

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP
KESESAKAN DENGAN STRES PADA NARAPIDANA
DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KLAS IIB
MUARA ENIM**



SKRIPSI

OLEH:

NIDIA MELANITA

04041281419037

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

INDRALAYA

2018

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP
KESESAKAN DENGAN STRES PADA NARAPIDANA
DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KLAS IIB
MUARA ENIM**



Skripsi

**Diajukan sebagai persyaratan untuk memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi**

OLEH:

NIDIA MELANITA

04041281419037

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

INDRALAYA

2018

LEMBAR PENGESAHAN
HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP KESESAKAN DENGAN
STRES PADA NARAPIDANA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN
KLAS IIB MUARA ENIM

Skripsi

Dipersiapkan dan disusun oleh:

NIDIA MELANITA
04041281419037

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 31 Desember 2018

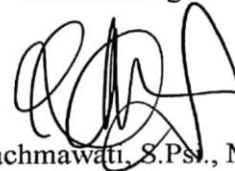
Susunan Dewan Penguji

Pembimbing I



Dewi Anggraini, S.Psi., MA
NIP. 198311022012092201

Pembimbing II



Rachmawati, S.Psi., MA
NIP. 197703282012092201

Penguji I



Ayu Purnamasari, S.Psi., MA
NIP. 198612152015042004

Penguji II



M. Zainal Fikri, S.Psi., M.A.
NIP. 198108132012101201

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal 31 Desember 2018



Ayu Purnamasari, S.Psi., MA
NIP. 198612152015042004


SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya Nidia Melanita dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Indralaya, 31 Desember 2018

Yang menyatakan,




Nidia Melanita

HALAMAN PERSEMBAHAN

“Keep Trying, Pray, and Trust”

Kupersembahkan hasil kerja keras-ku ini untuk Allah SWT, Kedua Orang Tua-ku yang sangat aku cintai yaitu Papaku “Ramidi” dan Ibuku “Jumlah”, Redi Saputra, Efan Wiyanto dan Laudya Monica. Terima kasih untuk semua dukungan moril maupun dukungan material dan doa serta kasih sayang yang telah kalian berikan dalam perkuliahan saya dari awal hingga terselesaikannya skripsi ini.

Dan juga untuk setiap orang yang selalu memberikan semangat dan dukungan kepadaku.

Almamater Tercinta Universitas Sriwijaya.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan Karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Hubungan Antara Persepsi Terhadap Kesusakan Dengan Stres Pada Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIB Muara Enim”**.

Dalam melaksanakan proses dan penyusunan skripsi ini, peneliti menyadari bahwa tidak akan dapat menyelesaikan semuanya dengan baik tanpa bantuan dari banyak pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. H. Anis Saggaff, MSCE, selaku Rektor Universitas Sriwijaya.
2. Bapak Dr. H. Syarif Husin, M.S, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Ayu Purnamasari, S.Psi., M.A, selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, selaku Dosen Pembimbing Akademik dan selaku Penguji I.
4. Ibu Dewi Anggraini, S.Psi., MA selaku Dosen Pembimbing I.
5. Ibu Rachmawati, S.Psi., MA selaku Dosen Pembimbing II.
6. Pak M. Zainal Fikri, S.Psi., MA selaku Dosen Penguji II.

7. Kedua orang tuaku (Ramidi dan Jumilah), kakakku (Redi Saputra) dan adikku (Efan Wiyanto dan Laudya Monica) atas bantuan, doa, dukungan dan bimbingan yang tiada henti-hentinya.
8. Semua pihak Lembaga Pemasarakatan Klas IIB Muara Enim baik petugas maupun narapidana yang telah membantu saya menyelesaikan penelitian ini.
9. Semua pihak Kantor Wilayah Kementerian Hukum dan HAM Sumatera Selatan yang telah mengizinkan saya melakukan penelitian disana.
10. Semua yang ikut berperan dalam pembuatan skripsi saya Pak Mirwansyah, SH, Pak Rudik Erminanto, Bc.IP, SH, MH, Pak Hidayat, Amd.IP, SH, MM, Pak Dailami, SH, Pak Hardiyanto, Amd.IP, SH, Pak Bagus Dodi dan Kak Yadi, Kak Restu Al Halim dan Kak Daniel.
11. Buat ceceku (Arianti Yulanda, Deti Bayuni Sari dan Marina Oktavia) dan teman kosanku (Dwi Oktalidiasari, Ken Fransisca, Najma Falkia dan Helena Astari) serta teman dari awal masuk perkuliahan (Fauziah Tsuroyya, Arum Aulianti, Siti Hasiah dan Maria Riska Dora) yang selalu memberi dukungan serta doa kepadaku.
12. Sahabat, saudara dan teman-teman seperjuangan yang selalu memberikan motivasi, bantuan, dukungan dan doa kepada saya (Ningsih Aryanti Gultom, Mutia Novillasari, Ayu Setiana, Jeng Nita Miswartiningsi, Ika Syafitri, Dian Eka Putri, Lidya, Arta Nimas Asih, Meisi, Zara Alkharisma G, Indah Sekar Sari, Riska Safitri, M Wim Arief Budiaman, Gionindo Siolanta M, Izzah Imani Pasha, Eka Aprilianti dan semua sahabat, saudara, teman-teman yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu).

13. Seluruh teman kelas A dan kelas B Psikologi angkatan 2014 yang telah memberikan kesan, keceriaan, dan keseruan kepada peneliti.
14. Serta semua pihak yang telah membantu terlaksananya proposal penelitian saya sebelumnya dan skripsi ini baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak bisa peneliti sebut satu persatu.

Penulisan skripsi ini masih belum sempurna sehingga peneliti berharap mendapat berbagai masukan positif dari pembimbing maupun teman-teman sekalian agar hasil sesuai dengan harapan.

Terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini, semoga tujuan dari penulisan skripsi dapat dicapai sehingga hasil dari penulisan proposal skripsi tersebut bisa memberikan manfaat bagi semua orang yang membutuhkannya.

Indralaya, 31 Desember 2018



Nidia Melanita

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
1. Teoritis	9
2. Praktis	9
E. Keaslian Penelitian	10
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Stres	16
1. Pengertian Stres	16
2. Sumber-sumber Stres	17
3. Gejala-gejala Stres	20
B. Persepsi Terhadap Kesusakan	22

1. Pengertian Persepsi terhadap Kesusakan.....	22
2. Faktor-faktor Persepsi.....	25
3. Faktor-faktor Kesusakan.....	27
4. Aspek-aspek Persepsi.....	30
5. Aspek-aspek Kesusakan.....	31
C. Hubungan Antara Persepsi Terhadap Kesusakan Dengan Stres Pada Narapidana.....	32
D. Kerangka Berpikir	35
E. Hipotesis Penelitian.....	35
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Variabel Penelitian	36
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	36
C. Populasi dan Sampel Penelitian	37
1. Populasi	37
2. Sampel	37
D. Metode Pengumpulan Data	38
1. Skala Stres.....	39
2. Skala Persepsi Terhadap Kesusakan.....	39
E. Validitas dan Reliabilitas	41
1. Uji Validitas	41
2. Uji Reliabilitas	42
F. Metode Analisis Data	42
1. Uji Asumsi	42
a. Uji Normalitas	42
b. Uji Linearitas	43
2. Uji Hipotesis	43
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Orientasi Kancan Penelitian	44
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	47
1. Persiapan Administrasi	47

2. Persiapan Alat Ukur	48
3. Pelaksanaan Penelitian	52
C. Hasil Penelitian	55
1. Deskripsi Subjek Penelitian	55
2. Deskripsi Data Penelitian	57
3. Hasil Analisis Data Penelitian	60
a. Uji Asumsi	60
b. Uji Hipotesis	61
D. Hasil Analisis Tambahan	62
E. Pembahasan	68
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	74
A. Kesimpulan	74
B. Saran	74
DAFTAR PUSTAKA	76
LAMPIRAN.....	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	35
-----------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Skala Stres	39
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala Persepsi Terhadap Kesesakan	40
Tabel 3.3 Skor Aitem	41
Tabel 4.1 Distribusi Skala Stres	50
Tabel 4.2 Distribusi Penomoran Baru Skala Stres	50
Tabel 4.3 Distribusi Skala Persepsi Terhadap Kesesakan	51
Tabel 4.4 Distribusi Penomoran Baru Skala Persepsi Terhadap Kesesakan ..	51
Tabel 4.5 Deskripsi Usia Subjek Penelitian	55
Tabel 4.6 Deskripsi Pendidikan Terakhir Subjek Penelitian	56
Tabel 4.7 Deskripsi Status Perkawinan Subjek Penelitian	56
Tabel 4.8 Deskripsi Kasus Subjek Penelitian	57
Tabel 4.9 Deskripsi Telah Lama Menjalani Masa Hukuman Subjek Penelitian	57
Tabel 4.10 Deskripsi Data Penelitian	58
Tabel 4.11 Rumus Pengkategorian	58
Tabel 4.12 Deskripsi Kategorisasi Stres Pada Subjek Penelitian	59
Tabel 4.13 Deskripsi Kategorisasi Persepsi Terhadap Kesesakan Pada Subjek Penelitian	59
Tabel 4.14 Rangkuman Hasil Uji Normalitas	60
Tabel 4.15 Rangkuman Hasil Uji Linearitas	61

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A	81
1. Skala Stres Psikologis Sebelum Uji Coba.....	82
2. Skala Persepsi Terhadap Kesesakan Psikologis Sebelum Uji Coba.....	84
3. Skala Stres Psikologis Setelah Uji Coba.....	86
4. Skala Persepsi Terhadap Kesesakan Psikologis Setelah Uji Coba.....	88
5. <i>Blue Print</i> Skala Stres Sebelum Uji Coba.....	90
6. <i>Blue Print</i> Skala Persepsi Terhadap Kesesakan Sebelum Uji Coba.....	91
7. <i>Blue Print</i> Skala Stres Setelah Uji Coba.....	92
8. <i>Blue Print</i> Skala Persepsi Terhadap Kesesakan Setelah Uji Coba.....	93
LAMPIRAN B	94
1. Hasil Uji Validitas Alat Ukur.....	95
2. Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur.....	99
LAMPIRAN C	101
1. Deskripsi Data Penelitian.....	102
2. Frekuensi Data Penelitian.....	102
3. Hasil Uji Normalitas.....	104
4. Hasil Uji Linearitas.....	104
5. Hasil Uji Hipotesis.....	105
LAMPIRAN D	106
1. Hasil Uji Beda Ditinjau Dari Usia.....	107
2. Hasil Uji Beda Ditinjau Dari Pendidikan Sebelumnya.....	108
3. Hasil Uji Beda Ditinjau Dari Status Perkawinan.....	109
4. Hasil Uji Beda Ditinjau Dari Kasus.....	111

5. Hasil Uji Beda Ditinjau Dari Telah Lama Menjalani Masa Hukuman.....	112
LAMPIRAN E	113
1. Tabulasi Data Uji Coba Stres.....	114
2. Tabulasi Data Uji Coba Persepsi Terhadap Kesusakan	120
3. Tabulasi Data Penelitian Stres.....	124
4. Tabulasi Data Persepsi Terhadap Kesusakan.....	128
5. Data Total Stres dan Persepsi Terhadap Kesusakan.....	132
LAMPIRAN F	138
1. Surat Izin Pengambilan Data Awal Dari Fakultas Kedokteran.....	139
2. Surat Izin Pengambilan Data Dari Fakultas Kedokteran.....	140
3. Surat Izin Pengambilan Data Awal Dari Kantor Wilayah Kementrian Hukum Dan HAM Sumatera Selatan.....	141
4. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIB Muara Enim.....	142

HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP KESESAKAN DENGAN STRES PADA NARAPIDANA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KLAS IIB MUARA ENIM

Nidia Melanita¹, Dewi Anggraini²

ABSTRAK

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara persepsi terhadap kesesakan dengan stres pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIB Muara Enim. Hipotesis penelitian ini yaitu ada hubungan antara persepsi terhadap kesesakan dengan stres pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIB Muara Enim.

Populasi penelitian adalah narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIB Muara Enim. Sampel penelitian berjumlah 135 orang narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIB Muara Enim yang diambil dengan menggunakan teknik *sampling purposive*. Persepsi terhadap kesesakan dan stres diukur dengan mengacu pada aspek-aspek persepsi menurut Walgito (2010) yang dikaitkan dengan aspek-aspek kesesakan menurut Gifford (2014) dan gejala-gejala stres menurut Hariharan dan Rath (2008). Hasil penelitian dianalisis dengan menggunakan *pearson product moment*.

Hasil hipotesis menunjukkan nilai r sebesar 0,279 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara persepsi terhadap kesesakan dengan stres pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIB Muara Enim.

Kata Kunci: Persepsi terhadap Kesesakan, Stres

¹Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

²Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEPTION OF CROWDING AND
STRES ON INMATES IN PRISON CLASS IIB MUARA ENIM**

Nidia Melanita¹, Dewi Anggraini²

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the relationship between perceptions of crowding and stress on inmates in prison Class IIB Muara Enim. The hypothesis of this study there is a relationship between perceptions of crowding and stress on inmates in prison Class IIB Muara Enim.

The study population is 220 the prisoner in Muara Enim Class IIB Correctional Institution. Sample of this research is 135 prisoners in Muara Enim Class IIB used technique probability sampling. Perceptions of crowding and stress are measured by referring to aspects of perception according to Walgito (2010) associated with crowding aspects according to Gifford (2014) and stress symptoms according to Hariharan and Rath (2008). The result of the study were analyzed using correlation pearson product moment.

The result of the hypothesis show that the r value is 0,279 ($p > 0,05$). The result of the hypothesis is accepted and the results of this study indicate that there is a positive relationship between perceptions of crowding and stress on inmates in prison Class IIB Muara Enim.

Keywords: Perception of crowding, Stress

¹Student of Psychology Department of Medical Faculty, Sriwijaya University

²Lecturer of Psychology Department of Medical Faculty, Sriwijaya University

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penjara atau yang lebih dikenal dengan istilah Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) dalam UU Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 1995 Pasal 1 Angka 3 tentang Pemasyarakatan adalah tempat untuk melaksanakan pembinaan terhadap narapidana dan anak didik pemasyarakatan. Selain itu juga Lembaga Pemasyarakatan merupakan sebagai unit pelaksanaan teknis di bidang pembinaan narapidana berada di bawah Kepala Kantor Wilayah Departemen Hukum dan HAM dan bertanggung jawab langsung kepada Kepala Kantor Wilayah Departemen Hukum dan HAM. Seluruh penghuni Lembaga Pemasyarakatan atau Lapas disebut dengan warga binaan pemasyarakatan (WBP) yang terdiri dari narapidana, anak didik pemasyarakatan, dan klien pemasyarakatan (Kemenkumham, 2010).

Menurut Kemenkumham (2010) sistem pemasyarakatan dalam UU Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan adalah suatu tatanan mengenai arah dan batas serta cara pembinaan warga binaan pemasyarakatan berdasarkan Pancasila yang dilaksanakan secara terpadu antara pembina, yang dibina, dan masyarakat untuk meningkatkan kualitas warga binaan pemasyarakatan agar menyadari kesalahan, memperbaiki diri, dan tidak mengulangi tindak pidana sehingga dapat diterima kembali oleh lingkungan

masyarakat, dapat aktif berperan dalam pembangunan, dan dapat hidup secara wajar sebagai warga yang baik dan bertanggung jawab.

Warga binaan atau narapidana disebutkan dalam UU Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 1995 Pasal 1 Angka 7 tentang Pemasyarakatan, dimana narapidana merupakan terpidana yang telah menjalani pidana hilang kemerdekaan di Lembaga Pemasyarakatan. Hal ini membuat narapidana merasa jika kebebasannya menjadi hilang ketika berada di dalam Lapas. Kehilangan kemerdekaan merupakan satu-satunya penderitaan (UU Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 1995 Pasal 5 tentang Pemasyarakatan). Kehidupan yang dijalani narapidana selama berada di Lembaga Pemasyarakatan merupakan bentuk dari konsekuensi hukuman atas perilaku melanggar hukum yang pernah dilakukannya (Kemenkumham, 2010).

Welta dan Agung (2017) mengatakan narapidana memiliki masa hukuman yang berbeda-beda dengan narapidana lainnya. Dalam menjalani masa hukuman narapidana sering mengalami hambatan dalam upaya memenuhi kebutuhan biologis maupun psikologis. Berdasarkan hasil penelitian dari Siswati dan Aburrohim (2009) mengatakan lama menjalani masa hukuman berpengaruh terhadap kondisi stres. Narapidana dengan masa hukuman yang lebih lama cenderung akan memiliki tingkat stres yang tinggi. Sebaliknya narapidana dengan masa hukuman yang lebih pendek cenderung lebih rendah tingkat stresnya. Menurut Riza dan Herdiansa (2012) perasaan tidak terima serta batasan bertemu dengan pihak keluarga merupakan masalah utama yang dialami oleh narapidana sehingga keadaan seperti ini akan menimbulkan tingkat stres yang tinggi.

Santrock (2003) mendefinisikan stres sebagai respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang memicu stres (*stressor*), yang mengancam dan mengganggu kemampuan individu tersebut untuk menanganinya (*coping*). Sedangkan menurut Baron dan Byrne (2005) stres adalah suatu peristiwa fisik atau psikologis apa pun yang dipersepsikan sebagai ancaman potensial terhadap kesehatan fisik atau emosional. Sehingga stres yang dirasakan oleh narapidana akan menimbulkan upaya untuk melakukan reaksi terhadap stres yang dialaminya ketika berada di dalam Lapas tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada narapidana yang berinisial ZA di Lapas Muara Enim pada hari jumat tanggal 14 september 2018 mengatakan bahwa ZA merasakan tidak nyaman berada di dalam Lapas karena ZA merasa sangat rugi seperti rugi akan waktu, pikiran dan perasaan jika terlalu lama berada di dalam sini. ZA juga menyatakan bahwa berada di dalam Lapas ini memiliki banyak peraturan yang harus dipatuhi oleh semua narapidana seperti tidak boleh membuat keributan, dilarang membawah senjata tajam, dan dilarang membawa HP, serta jika ingin keluar atau masuk ruangan harus sesuai dengan jam yang telah ditentukan.

Sedangkan hasil wawancara kepada narapidana yang berinisial AP di Lapas Muara Enim pada hari jumat tanggal 14 september 2018, mengatakan bahwa di Lapas ini merasa dirinya ingin cepat keluar dari sini dan merasa sedih bisa berada di dalam Lapas. AP juga merasakan emosi yang negatif seperti terlalu banyak pikiran yang mengganggu, sedih, menyesal, dan terkadang mengalami sakit ringan akibat berada di dalam Lapas. Selain itu AP menyatakan bahwa ia stres

lantaran masa hukuman yang baru diputuskan dan tidak biasa di dalam Lapas. Sehingga dari hasil wawancara, beberapa narapidana tersebut merasakan terlalu banyak pikiran dan mengalami tekanan yang menjadi sumber stres sehingga mengakibatkan mereka mengalami kondisi stres ketika berada di dalam Lapas tersebut.

Peneliti juga melakukan survei pada hari jumat tanggal 14 september 2018 dengan menyebarkan angket sebanyak 21 angket kepada narapidana. Berdasarkan hasil survei penyebaran angket tersebut didapatkan bahwa sebanyak 15 orang (71,42%) merasakan tertekan ketika berada di dalam ruangan kamar atau sel. Hal ini dikarenakan bahwa narapidana tersebut sedang merasakan suasana kamar atau sel tidak nyaman, pikiran yang tidak tenang, peraturan yang ketat, merasa telah melakukan suatu kesalahan dan telah mengecewakan keluarganya.

Kemudian dari hasil angket, menunjukkan bahwa 14 orang (66,66%) akhir-akhir ini sering merasa sakit kepala. Hal ini dikarenakan terpikir akan keluarga, hukuman yang akan dijatuhkan, dan masalah yang telah diperbuatnya. Hasil angket juga didapatkan data sebanyak 17 orang (80,95%) akhir-akhir ini sering sulit berkonsentrasi. Selain itu juga data dari angket menunjukkan 17 orang (80,95%) pola tidurnya akhir-akhir ini sering terganggu. Hal ini disebabkan narapidana tersebut merasa ruangnya terasa sempit dan isinya melebihi kapasitas, banyak yang mengganggu, tidak terbiasa tidur di dalam ruang atau sel, dan kadang terlalu bising sehingga membuat sulit untuk tidur.

Berdasarkan hasil survei yang telah dijelaskan di atas dapat disimpulkan bahwa para narapidana mengalami kondisi stres. Hal ini disebabkan karena

narapidana merasakan tertekan ketika berada di dalam ruangan kamar atau sel. Para narapidana sering merasakan sakit kepala, sering sulit berkonsentrasi dan pola tidur mereka sering terganggu ketika berada di dalam ruangan kamar atau sel. Hal ini menurut Hariharan dan Rath (2008) merupakan sebagian dari gejala-gejala umum stres yang dapat dialami oleh individu, baik secara fisik, intelektual, emosional dan perilaku.

Menurut Hariharan dan Rath (2008) hidup di lingkungan fisik yang tidak nyaman dapat memicu timbulnya stres, salah satu sumber stresnya adalah kesesakan. Menurut Smet (1994) kesesakan juga merupakan salah satu sumber stres yang berasal dari lingkungan. Dimana narapidana merasakan stres dan ketidaknyamanan akan suatu ruangan sempit karena banyaknya jumlah narapidana di dalam ruangan tersebut. Sehingga membuat narapidana tersebut mengalami perasaan yang sesak dan tidak nyaman terhadap ruangan tersebut.

Menurut Selye (Stokols, 1976) perasaan sesak atau kesesakan ini sebagai suatu bentuk stres yang menyiratkan ketidakseimbangan antara kapasitas ruangan dan kemampuan individu untuk mengatasinya. Stokols (Stokols, 1976) mendefinisikan kesesakan sebagai bentuk tekanan psikologis dimana permintaan seseorang akan ruangan melebihi kapasitas yang tersedia. Pada umumnya kelebihan penghuni atau situasi *overcrowding* terjadi hampir di seluruh Rumah Tahanan (rutan) dan Lapas di Indonesia (Eddyono, 2017).

Kelebihan penghuni atau narapidana ini dikarenakan oleh ketidakseimbangan antara ketersediaan ruang Lapas dengan jumlah narapidana di dalamnya. Salah satunya adalah Lapas Klas IIB Muara Enim. Daya tampung atau

kapasitas normal yang dimiliki oleh Lapas ini seharusnya hanya menampung 660 orang. Namun karena padatnya warga binaan mencapai 1077 orang membuat kondisi Lapas menjadi *overload*. Kepadatan yang tinggi dapat menimbulkan emosi negatif seperti rasa sesak, perasaan kurang nyaman dan sebagainya (LPM IV, 2018).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada petugas Lapas Muara Enim yang berinisial M pada hari selasa tanggal 20 maret 2018 mengatakan bahwa Lapas ini memiliki 35 kamar atau ruangan untuk narapidana yaitu 33 ruangan laki-laki dan 2 ruangan perempuan, dimana setiap ruangan jumlah idealnya hanya untuk 15 narapidana akan tetapi kenyataannya masih banyak ruangan yang ditempati oleh narapidana melebihi kapasitas daya tampung ruangan tersebut seperti masih banyak ruangan yang ditempati oleh narapidana lebih dari 15 orang yaitu hingga mencapai 35 orang dalam satu ruangan. Pada Lapas ini terdapat kurang lebih 1043 narapidana didalamnya dengan kasus yang berbeda-beda yaitu mulai dari kasus narkoba hingga kasus kriminal umum dengan masa hukuman yang berbeda-beda.

Sedangkan hasil wawancara kepada narapidana Lapas Muara Enim yang berinisial ZA pada hari jumat tanggal 14 september 2018, mengatakan bahwa ruangan yang terdapat pada Lapas ini tidak sesuai dengan jumlah orang yang ada di dalamnya karena biasanya ruangan narapidana diisi dengan jumlah 34 orang dalam satu ruangan. Sehingga terkadang menyebabkan terasa sesak, sempit, dan kurang nyaman di dalamnya. Ruangan yang ditempati oleh para narapidana juga hanya memiliki fasilitas yang seadanya seperti matras, lampu dan alat mandi.

Berdasarkan hasil wawancara kepada narapidana Lapas Muara Enim yang berinisial AP pada hari jumat tanggal 14 september 2018, mengatakan bahwa jumlah narapidana di dalam ruang kamar yang ditempatinya berjumlah 30 orang yang membuatnya merasakan sempit, sesak dan merasa terlalu penuh di dalam ruangan kamar atau sel tahanannya. Jumlah narapidana yang terlalu berlebihan dan padat ini membuat AP merasakan perasaan yang tidak nyaman berada di sana dan ingin cepat ke luar dari Lapas ini.

Wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa para narapidana tersebut merasa terlalu sempit, tidak nyaman, penuh dan kapasitas ruangan kamar tahanan tidak sesuai dengan jumlah narapidana yang berada di dalam satu ruangan tersebut. Pemaknaan yang membuat seseorang merasa tidak nyaman dalam pertemuan tersebut adalah penghayatan terhadap kepadatan atau kesesakan tersebut (Iskandar, 2012).

Selain itu peneliti juga melakukan survei pada hari jumat tanggal 14 september 2018 dengan menyebarkan angket sebanyak 21 angket kepada narapidana. Berdasarkan hasil survei penyebaran angket tersebut didapatkan bahwa 19 orang (90,47%) merasa jarak antara setiap orang di dalam ruang kamar atau sel saling berdekatan. Data dari hasil angket menyatakan bahwa sebanyak 18 orang (85,71%) merasa sempit di dalam ruang kamar atau sel dikarenakan terlalu penuh atau terlalu banyak orang dan padat yang membuat narapidana tersebut merasa sesak dan panas ketika berada di dalam ruang kamar.

Ketika sedang ada keributan data dari hasil angket sebanyak 21 orang (100%) berusaha menghindari untuk ikut terlibat di dalam keributan tersebut. Hal

ini disebabkan karena narapidana tidak ingin bermasalah, tidak suka keributan dan takut akan berdampak buruk bagi dirinya dalam menjalani masa hukumannya. Selama dalam menjalani masa hukuman di dalam Lapas sekitar 14 orang (66,66%) merasakan suasana hati yang buruk ketika sedang berada di dalam ruangan kamar atau sel. Selain itu data angket menunjukkan 20 orang (95,23%) merasa sedih ketika berada di dalam ruangan kamar atau sel. Suasana hati yang buruk dan sedih ini dikarenakan terlalu banyaknya pikiran yang mengganggu seperti sering teringat atau rindu akan keluarganya, merasa berat dalam menjalani masa hukuman dan juga menyesal akan perbuatannya.

Berdasarkan hasil survei yang telah dijelaskan di atas dapat disimpulkan bahwa para narapidana merasakan kesesakan di dalam Lapas. Perasaan kesesakan yang dirasakan oleh narapidana merupakan suatu bentuk persepsi dari masing-masing narapidana terhadap kondisi di dalam Lapas. Menurut Shaleh (2009) persepsi merupakan fungsi psikis yang dimulai dari proses sensasi, tetapi diteruskan dengan dengan proses pengelompokan, menggolong-golongkan, mengartikan, dan mengaitkan beberapa rangsangan sekaligus. Hal ini disebabkan karena narapidana memaknai dan mengartikan perasaan tidak nyaman ketika berada di dalam Lapas dikarenakan oleh ruang kamar yang menjadi sempit ketika bertambahnya tahanan baru yang membuat ia semakin merasa sesak.

Berdasarkan dari fenomena dan latar belakang yang terjadi di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIB Muara Enim. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih mendalam dengan judul yang mengenai hubungan antara persepsi

terhadap kesesakan dengan stres pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Muara Enim.

B. Rumusan Masalah

Permasalahan utama yang akan diteliti adalah “Apakah ada hubungan antara persepsi terhadap kesesakan dengan stres pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Muara Enim?”.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi terhadap kesesakan dengan stres pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Muara Enim.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis penelitian

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan kajian teoritis dalam psikologi lingkungan, psikologi klinis dan penelitian yang berkaitan dengan hubungan antara persepsi terhadap kesesakan dengan stres pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Muara Enim.

2. Manfaat praktis penelitian

a. Bagi subjek penelitian.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi untuk mengetahui tentang persepsi terhadap kesesakan dengan stres yang terjadi pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Muara Enim agar kedepannya para narapidana dapat memperbaiki dirinya.

b. Instansi tempat penelitian.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai kondisi stres pada narapidana di dalam Lembaga Pemasyarakatan, sehingga pihak Lembaga Pemasyarakatan dapat membuat program pelatihan untuk mengatasi masalah tersebut.

c. Peneliti selanjutnya.

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk meningkatkan pengetahuan tentang hubungan persepsi terhadap kesesakan dengan stres yang terjadi pada narapidana.

E. Keaslian Penelitian

Peneliti kemudian melakukan kajian literatur dengan menemukan penelitian terdahulu yang mempunyai variabel terikat dan variabel bebas yang sama dengan variabel penelitian ini. Penelitian-penelitian tersebut adalah:

Pertama, penelitian dari Onanda Welta dan Ivan Muhammad Agung (2017) yang berjudul Kesesakan dan Masa Hukuman dengan Stres pada narapidana. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kesesakan dan masa hukuman dengan kondisi stres. Subjek dalam penelitian ini adalah Narapidana Klas IIA Kota Pekanbaru sebanyak 305 narapidana. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara kesesakan dan masa hukuman dengan kondisi stres pada narapidana dengan menunjukkan korelasi hubungan sebesar 12,7 %. Perbedaan dari penelitian ini terletak pada variabelnya, pada penelitian ini menggunakan tiga variabel sedangkan pada penelitian yang sedang dilakukan hanya menggunakan dua variabel. Selain itu

juga penelitian ini berbeda pada waktu penelitian, tempat penelitian yaitu yang akan dilakukan pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIB Muara Enim.

Kedua, penelitian dari Gondo Sunarko, Hemy Heryati Anward dan Neka Erlyani (2014) yang berjudul Peranan Kesusakan terhadap Perilaku Agresi pada warga binaan Lembaga Pemasyarakatan Anak Klas IIA Martapura. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peranan kesesakan terhadap perilaku agresi. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh warga binaan Lembaga pemasyarakatan anak Klas IIA Martapura dengan jumlah 40 narapidana. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya peranan kesesakan terhadap perilaku agresi dengan nilai t hitung ($=2,982$) $>$ t tabel ($=2,024$) pada taraf signifikansi 0,05. Perbedaan dari penelitian ini terletak pada variabel terikatnya, pada penelitian ini variabel terikatnya agresi sedangkan pada penelitian yang sedang dilakukan adalah stres. Selain itu juga penelitian ini berbeda pada subjek penelitian, waktu penelitian, tempat penelitian yaitu yang akan dilakukan pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIB Muara Enim. Penelitian ini juga berbeda karena membahas tentang peran sedangkan penelitian yang sedang dilakukan membahas hubungan antara variabel.

Ketiga, penelitian dari Lilih Cholidah, Djamaludin Ancok, Haryanto (1996) yang berjudul Hubungan Kepadatan dan Kesusakan dengan Stres dan Intensi Prososial pada remaja di pemukiman padat. Penelitian ini bertujuan untuk melihat adanya hubungan antara kepadatan dan kesesakan dengan stres dan intensi prososial pada remaja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan

positif antara kepadatan dan kesesakan dengan stres pada remaja, kepadatan dan kesesakan memberikan sumbangan secara bersama-sama terhadap stres sebesar 17 persen dan tidak ada hubungan antara kepadatan dan kesesakan dengan intensi prososial pada remaja. Perbedaan dari penelitian ini terletak pada variabel terikatnya, pada penelitian ini variabel terikatnya stres dan intensi prososial sedangkan pada penelitian yang sedang dilakukan hanya stres. Selain itu juga penelitian ini berbeda pada subjek penelitian, waktu penelitian, tempat penelitian yaitu yang akan dilakukan pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Muara Enim.

Keempat, penelitian dari Bilal Zavanna Sulaiman (2013) yang berjudul Hubungan Persepsi Kesesakan (*Crowding*) dan Kematangan Emosi dengan Disiplin Berlalu Lintas Pada Remaja Akhir SMAN 1, SMAN 3, SMAN 4 Kota Malang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan persepsi kesesakan (*crowding*) dan kematangan emosi dengan disiplin berlalu lintas pada remaja akhir SMAN 1, SMAN 3 dan SMAN 4 Kota Malang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) Persepsi kesesakan (*crowding*) tidak memiliki hubungan dengan disiplin berlalu lintas. (2) Kematangan emosi memiliki hubungan positif dengan disiplin berlalu lintas. (3) Secara keseluruhan, persepsi kesesakan (*crowding*) dan kematangan emosi sebagai variabel bebas tidak dilakukan pengukuran dengan disiplin berlalu lintas sebagai variabel terikat karena variabel persepsi kesesakan (*crowding*) menunjukkan tidak memiliki hubungan dengan variabel disiplin berlalu lintas. Perbedaan dari penelitian ini terletak pada variable

terikat, subjek penelitian, waktu penelitian, tempat penelitian yaitu yang akan dilakukan pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIB Muara Enim.

Kelima, penelitian dari Liana Asnita, Arneliwati dan Jumaini (2015) yang berjudul Hubungan Tingkat Stres dengan Harga Diri Remaja Di Lembaga Pemasyarakatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dan harga diri remaja di penjara. Subjek dalam penelitian ini adalah 46 narapidana remaja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang mengalami stres ringan dan memiliki kepercayaan diri yang tinggi adalah 13 responden (28,3%), dan remaja yang mengalami stres sedang dan memiliki harga diri yang tinggi adalah 25 responden (54,3%). Sedangkan, remaja yang mengalami stres dan memiliki harga diri yang tinggi adalah 5 responden (10,9%) dan remaja yang mengalami stres berat dan harga diri adalah 3 responden (6,5%). Perbedaan dari penelitian ini terletak pada variabelnya, pada penelitian ini variable stres merupakan variable bebas sedangkan pada penelitian yang sedang dilakukan variabel stres merupakan variable terikat. Selain itu juga penelitian ini berbeda pada subjek penelitian, waktu penelitian, tempat penelitian yaitu yang akan dilakukan pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIB Muara Enim.

Keenam, penelitian dari Mohammed Mansoor, Dr. Syed Khalid Perwez, Dr. T.N.V.R Swamy dan Prof. Ramaseshan. H (2015) yang berjudul *A Critical Review on Role of Prison Environment on Stress and Psychiatric Problems among Prisoners*. Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari dampak yang ditimbulkan oleh lingkungan penjara penghuni, terutama berfokus pada

narapidana penjara. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari tinjauan literatur beragam di bidang pemasyarakatan fasilitas menunjukkan bahwa lingkungan penjara memang memainkan peran penting dalam pengembangan stres dan masalah kejiwaan di antara narapidana. Perbedaan dari penelitian ini terletak pada variabelnya, pada penelitian ini hanya menggunakan satu variabel sedangkan pada penelitian yang sedang dilakukan menggunakan dua variabel. Selain itu juga penelitian ini berbeda pada subjek penelitian, waktu penelitian, tempat penelitian.

Ketujuh, penelitian dari Ms. Lakyntiew Pariat, Ms Angelyne Rynjah and Ms Joplin, dan M G Kharjana (2014) yang berjudul *Stress Levels of College Students: Interrelationship between Stressors and Coping Strategies*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kesejahteraan subjektif dengan penyakit mental yang serius. Subjek penelitian ini adalah 537 subjek yang berusia 19-23 tahun. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa stres akademik mempunyai korelasi yang tinggi dengan stres sosial dan stres finansial. Kemudian terdapat korelasi yang tinggi antara strategi koping seperti meditasi, berdoa, tidur dengan stres akademik. Perbedaan dari penelitian ini terletak pada subjek penelitian, waktu penelitian, tempat penelitian yaitu yang akan dilakukan pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIB Muara Enim.

Berdasarkan uraian dari beberapa penelitian diatas, dapat disimpulkan bahwa penelitian yang dilakukan oleh penelitian memiliki perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya, baik dari subjek penelitian, waktu penelitian, tempat penelitian, dan pengambilan sampel, sehingga penelitian ini dapat dipertanggungjawabkan keasliannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Asnita, L., Arneliwati. & Jumaini. (2015). Hubungan tingkat stres dengan harga diri remaja di Lembaga Pemasyarakatan. *JOM*, 2(2), 1231-1240.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Dasar-Dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baron, R. A. & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial (ed. 10)*. Jakarta: Erlangga.
- Cholidah, L., Ancok, D. & Haryanto. (1996). Hubungan kepadatan dan kesesakan dengan stres dan intensi prososial pada remaja di pemukiman padat. *Psikologika*, 1, 56-64.
- Churchman, A. (2002). Environmental psychology and urban planning: where can the twain meet. *Handbook of Environmental Psychology* (hal. 191-200). New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Eddyono, S. W. (2017). Overcrowding yang menghantui lapas di Indonesia. Diunduh dari <https://nasional.kompas.com/read/2017/07/07/12130041/.overcrowding.yang.menghantui.lapas.di.indonesia/> tanggal 12 April 2018.
- Erlinda, A. (2016). *Hubungan kesesakan dengan tingkat stres pada penghuni rumah susun Pekunden Semarang*. Skripsi. Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
- Eroglu, S. A., Machleit, K. A. & Chebat, J. C. (2005). The interaction of retail density and music tempo: effects on shopper responses. *Psychology & Marketing* 22(7), 577–589.
- Giffon, R. (2014). *Environment psychology: principle and practice (5th ed)*. Colville, WA: Optimal Books.
- Gifford, R., Steg, L. & Reser, J.P. (2011). Environmental psychology. *IAAP Handbook of Applied Psychology*, (hal. 440-470). Blackwell Publishing Ltd.
- Halim, DK. (2008). *Psikologi lingkungan perkotaan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hardjana, A. M. (1994). *Stres tanpa distres*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hariharan, M., & Rath, R. (2008). *Coping with life stress: the indian experience*. New Delhi: Sage Publications Pvt Ltd.

- Hidayat, D. R. (2009). *Ilmu perilaku manusia*. Jakarta Timur: CV. Trans Info Media.
- Iskandar, Z.(2012). *Psikologi lingkungan*. Bandung : PT Refika Aditama.
- Kemenkumham. (2010). *Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 Tentang Pemasarakatan*. Diunduh dari <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://www.bphn.go.id/data/documents/95uu012.pdf&ved=2ahUKEwj4ru3E5JXbAhWJqI8KHTIQDs8QFjAAegQICRAB&usg=AOvVaw0cCwNZHrUMIOKl16aKgD4l/> tanggal 1April 2018.
- King, L. A. (2010). *The science of psychology: an appreciative view*. Jakarta: Salemba Humanika.
- LPM IV. (2018). *Lapas Muara Enim overload?*. Diunduh dari [http://www.kaganga.com/headline/view/Lapas Muara Enim Overload?/](http://www.kaganga.com/headline/view/Lapas_Muara_Enim_Overload?/) tanggal 12 April 2018.
- Mansoor, M., Perwez, S. K., Swamy, T. N. V. R., & Ramaseshan. (2015). A critical review on role of prison environment on stress and psychiatric problems among prisoners. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 6(1), 218-223.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). *Psikologi abnormal (ed. 5)*. Jakarta: Erlangga.
- Pariat, L., Rynjah, A., Joplin., & Kharjana, M. G. (2014). Stress levels of college students: interrelationship between stressors and coping strategies. *Journal of Humanities and Social Science*, 19(8), 40-46.
- Rasmun. (2004). *Stres, koping, dan adaptasi*. Jakarta: Sagung Seto.
- Rini, Y. S. 2006. Hubungan antara kesesakan dengan tingkat stres (studi pada penduduk musiman di kelurahan Cipto Mulyo). *Disertasi*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Rival, V. & Mulyadi, D. (2009). *Kepemimpinan dan perilaku organisasi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Riza, M. & Herdiana, I. (2012). Resiliensi pada narapidana laki-laki di Lapas klas 1 Medaeng. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya: *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 1, 3.
- Robbins, S. P. & Judge, T. A. (2015). *Perilaku organisasi (ed. 16)*. Jakarta: Salemba Empat.

- Santrock, J. (2011). *Remaja (ed. 11)*. Jilid I. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. W. (2009). *Pengantar psikologi umum*. Jakarta: PT Raja Grafindo
- Sarwono, S. W. (2016). *Psikologi lingkungan & pembangaunan*. Jakarta : Mitra Wacana Media.
- Setiadi, B. A. & Setyawan. I. (2013). Hubungan antara persepsi terhadap gaya mengajar dengan motivasi berprestasi pada mata pelajaran matematika di SMA Negeri 5 Semarang. *Jurnal Empati Fakultas Psikologi*, 2(4).
- Shaleh, A. R. (2009). *Psikologi: suatu pengantar dalam perspektif Islam*. Jakarta: Kencana.
- Sholehuddin. (2008). *Kepemimpinan pemuda dalam berbagai perspektif*. Tangerang: PT Intimedia Ciptanusantara.
- Siswati, T. I. & Abdurrohim. (2009). Masa hukuman dan stres pada narapidana. *UNISSULA: Proyeksi*, 4 (2), 95-106.
- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: PT Grasindo.
- Stokols, Daniel. (1976). The experience of crowding in primary and secondary environments. *J. Environment and Behavior: Sage Publications, Inc*, 8(1), 49-86.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, cv.
- Sulaiman, B. Z. (2013). Hubungan persepsi kesesakan (*crowding*) dan kematangan emosi dengan disiplin berlalu lintas pada remaja akhir SMAN 1, SMAN 3, SMAN 4 Kota Malang. *Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang*.
- Sunarko, G., Anward, H. H. & Erlyani, N. (2014). Peranan kesesakan terhadap perilaku agresi pada warga binaan lembaga pemasyarakatan anak Klas IIA Martapura. *Jurnal Ecopsy*, 1(3), 84-87.
- Taylor, S. E. (2018). *Health psychology (10th ed.)*. USA: McGraw-Hill Education.
- Walgito, Bimo. (2010). *Pengantar psikologi umum*. Yogyakarta: ANDI.
- Welta, O. & Agung, I. M. (2017). Kesesakan dan masa hukuman dengan stres pada narapidana. UIN Suska Riau: *Jurnal RAP UNP*, 8(1), 60-68.

Widhiarso, W. (2010). *Uji linearitas hubungan*. Naskah tidak dipublikasikan. Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.

Widhiarso, W. (2012). *Tanya Jawab Tentang Uji Normalitas*. Diunduh dari [http://widhiarso.staff.ugm.ac.id/wp/tanya-jawab-tentang-uji-normalitas/tanggal 28 April 2018](http://widhiarso.staff.ugm.ac.id/wp/tanya-jawab-tentang-uji-normalitas/tanggal%2028%20April%202018).