

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Regulasi emosi mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengontrol diri dan tetap efisien saat menghadapi tantangan, mempertahankan pandangan optimis terhadap masa depan, serta melakukan perencanaan dengan pendekatan yang realistis. (Khoiriyah, 2019). Menurut Nurmawati (2023) regulasi emosi merupakan kemampuan individu dalam memantau, mengelola, dan mengekspresikan emosinya guna mencapai tujuan tertentu. Menurut Gross (dalam suryaningsih, 2020). Menurut Mahoney dan Thoresen (1974) Individu yang memiliki kontrol diri yang baik cenderung menemukan cara yang tepat untuk bertindak dalam berbagai situasi. Kehidupan di lembaga pemasyarakatan dapat memunculkan emosi yang serupa, menunjukkan bahwasanya narapidana perlu upaya untuk menyalurkan kondisi emosional mereka. Meskipun pembunuhan merupakan tindak kejahatan yang terkait dengan emosi yang sangat kuat, namun di dalam lapas, para narapidana memiliki kemampuan untuk mengendalikan emosi tersebut. (Sendow et al., 2023).

Pembunuhan merupakan tindak kejahatan yang menghilangkan hak hidup orang lain dan bertentangan dengan Undang-Undang Hukum Pidana (KUHP) Pasal XIX tentang Nyawa. Untuk menimbulkan efek jera pada pelaku, mereka perlu ditangkap dan menjalani hukuman pidana atau rehabilitasi di Lembaga Pemasyarakatan. Tujuan dari hukuman ini adalah untuk membina kepribadian narapidana (Warga Binaan Pemasyarakatan) agar tidak mengulangi

perbuatannya. Narapidana di dalam lembaga pemasyarakatan menghadapi berbagai tekanan yang dapat memengaruhi keadaan emosional mereka. Pembunuhan dinilai melanggar aturan sosial yang berlaku, sehingga masyarakat memandang perbuatan tersebut sangat parah. Pandangan ini mengakibatkan kecemasan, baik saat mereka berada di penjara maupun menjelang pembebasan, di mana mereka khawatir masyarakat tidak akan pernah menyambut atau menerima mereka secara baik. Sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya, banyak narapidana merasa cemas dan khawatir saat mendekati masa pembebasan (Ndoen, 2012). Akibatnya, status mantan narapidana sering dipandang negatif oleh masyarakat, yang menyulitkan mereka untuk berintegrasi kembali. Menurut Dirjosisworo dalam (Sendow et al., 2023) narapidana adalah individu yang menjalani hukuman di lingkungan terbatas, yang mempengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka lainnya.

Berdasarkan data EMP Pusiknas Bareskrim Polri per 13 Mei 2024, Polri menangani 411 kasus pembunuhan sejak awal tahun hingga 10 Mei 2024, dengan kasus terbanyak terjadi pada April 2024 (103 kasus), meningkat 17,04% dibanding Maret 2024. Pada 10 hari pertama Mei 2024 tercatat 32 kasus pembunuhan. Polda Jawa Timur mencatatkan 42 kasus, menjadi yang terbanyak di provinsi, dan menunjukkan kenaikan yang signifikan dibandingkan dengan periode yang sama pada tahun 2023. Maraknya kasus pembunuhan pada kota-kota besar kian meningkat setiap tahunnya. Kota Malang adalah salah satu contoh dari sekian banyak kota dengan kasus pembunuhan, Kota Malang yang merupakan kota padat penduduk serta banyaknya pendatang dari kota lain menimbulkan tingkat kriminal menjadi tinggi. (Marsita, 2024)

Menurut Dirjosisworo (1944) menjelaskan bahwa narapidana mengalami berbagai situasi emosional yang menyakitkan, seperti perasaan kesal terhadap teman, kesedihan, dan keterasingan, perasaan rindu terhadap keluarga, hukuman yang lama, kecemasan tentang citra buruk di masyarakat, kebosanan, serta berbagai tekanan emosional negatif lainnya. Khususnya untuk mereka yang terlibat dalam kasus pembunuhan, seringkali mereka dianggap telah melakukan tindakan yang brutal dan tidak manusiawi (Pualam, 2018).

Berdasarkan hasil pra-penelitian yang dilakukan terhadap salah satu narapidana kasus pembunuhan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Kota Malang, diketahui bahwa narapidana tersebut menghadapi berbagai tantangan emosional selama menjalani masa hukuman. Ia mengungkapkan perasaan bersalah dan penyesalan yang mendalam atas tindakannya yang mengakibatkan hilangnya nyawa seseorang, yang sering kali membebani pikirannya. Selain itu, rasa kesepian juga menjadi beban besar, terutama ketika melihat teman-teman lain menerima kunjungan dari keluarga mereka. Rutinitas yang monoton di dalam lapas dan keterbatasan interaksi sosial memperburuk kondisi emosionalnya, menimbulkan rasa frustrasi dan terisolasi. Meskipun demikian, narapidana tersebut berusaha mengikuti program rehabilitasi dan kegiatan yang ada, dengan harapan dapat menemukan cara untuk bangkit dan berubah. Ia mengakui bahwa mengelola emosi, terutama saat tertekan atau cemas, adalah tantangan besar dalam rehabilitasi. Narapidana tidak hanya menghadapi penahanan, tetapi juga berjuang dengan emosi seperti rasa bersalah, penyesalan, kemarahan, dan kecemasan. Regulasi emosi sangat penting untuk kesejahteraan psikologis, karena ketidakmampuannya dapat meningkatkan perilaku agresif dan menghambat rehabilitasi.

Penelitian yang dilakukan (Sendow, 2023) yang berjudul “Regulasi Emosi Pada Narapidana Kasus Pembunuhan Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Tondano”. Penelitian menunjukkan bahwa kedua narapidana kasus pembunuhan memiliki cara serupa dalam mengelola emosi negatif, seperti mengalihkan perhatian, berdiam diri untuk merenung atau berdoa, mencari suasana baru dan bersosialisasi untuk menghibur diri. Mereka menyadari bahwa menghindari emosi negatif penting untuk mendapatkan penilaian baik yang bisa berujung remisi. Kedua subjek cenderung memendam perasaan negatif dan menghindari rasa malu serta rendah diri. Selain itu, situasi wawancara yang dilakukan dibawah pengawasan petugas lapas juga mempengaruhi tingkat keterbukaan subjek dalam berbagi perasaan mereka.

Penelitian yang dilakukan (Sarianingsih, 2019) yang berjudul “Regulasi Emosi Pada Narapidana Kasus Pembunuhan Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Yogyakarta”. Penelitian ini menunjukkan bahwa berbagai strategi untuk mengelola emosi mereka, seperti melakukan pelatihan dan kegiatan yang membantu mengalihkan perhatian dari emosi negatif.

Penelitian yang dilakukan (Rosyidi, 2014) yang berjudul “Regulasi Emosi Pada Istri Yang Tertular HIV/AIDS”. Penelitian ini menunjukkan bahwa ketiga subjek berubah menjadi lebih terbuka/jujur dan semangat, dengan kondisi fisik yang membaik berkat regulasi emosi yang terdiri dari pemantauan, evaluasi, dan modifikasi emosi. Regulasi emosi ini berdampak positif pada fisik mereka. Perbedaannya terletak pada subjek yang diteliti, di mana Moch. Latief Hasyim Rosyidi meneliti istri terinfeksi HIV/AIDS, sementara penelitian ini fokus pada narapidana kasus pembunuhan.

Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya, penelitian ini mengungkapkan sesuatu yang berbeda. Penelitian ini fokus pada regulasi emosi narapidana kasus pembunuhan, terutama terkait perasaan bersalah, penyesalan, dan kecemasan sosial. Meskipun banyak studi tentang regulasi emosi pada narapidana, sedikit yang mengkaji hal ini pada narapidana kasus pembunuhan. Penelitian ini juga membahas pengaruh faktor eksternal, seperti dukungan sosial dan interaksi dengan petugas lapas, dalam mengatur emosi dan peranannya dalam rehabilitasi serta reintegrasi sosial. Penelitian ini mengkaji bagaimana narapidana kasus pembunuhan mengelola emosi dalam kehidupan di lapas, khususnya terkait tekanan emosional akibat tindakan brutal mereka..

### **B. Fokus Penelitian**

Penelitian ini berfokus pada eksplorasi mendalam mengenai kondisi regulasi emosi narapidana yang terlibat dalam kasus pembunuhan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Kota Malang. Dengan mempertimbangkan berbagai tekanan emosional yang dihadapi narapidana, seperti kesepian, rasa bersalah, dan kecemasan akan penerimaan masyarakat pasca pembebasan, penelitian ini bertujuan untuk menggali bagaimana mereka mengelola emosi dalam situasi yang penuh tekanan tersebut.

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana kemampuan regulasi emosi narapidana kasus pembunuhan yang menjalani hukuman di Lembaga Pemasyarakatan kelas I Kota Malang.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **A. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan teoritis dalam pengembangan dan pemahaman kajian mengenai kondisi psikologis pada narapidana kasus pembunuhan.

### **B. Manfaat Praktis**

Penelitian ini bertujuan untuk dapat menjadi referensi bagi peneliti dan praktisi lainnya, serta memberikan pertimbangan bagi mereka yang ingin memfokuskan penelitian pada topik ini.