



## BIMBINGAN MENTAL MELALUI TEKNIK REFRAMING PADA NARAPIDANA MENJELANG MASA BEBAS TAHANAN

*Dwi Cahyaningrum<sup>1</sup>, Supandi*

Bimbingan Konseling Islam IAIN Surakarta

### *Abstrak*

#### *Kata kunci:*

Bimbingan mental; teknik reframing; narapidana menjelang masa bebas tahanan

Bimbingan mental melalui teknik *reframing* merupakan sebuah metode pemberian bantuan atau pertolongan yang diberikan seseorang kepada orang lain yang memiliki sebuah masalah batin dengan mengubah pandangan yang negative ke pandangan positif. Dilakukannya bimbingan mental melalui teknik *reframing* guna untuk mengembalikan kualitas mental narapidana khususnya narapidana menjelang masa bebas tahanan, agar narapidana kembali kejalan yang benar dan tidak mengulangi perbuatannya kembali. Penelitian ini menggunakan metode Diskriptif Kualitatif. Hasil penelitian yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa Rumah Tahanan Kelas I Surakarta melakukan bimbingan mental pada Narapidana Menjelang Masa Bebas Tahanan agar kualitas mental narapidana menjelang masa bebas tahanan kembali membaik.

Alamat Korespondensi :  
e-mail: [dwicahyaningrum2609@gmail.com](mailto:dwicahyaningrum2609@gmail.com),

© 2020 IAIN Surakarta

## PENDAHULUAN

Mental diartikan sebagai kepribadian yang merupakan kebulatan yang dinamik yang dimiliki seseorang yang tercermin dalam sikap dan perbuatan atau terlihat dari psikomotoriknya. Dalam ilmu psikiatri dan psikoterapi, kata mental sering digunakan sebagai ganti dari kata personality (kepribadian) yang berarti bahwa mental adalah semua unsur-unsur jiwa termasuk pikiran, emosi, sikap dan perasaan yang dalam keseluruhan dan kebulatannya menentukan corak perilaku, cara menghadapi sesuatu hal yang menekan perasaan, mengecewakan atau menggembirakan maupun hal lainnya. (Arif, 2016)

Narapidana sebagai warga binaan lembaga pemasyarakatan (WBP) merupakan orang yang melakukan tindak pidana dikarenakan kurang mantapnya mental serta kemandirian pada diri mereka. Oleh sebab itu, narapidana membutuhkan pembinaan dan bimbingan untuk bisa kembali menjadi orang yang sehat mental bahwa tujuan bimbingan kepada narapidana dan tahanan adalah untuk mengembalikan kesadaran narapidana melalui kekuatan iman dan takwa kepada Allah SWT yang tertanam didalam jiwa. Terkadang hukuman yang didapatkan oleh narapidana tidak merubah seorang kriminal, namun menyadari perbuatannya dapat mengubah seseorang menjadi lebih baik. Sehingga dengan adanya bimbingan yang dilakukan dalam rutan dapat menunjang adanya perubahan dalam diri narapidana menuju pribadi yang lebih baik.

Bimbingan ini lebih mengutamakan proses perubahan tingkah laku kearah yang lebih baik dari sebelumnya. Bimbingan mental juga merupakan tumpuan pertama dalam ajaran Islam. Karena dari mental/ jiwa yang baik akan lahir perbuatan-perbuatan yang baik pula, yang kemudian akan menghasilkan kebaikan dan kebahagiaan pada kehidupan manusia, baik lahir maupun batin. Hal ini selaras dengan pendapat Quraish Shihab dalam bukunya "Membumikan Al-Qur'an", bahwa: "Manusia yang dibina adalah makhluk yang mempunyai unsur-unsur jasmani (material) dan akal dan jiwa (immaterial). Pembinaan akalnya menghasilkan ketrampilan dan yang paling penting adalah pembinaan jiwanya yang menghasilkan kesucian dan ahklak. Dengan demikian, terciptalah manusia dwidimensi dalam suatu keseimbangan."

Wiwoho dalam Ratih (2015) *Reframing* merupakan upaya untuk membongkai ulang sebuah kejadian dengan mengubah sudut pandang tanpa merubah kejadian itu sendiri. Rumah Tahanan Negara melakukan bimbingan mental melalui teknik *reframing* ini dengan tujuan merubah *fram* narapidana kearah yang lebih positif dari sebelumnya. Pelaksanaan bimbingan narapidana dalam upaya mengembalikan narapidana menjadi masyarakat yang baik sangatlah penting untuk dilakukan, baik itu material maupun spiritual saja, melainkan keduanya bisa berjalan dengan seimbang agar narapidana bisa kembali di tengah-tengah masyarakat secara normal. Mekanisme peran lembaga diharapkan dapat mendidik narapidana secara lebih optimal, sehingga mereka tidak mengulangi perbuatan yang salah dan kembali ke jalan Allah yang benar dan mereka pun bisa diterima oleh masyarakat.

Adanya model bimbingan bagi narapidana di dalam Rumah Tahanan tidak terlepas dari sebuah dinamika, yang bertujuan dan terarah untuk lebih banyak memberikan bekal untuk menyongsong kehidupan setelah selesai menjalani masa hukuman. Narapidana menjelang masa bebas tahanan umumnya akan timbul rasa kurangnya Percaya diri dan rasa cemas kekhawatiran tentang penerimaan oleh keluarga dan lingkungan masyarakat ketika telah bebas dari Rumah Tahanan. Selain itu jenis kejahatan dan perbuatan yang dilakukannya juga akan mempengaruhi kondisi psikologis WBP (Warga Binaan Permasyarakatan) setelah berada di Rumah Tahanan sebagai Narapidana dan mengakibatkan dirinya malu karena statusnya seorang mantan narapidana. Disisi lain lamanya hukuman yang dijalani WBP akan mempengaruhi keadaan fisik maupun psikologisnya sebagai seorang Narapidana. Dari latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk mengkaji lebih lanjut tentang peran Bimbingan bagi narapidana WBP (Warga Binaan Permasyarakatan). Analisis deskriptif ini penulis tuangkan dengan judul "Bimbingan Mental Melalui Teknik Reframing Pada Narapidana Menjelang Masa Bebas Tahanan di Rumah Tahanan Kelas I Surakarta".

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif. Adapun yang menjadi subyek utama pada penelitian ini adalah wali pembinaan sebagai konselor dan WBP (Warga Binaan Permasyarakatan) berjumlah 3 orang yang mengikuti kegiatan

bimbingan mental. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi dengan uji keabsahan data menggunakan uji triangulasi. Data dianalisis melalui tiga langkah yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bimbingan mental melalui teknik *reframing* adalah suatu bantuan yang diberikan sesuai dengan fitrah beragama yang dimilikinya secara lebih optimal sesuai dengan ajaran yang dianutnya, dan mampu mengembangkan potensi yang ada pada dirinya dengan membingkai kembali sudut pandang pada diri klien untuk perubahan yang lebih baik lagi. Dapat diambil kesimpulan bahwa bimbingan mental melalui teknik *reframing* yang dilaksanakan di Rumah Tahanan bertujuan untuk membantu klien agar mampu merubah sudut pandang narapidana yang akan bebas tahanan dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya masyarakat setelah bebas dari Rumah Tahanan Kelas I Surakarta. Dengan harapan narapidana nantinya mengembangkan ilmu yang sudah didapatkan bisa bermanfaat setelah bebas tahanan. Bimbingan mental yang dilaksanakan oleh Rumah Tahanan Kelas I Surakarta lebih ditentukan ke agama dan ditambahkannya bimbingan kerja. seperti halnya narapidana yang diwajibkan untuk mengetahui agama dan Al-Quran pada proses masa bebas tahanan. Dengan mengikuti kegiatan keagamaan yang ada diantaranya, mengikuti tausyiah, proses hafalan Juz 30, bedah Quran dan kegiatan bimbingan kerja.

Wali pembimbing narapidana yang bekerja di Rumah Tahanan berjumlah 8 orang, beberapa dari mereka bekerja sesuai dengan jurusan sebagian lulusan SMA dan sarjana yang bukan sesuai dengan profesinya sekarang. Meskipun begitu mereka mampu memberikan proses bimbingan mental, walaupun tidak begitu professional seperti dengan para ahlinya. Bimbingan mental yang diberikan mendapatkan respon yang baik dari narapidana yang serius menjalankan bimbingan mental melalui teknik *reframing* pada narapidana menjelang masa bebas tahanan. seperti halnya klien dalam jawabannya yaitu bimbingan yang ada membuatnya lebih baik lagi dari sebelumnya.

“Dalam pemberian materi bimbingan mental di rutan cukup baik mba, bahwasanya didalam materi bimbingan yang ada, menjadikan kita kearah yang lebih positif dengan membekali kita dalam mempersiapkan diri untuk terjun ditengah-tengah masyarakat nantinya.” (W2.N2)

Bimbingan yang ada di Rumah Tahanan Kelas I Surakarta sudah cukup sesuai dengan teori Corey dalam Bradley (2017) pada tujuan dari teknik *reframing* yaitu dengan memberikan cara pandang yang baru dan positif, mengubah suatu pikiran, keyakinan, cara pandang narapidana yang awalnya pemikiran irasional menjadi positif rasional agar narapidana dapat memperluas gambaran tentang dunianya dalam mempresepsi situasinya secara berbeda dengan cara yang konstruktif atau pembinaan yang bersifat membangun dan memperbaiki agar bisa diaplikasikan untuk dirinya maupun orang lain.

“Alhamdulillah setelah saya ikut bimbingan kerohanian, hati saya terasa lebih tenang, dan saya lebih mendekatkan diri kepada Allah, dengan merutinkan ibadah saya seperti sholat, 5 waktu, tadarus Al-Quran puasa maupun amalan sunnah lainnya. dan Alhamdulillah sekarang saya lebih istiqomah dan kini saya diamanahkan menjadi takmir masjid dan mengajarkan ngaji dan Al-Quran untuk sesama WBP” (W3.N3)

Para pembimbing mampu membingkai ulang cara pandang konseli, dari Sebuah kelemahan narapidana menjadi kekuatan, dari sebuah masalah sebagai peluang, sebuah kemustahilan sebagai kemungkinan yang jauh, membuat kemungkinan yang jauh menjadi kemungkinan yang dekat dan perbuatan yang buruk karena kurangnya pemahaman. Maka Rutan Kelas I memberikan arahan untuk menambah pemahaman narapidana baik dalam hal rohani maupun ilmu-ilmu lainnya.

“Pembimbing memberikan bimbingan untuk mengarahkan kita menjadi pribadi yang lebih baik, dan tujuan nantinya narapidana yang menjelang masa bebas tahanan lebih percaya diri bahwa dirinya akan menjadi pribadi yang lebih baik lagi setelah menjalani masa hukuman yang ada.” (W1.N1)

Dapat disimpulkan dengan adanya bimbingan mental melalui teknik *reframing* klien sepakat dan sejalan bahwasannya bimbingan mental yang ada di Rutan pada narapidana menjelang masa bebas tahanan cukup baik dan dapat membantu mereka dalam mempersiapkan masa bebas tahanan

## KESIMPULAN DAN SARAN

### *Kesimpulan*

Berdasarkan hasil penelitian proses pelaksanaan bimbingan mental melalui teknik *reframing* pada narapidana menjelang masa bebas tahanan di Rumah Tahanan Kelas I Surakarta dimulai dengan tahap awal meliputi registrasi awal dalam memenuhi berkas yang ada seperti profil lengkap narapidana, penunjukan wali digunakan untuk membantu narapidana dalam bantuan hukum dan bimbingan yang disediakan oleh Rutan Kelas I Surakarta, pengenalan diri dan lingkungan di dalam Rutan, pengamatan, Litmas (data dan informasi, Profiling Asesment), Klasifikasi dan Penempatan sesuai dengan kasus narapidana, Sidang TPP untuk rencana pembinaan tahap awal. Sidang TPP (Tim Pengamat Pemasarakatan) yaitu sidang untuk mengusulkan nama-nama WPB yang mengikuti program.

Selanjutnya adalah tahap lanjutan yang meliputi WBP yang telah mendapatkan ijin keputusan dari sidang TPP untuk melakukan bimbingan yang ada didalam rutan, klasifikasi berdasarkan hasil penelitian lanjutan, rencana Program pembimbingan, sidang TPP menentukan program pembimbingan lanjutan.. kemudian tahap akhir meliputi Litmas (pendataan WBP, informasi terkait WBP, evaluasi pelaksanaan program pembinaan/re-asesment) dan klasifikasi berdasarkan hasil penilaian lanjutan, Rencana program pengakhiran.

Pelaksanaan bimbingan mental melalui teknik *reframing* terhadap narapidana menjelang masa bebas tahanan di Rumah Tahanan Kelas I Surakarta dilaksanakan oleh para pembimbing dan petugas yang ada didalam rutan dengan metode bimbingan secara individu maupun secara kelompok, waktu pelaksanaan bimbingan mental dimulai dari awal status menjadi WBP, tetapi lebih

dimaksimalkan untuk narapidana yang akan menjelang masa bebas tahanan. Dengan tujuan bimbingan mental dilakukan untuk memberikan bantuan kepada klien, serta menumbuhkan kepercayaan diri pada klien baik secara rohani maupun jasmani agar nantinya dapat menyesuaikan diri di lingkungan sosial masyarakatnya.

Bimbingan mental yang dilaksanakan oleh Rutan Kelas I Surakarta lebih mengarah ke nilai-nilai agama dan bimbingan kerja serta asimilasi. Setelah mendapatkan bimbingan mental diharapkan narapidana bisa mengubah *frame* pada dirinya menjadi dirinya yang lebih baik lagi dan tidak mengulangi perbuatannya kembali dan bisa lebih lebih bertanggung jawab akan dirinya dan keluarga.

### **Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas, ada beberapa hal yang diharapkan bisa memaksimalkan pelaksanaan bimbingan mental melalui teknik reframing terhadap narapidana menjelang masa bebas tahanan di Rumah Tahanan Kelas I Surakarta, maka dapat diajukan saran-saran sebagai berikut:

Bagi Pembimbing diharapkan lebih mengintensifkan pemberian bimbingan mental melalui teknik reframing pada narapidana menjelang masa bebas tahanan lebih ditekankan kembali agar bimbingan mental yang sudah berjalan baik, lebih baik lagi dan lebih optimal.

Bagi penulis selanjutnya, diharapkan untuk mengeksplor terkait bimbingan mental dan teknik reframing. karena masih banyak narapidana yang akan bebas psikologis nya terganggu karena takut akan penolakan dari masyarakat dan keluarga.

Bagi para narapidana atau WBP yang akan menjelang masa bebas tahanan di Rumah Tahanan kelas I Surakarta, diharapkan mampu mempertahankan perubahan baik yang terjadi setelah mendapatkan bimbingan melalui teknik reframing dari pembimbing dan petugas.

### **REFERENSI**

Arif, R. (2016). *Pembinaan Fisik dan Mental Narapidana Bernasis Hak Asasi Manusia*.

Jakarta: PT. Pohon Cahaya.

Bradley, E. (2017). *40 Teknik yang Harus diketahui Konselor*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Ratih, D. A. (2015). Penerapan Konseling Kelompok Menggunakan Strategi Reframing untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Matematika pada Siswa Kelas VII H SMP Negeri 2. *Jurnal BK Unnesa*, 5(3).