengembangan efikasi diri yang optimal (Zaki & Anwar, 2022; Wildan, 2022; Satrio, 2016). Temuan ini melampaui deskripsi belaka dengan menghubungkan kondisi efikasi diri dengan konteks yang lebih luas dari sistem pemasyarakatan Indonesia yang kelebihan kapasitas, di mana Rutan Kelas IIB Bantul menampung narapidana meskipun peran utama mereka dalam perawatan narapidana (Alina dkk., 2012; Pemasyarakatan, 2025). Efikasi diri yang positif dalam FD dan EK menunjukkan bahwa bahkan program yang suboptimal pun dapat mendorong pertumbuhan ketika narapidana berpartisipasi aktif, sejalan dengan penekanan Bandura pada keyakinan efikasi sebagai prediktor perubahan perilaku dan motivasi (Bandura, 1977; Rahmadini, 2020). Namun, kasus RF menggambarkan bagaimana kecenderungan negatif yang tidak ditangani dapat melanggengkan siklus

residivisme, karena efikasi diri yang rendah berkorelasi dengan penghindaran dan berkurangnya mekanisme koping selama reintegrasi (Hamja, 2015; Adzan & Manalu, 2022). Dikotomi ini menyoroti kesenjangan dalam praktik saat ini, di mana penilaian efikasi diri tidak secara rutin diintegrasikan ke dalam evaluasi pra-pembebasan, sehingga berpotensi mengabaikan kesiapan narapidana untuk kembali ke masyarakat (Sutrisno, 2020; Romadani & Ridha, 2023).

Beralih ke pertanyaan penelitian kedua, sumber efikasi diri berasal dari empat faktor utama Bandura: pengalaman penguasaan enaktif, pengalaman tidak langsung, persuasi verbal, serta kondisi fisiologis dan afektif, dengan hasil yang bervariasi dalam valensi dan dampaknya (Bandura, 1977; Erlina, 2020; Fitriani & Rudin, 2020). Sumber positif mendominasi untuk FD dan EK, termasuk penguasaan keterampilan vokasional yang sukses di masa lalu (misalnya, otomotif dan memasak) dan pembelajaran tidak langsung dari teman sebaya atau keluarga yang berkembang pesat pasca-pembebasan, yang memperkuat kepercayaan diri mereka (Ibad dkk., 2024; Wahyuningtyas & Nurilla, 2021). Persuasi verbal dari staf penjara, seperti bimbingan motivasi selama sesi pembinaan, semakin memperkuat efikasi mereka, sementara kondisi emosional yang stabil—didukung oleh kunjungan keluarga—mengurangi stres (Magfirah dkk., 2018). Sebaliknya, sumber-sumber RF sebagian besar negatif: pengalaman penguasaan diri yang gagal (misalnya, usaha bisnis sebelumnya), pengamatan tidak langsung yang mengecewakan dari rekan-rekan residivis, dan kecemasan yang meningkat dalam kondisi fisiologis, yang mengikis kepercayaan diri dan mendorong perilaku melarikan diri (Lianto, 2019; Pangesthi, 2022). Sumber-sumber negatif ini, terutama dalam ranah emosional dan fisik, sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental yang belum terselesaikan di penjara memperparah defisit efikasi diri (Utari dkk., 2013; Widhiastuti dkk., 2023; Cahyani & Andriany, 2020).

Interaksi antara sumber-sumber ini kondisi dan efikasi diri mengungkapkan wawasan penting bagi psikologi masyarakat. Misalnya, dominasi pengalaman penguasaan dan pengalaman tidak langsung dalam kasus-kasus positif mendukung intervensi seperti pelatihan berbasis keterampilan, yang dapat mengatasi keterbatasan lingkungan Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Bantul (Magfirah dkk., 2018; Ibad dkk., 2024). Namun, persistensi sumber fisiologis negatif menggarisbawahi perlunya dukungan kesehatan mental holistik, sebagaimana diamanatkan oleh Undang-Undang Nomor 22 Tahun 2022 tentang Pemasyarakatan, untuk mencegah erosi efikasi diri (Pradana & Pranoto, 2024; Maulana Fahreza & Muhammad, 2023). Dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini mengalihkan fokus dari aspek psikologis negatif (misalnya, kecemasan dalam Pangesthi, 2022) ke eksplorasi efikasi positif, menawarkan pandangan seimbang yang menginformasikan strategi reintegrasi (Sulistiyan, 2021; A. Kurniawan, 2023).

Secara teoritis, temuan ini memperkuat kerangka kerja Bandura dengan menunjukkan penerapannya dalam pengaturan masyarakat, di mana efikasi diri memediasi antara pengalaman penjara dan hasil pasca-pembebasan (Bandura, 1977; Kurniawan & Shafa, 2022; Muna dkk., 2021). Secara praktis, temuan ini

menganjurkan peningkatan fasilitas di Rutan Kelas IIB Bantul, kolaborasi antar-lembaga (misalnya, dengan Balai Pemasyarakatan), dan intervensi yang disesuaikan seperti konseling kelompok untuk meningkatkan efikasi diri (Zulkarnain & Putri, 2023; Tarigan dkk., 2022). Keterbatasannya meliputi ukuran sampel yang kecil (tiga informan) dan ketergantungan pada data kualitatif dari satu lokasi, yang berpotensi membatasi generalisasi; penelitian di masa mendatang dapat menggunakan metode campuran atau kohort yang lebih besar di berbagai fasilitas (Creswell, 2018). Meskipun demikian, studi ini berkontribusi pada ilmu pemasyarakatan dengan menekankan efikasi diri sebagai faktor penting dalam keberhasilan reintegrasi sosial, sehingga mendorong para pembuat kebijakan untuk memprioritaskan persiapan psikologis di tengah tantangan kepadatan penghuni yang masih terjadi di Indonesia (Arifa, 2024; Silva & Simamora, 2025).

SIMPULAN

Studi ini mengkaji efikasi diri narapidana yang mempersiapkan reintegrasi sosial di Rutan Kelas IIB Bantul, dengan fokus pada kondisi dan sumbernya. Temuan penelitian menunjukkan tingkat efikasi diri yang bervariasi di antara ketiga informan. Dua informan (FD dan EK) menunjukkan efikasi diri yang tinggi, ditandai dengan kepercayaan diri dalam mengatasi tantangan reintegrasi, keterampilan yang beragam, dan keyakinan yang tangguh, yang diperkuat oleh partisipasi aktif dalam program lapas dan dukungan keluarga yang positif. Sebaliknya, satu informan (RF) menunjukkan efikasi diri yang rendah, ditandai dengan penghindaran, penerapan keterampilan yang terbatas, dan keyakinan yang rapuh, yang diperburuk oleh sumber daya pembinaan yang tidak memadai. Sumber efikasi diri meliputi pengalaman masa lalu yang sukses, dorongan sosial, dan stabilitas emosional bagi FD dan EK, sementara RF terhambat oleh pengalaman yang gagal dan tekanan emosional. Hasil ini menyoroti peran penting efikasi diri dalam keberhasilan reintegrasi dan menggarisbawahi perlunya peningkatan dukungan kesehatan mental dan program berbasis keterampilan di Rutan Kelas IIB Bantul, di samping upaya kolaboratif dengan lembaga masyarakat untuk meningkatkan kesiapan psikologis narapidana.

DAFTAR RUJUKAN

- Adzan, A. L., & Manalu, R. (2022). Pengelolaan Komunikasi Mantan Narapidana dalam Berinteraksi dengan Masyarakat. E-Journal Universitas Diponegoro. <http://pasca.unhas.ac.id/jurnal/files/f2fb92a293cf23a7e3e0f928d50b3b58.pdf>
- Alina, M. Y., Sularto, R. B., & Purwoto. (2012). Penempatan Narapidana di Dalam Rumah Tahanan Dalam Konteks Sistem Penegakan Hukum Pidana di Indonesia. *Diponegoro Law Review*, 1(4), 1-10. <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/dlr>
- Anggraini, D., Hadiati, T., & S, W. S. A. (2019). Perbedaan Tingkat Stres Dan Tingkat Resiliensi Narapidana Yang Baru Masuk Dengan Narapidana Yang Akan Segera Bebas (Studi Pada Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan

- Klas Iia Wanita Semarang). *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 8(1), 148–160.
- Ardhyansa, N. (2018). Sikap Masyarakat Terhadap Mantan Narapidana di Kampung Gaten Dusun Dabag Desa Condongcatur Kecamatan Depok Kabupaten Sleman Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. In *Fakultas Hukum, Universitas Islam Indonesia (Vol. 7, Issue 5)*. Universitas Islam Indonesia.
- Ardiyanti, D., & Als, A. (2015). Pelatihan " PLANS " untuk Meningkatkan Efikasi Diri dalam Pengambilan Keputusan Karir. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology*, 1(1), 1–17.
- Arifa, R. N. (2024). Pembinaan Terhadap Narapidana Residivis Tindak Pidana Penyalahgunaan Narkotika (Suatu Penelitian di Rutan Kelas IIB Tapaktuan). *Jurnal Tahqiq*, 18(1), 48. <https://jurnal.stisalhilsigli.ac.id/index.php/tahqiq/article/view/208>
- Bandura, A. (1977). Self Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215.
- Cahyani, S. D., & Andriany, M. (2020). Resiliensi Warga Binaan Pemasyarakatan Perempuan : Kajian Literatur. *Journal of Nursing and Health Sciences*, 1(1), 10–21. <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://journal.uinjkt.ac.id/index.php/nurse/article/viewFile/25372/11005>
- Erlina, L. (2020). Efikasi Diri Dalam Meningkatkan Kemampuan Mobilisasi Pasien. In H. Rumahorbo (Ed.), *Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung (1st ed.)*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung. <https://doi.org/10.53491/porosonim.v1i2.33>
- Fiantika, F. R., Wasil, M., Jumiati, S., Honesti, L., Wahyuni, S., Mouw, E., Jonata, Mashudi, I., Hasanah, N., Maharani, A., Ambarwati, K., Noflidaputri, R., Nuryami, & Waris, L. (2022). Metodologi Penelitian Kualitatif. In Y. Novita (Ed.), *Rake Sarasin (pertama, Issue Maret)*. Global Eksekutif Teknologi. <https://scholar.google.com/citations?user=O-B3eJYAAAAJ&hl=en>
- Fitriana, N., Wardani, S., Hananto, S., & Nugroho, P. (2022). Terapi SEFT (Spiritual Emosional Freedom Technique) pada remaja dalam upaya peningkatan kualitas tidur pada kasus insomnia. *Borobudur Nursing Review*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.31603/bnur.5443>
- Fitriani, F., & Rudin, A. (2020). Faktor-Faktor Penyebab Rendahnya Efikasi Diri Siswa. *Jurnal Ilmiah Bening: Belajar Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 1–8. <https://doi.org/10.36709/bening.v4i2.12082>
- Hamja. (2015). Model Pembinaan Narapidana Berbasis Masyarakat (Community Based Corrections). *Mimbar Hukum*, 27(3), 445–458. <http://pasca.unhas.ac.id/jurnal/files/f2fb92a293cf23a7e3e0f928d50b3b58.pdf>
- Hartini, N., Hidayati, N. O., & Amira, I. (2023). Kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas: Literatur review. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(3), 196–205. <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.9401>

- Ibad, M. I., Naqliyah, N., & Hariastuti, R. T. (2024). Self-efficacy Anak yang Berhadapan dengan Hukum di Lembaga Pembinaan Khusus Anak. *Al-Musyrif: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 7(1), 123–136. <https://doi.org/10.38073/almusyrif.v7i1.1724>
- Imaniyati, N., & Fadhilah, D. A. (2023). Pengaruh Self Efficacy terhadap Komunikasi Interpersonal. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 8(2), 217–228. <https://doi.org/10.17509/jpm.v8i2.56501>
- Kurniawan, A. (2023). Rehabilitasi dan Reintegrasi Sosial Narapidana Terorisme. *Gema Keadilan*, 10(1), 1–11. <https://doi.org/10.14710/gk.2023.20072>
- Kurniawan, D. F., & Shafa, A. D. (2022). Self Efficacy Dalam Keterampilan Berbicara Bahasa Inggris Mahasiswa Program Studi Film Dan Televisi Institut Seni Indonesia Surakarta. *Prosiding: Seni, Teknologi, Dan Masyarakat*, 5, 30–39.
- Lianto. (2019). Self-Efficacy: A Brief Literature Review. *Jurnal Manajemen Motivasi*, 15(2), 55. <https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>
- Magfirah, N. H., Khumas, A., & Siswanti, D. N. (2018). Peningkatan Efikasi Diri Melalui Pelatihan Orientasi Masa Depan Pada Narapidana Remaja. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 3(2), 86. <https://doi.org/10.26858/talenta.v3i2.6541>
- Maryana. (2019). Buku Panduan Singkat Pemula Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT). In B. Keperawatan (Ed.), *Poltekkes Jogja Press* (cetakan pe, Vol. 2, Issue November). Politeknik Kesehatan Kemenkes Yogyakarta Press.
- Maulana Fahreza, G., & Muhammad, A. (2023). Optimalisasi Layanan Kesehatan Mental Bagi Narapidana di Lapas Perempuan Kelas IIA Pekanbaru. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 1(4), 26–31. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10113150>
- Mayalianti, A., Fatimahtuzzahro, L., & Maryana. (2024). Self-Efficacy Academic Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi Universitas Batam*.
- Moelong, L. K. (2017). *Metodologi penelitian kualitatif* (cetakan 36). Remaja Rosdakarya.
- Muna, M. S., Khotimah, N., & Zuhaira, Y. J. (2021). Self-Efficacy Guru terhadap Dinamika Pembelajaran Online di Masa Pandemi Covid-19. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(5), 3113–3122. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i5.754>
- Nabila, T., & Wahyuni, E. (2022). Hubungan Antara Efikasi Diri (Self Efficacy) dengan Kepuasan Hidup (Life Satisfaction) Mahasiswa. *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 10(2), 164–171. <https://doi.org/10.21009/insight.102.08>
- Nathan, T. A., & Soetikno, N. (2024). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Future Anxiety Pada Warga Binaan Pemasyarakatan Pria Menjelang Bebas the Relationship Between Self-Efficacy and Future Anxiety Among Male Correctional Inmates Approaching Release. *Journal of Social and Economics Research*, 6(2), 945–952. <https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER>

- Novrianto, R., Maretih, A. K. E., & Wahyudi, H. (2019). Validitas Konstruk Instrumen General Self Efficacy Scale versi Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 1–9.
- Pangesthi, F. H. (2022). Kecemasan Narapidana Menjelang Bebas dari Tahanan (Studi Deskriptif Pada Narapidana Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Sragen). Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
- Pradana, I. Y., & Pranoto, E. (2024). Pelaksanaan Pemenuhan Hak-Hak Narapidana Di Rutan Kelas IIB Demak. *Jurnal Kajian Ilmu Sosial, Politik Dan Hukum*, 1(1).
- Pramono, J. (2020). Implementasi dan Evaluasi Kebijakan Publik. In *Kebijakan Publik*.
- Rahmadini, A. P. (2020). Studi Deskriptif Mengenai Self-Efficacy Terhadap Pekerjaan Pada Pegawai Staf Bidang Statistik Sosial di Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat. Doctoral Dissertation Program Sarjana Psikologi. Bandung: Universitas Islam Bandung.
- Ratih, K. W., Virgonita, M., & Winta, I. (2024). Memahami Fenomena Quarter Life Crisis Pada Generasi Z : Tantangan dan Peluang. 5(September), 8186–8193.
- Romadani, A., & Ridha, I. (2023). Pembebasan Bersyarat Terhadap Narapidana Lembaga Pemasyarakatan. *Journal of Sharia and Law*, 2(1), 335–349.
- Sahara, D., Herliana, I., Rizal, A., Kesehatan, F. I., & Maju, U. I. (2022). Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Dapat Menurunkan Tanda Dan Gejala Pasien Risiko. *Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Indonesia Maju*, 34.
- Sakiyan, & Mugihartadi. (2020). Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Selama Masa Pandemi Covid-19. *Nursing Science Journal (NSJ)*, 1(2), 38–47. <https://doi.org/10.53510/nsj.v1i2.43>
- Sari, L. N. (2021). Analisis Sosiologis Reintegrasi Sosial Klien Pemasyarakatan. *ENTITA: Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Dan Ilmu-Ilmu Sosial*, 3(1), 75–92. <https://doi.org/10.19105/ejpis.v3i1.4615>
- Satrio, A. (2016). Pelaksanaan Perawatan Tahanan di Dalam Penahanan Berdasarkanperaturan Pemerintah Nomor 58 Tahun 1999 Tentang Syarat-Syarat Dan Tata Cara Pelaksanaan Wewenang, Tugas Dan Tanggung Jawab Perawatan Tahanan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Kota Pekanbaru. *JOM Fakultas Hukum*, 3(2), 15.
- Setyawan, F. A., Aryani, A., & Sutrisno. (2023). Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Burnout Perawat Di Ruang Igd Rsud Dr. Soediran Mangun Sumarso Kabupaten Wonogiri. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (JIKI)*, 16(2), 56–62. <https://doi.org/10.47942/jiki.v16i2.1305>
- Silva, H., & Simamora, J. (2025). Peranan Lembaga Pemasyarakatan dalam Memberikan Pembinaan terhadap Narapidana. 3(1).
- Suartini, K., Ardiansyahroni, Nyaman, & Sarifah, I. (2023). Meta-Analysis: Hubungan antara Self-Efficacy dan Academic Achievement. *Pascasarjana*

- Universitas Negeri Jakarta, 7(3), 2475–2480.
<https://doi.org/10.58258/jisip.v7i1.5467/http>
- Subaidi, A. (2016). Self-Efficacy Siswa Dalam Pemecahan Masalah Matematika. *ΣIigma*, 1(2), 64–68.
- Sulistiyatna, M. G. A. (2021). Hak Remisi Dan Asimilasi Narapidana Di Indonesia Dalam Perspektif Hak Asasi Manusia. *Jurnal Lex Renaissance*, 6(1), 57–77.
<https://doi.org/10.20885/jlr.vol6.iss1.art5>
- Sutrisno, D. S. (2020). Kajian Hukum Program Asimilasi dan Integrasi Terhadap Narapidana di Masa Covid-19 (Studi Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Medan) [Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara]. In Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
[http://repository.umsu.ac.id/handle/123456789/14075%0Ahttp://repository.umsu.ac.id/bitstream/handle/123456789/14075/SKRIPSI DEDI SUSANTO SUTRISNO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repository.umsu.ac.id/handle/123456789/14075%0Ahttp://repository.umsu.ac.id/bitstream/handle/123456789/14075/SKRIPSI%20DEDI%20SUSANTO%20SUTRISNO.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Tarigan, A., Elta,), Meliala, M. B., Syawal,), & Siregar, A. (2022). Pembinaan Narapidana Berdasarkan Sistem Pemasyarakatan Dalam Persfektif Perlindungan Hak Asasi Manusia Di Lembaga Permaryakatan Narkotika Kelas Iia Langkat. *Jurnal Rectum*, 4(1), 261–270.
- Utari, D. I., Fitria, N., & Rafiyah, I. (2013). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Warga Binaan Wanita Menjelang Bebas di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas IIA Bandung. 1(1), 1–7.
- Wahyuningtyas, D. T., & Nurilla, R. D. (2021). The Self-Efficacy Source of High Schools' Anti-Drugs Abuse Cadres in Surabaya, Indonesia. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 9(1), 1.
<https://doi.org/10.20473/jpk.v9.i1.2021.1-10>
- Widhiastuti, H., Winta, M. V. I., & Nusandari, A. (2023). Konseling Kelompok Untuk Peningkatan Kepercayaan Diri Warga Binaan Perempuan. *Tematik*, 4(1), 58. <https://doi.org/10.26623/tmt.v4i1.7950>
- Wildan, M. I. (2022). Pelaksanaan Pembinaan terhadap Tahanan dan Narapidana di Rutan Kelas IIB Kudus dalam Sistem Pemasyarakatan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*, 4(6).
- Zaki, M. G. S., & Anwar, U. (2022). Pembinaan Kemandirian Melalui Keterampilan Kerja dalam Upaya Meningkatkan Keahlian sebagai Bekal Narapidana Kembali ke Masyarakat (Studi pada Rutan Kelas IIB Kebumen). *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan Undiksha*, 10(2), 301–309.
- Zulkarnain, & Putri, D. (2023). Pelaksanaan Program Reintegrasi Sosial Bagi Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Pekanbaru. *Jurnal Kajian Ilmu Hukum*, 2(1).
<https://journal.trunojoyo.ac.id/jkim%0APengaruh>