

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang sudah dijelaskan peneliti mengenai komunikasi interpersonal konselor dan narapidana dalam kegiatan konseling di Lembaga Pemasarakatan Perempuan kelas IIB kota Bengkulu, dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Komunikasi interpersonal antara konselor dan ketiga narapidana pada Lembaga Pemasarakatan Perempuan kelas IIB kota Bengkulu berjalan sesuai dengan prosedur yang diciptakan dan berhasil mencapai tujuannya yaitu pendampingan kesehatan mental narapidana. Diketahui bahwa konselor menggunakan teknik komunikasi interpersonal yang efektif seperti keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan untuk membangun kedekatan dengan narapidana. Ketiga narapidana juga mengatakan bahwa mereka menjalani komunikasi interpersonal dengan lancar dan intim bersama konselor, walaupun awalnya cukup menantang untuk mereka karena asal dan permasalahan mereka yang beragam. Selain itu perbedaan status narapidana (belum menikah dan belum punya anak, menikah dan punya anak, menikah dan belum punya anak) rupanya tidak menjadi hambatan proses komunikasi, yang menjadi hambatan bagi komunikasi adalah sifat narapidana yang beragam dan ada yang temperamental atau emosional. Namun menurut konselor, dikarenakan adanya proses komunikasi interpersonal yang efektif maka akhirnya kegiatan konseling dapat berjalan secara lancar.

2. Pendampingan kesehatan mental dilakukan melalui kegiatan konseling terjadwal dua bulan sekali dan setiap narapidana terdaftar di dalamnya. Konselor mengatakan bahwa pola komunikasi dalam kegiatan konseling adalah dalam bentuk komunikasi interpersonal interaksional dimana terjadi timbal balik mengirim pesan antara konselor dengan narapidana. Konseling biasanya berjalan dalam bentuk curahan hati (curhat) narapidana, dimana narapidana bisa menceritakan permasalahannya kepada konselor. Konselor menjadikan kegiatan konseling sebagai wadah bagi narapidana untuk menyatakan permasalahan mental mereka. Pendampingan hanya

bisa berjalan apabila sudah terbangun kepercayaan dan keitiman antara konselor dengan narapidana. Ketiga narapidana mengatakan bahwa mereka mendapatkan manfaat dari kegiatan konseling kepada kesehatan mental mereka, pandangan mereka dalam hidup, hingga memberikan kemajuan bagi hidup mereka. Permasalahan kesehatan mental seperti perasaan isolasi, kecemasan, stress, depresi, temperamental, dan lain-lain merupakan masalah yang umum terjadi di lapas, namun berkat kegiatan konseling bersama konselor yang merupakan seorang psikolog (juga berkerjasama dengan psikiater yang membantu apabila dibutuhkan pengobatan) maka pendampingan kesehatan mental di lapas berjalan dengan baik dan efektif.

3. Diketahui bahwa narapidana 1 yang belum menikah dan berumur 27 tahun menjalani proses pendampingan kesehatan mental melalui kegiatan konseling dengan lancar, walaupun memiliki permasalahan mentalnya tersendiri seperti rasa cemas atau tekanan dari masa lalu, namun kegiatan konseling dapat memberinya manfaat positif seperti lebih mengenal dirinya dan juga membangun strategi dalam mengatasi masalah dalam hidupnya sehari-hari. Narapidana 2 yang sudah menikah, sudah mempunyai anak, dan berumur 49 tahun menjalani proses pendampingan kesehatan mental melalui kegiatan konseling dengan lancar. Masalah kesehatan mental yang dihadapinya selama menjalani kehidupannya dalam lapas adalah kecemasan terkait tanggung jawabnya sebagai ibu, dan juga mengeluhkan ketidakpastian masa depan. Walaupun begitu kegiatan konseling memberinya dampak positif seperti mengatasi rasa stress, meningkatkan pemahaman diri, dan memberikannya alat untuk menghadapi tantangan sehari-hari. Narapidana 3 yang sudah menikah, namun belum mempunyai anak, dan berumur 33 tahun juga menjalani pendampingan kesehatan mental dengan kegiatan konseling dengan baik, keluhan yang dialaminya adalah rasa kecemasan karena sulit bertemu keluarga. Namun narapidana 3 mendapatkan manfaat yang positif dari kegiatan konseling karena hal tersebut dapat mengatasi stress, kecemasan, dan memberi wadah memahami diri. Dapat diukur berdasarkan data kualitatif dari para narapidana bahwa kegiatan konseling memberi dampak positif kepada kesehatan mental mereka.

4. Tahapan kedekatan hubungan antara konselor dengan narapidana dapat dijelaskan menggunakan teori penetrasi sosial dan konsep bawang, dimana konselor dan narapidana harus melewati tahapan dari kedekatan level orientasi, afektif eksplorasi,

afektif, dan stabil. Melalui tahapan bawang tersebut dapat dideskripsikan bagaimana tingkat kedekatan dan topik komunikasi interpersonal konselor dengan narapidana sesuai dengan tahap mereka berada, Semakin dalam berada di dalam sisi bawang narapidana maka konselor dapat semakin mengetahui dan mengenal diri terdalam narapidana. Dengan adanya konsep bawang ini dapat dijelaskan juga bagaimana proses pendampingan kesehatan mental berlangsung.

5. Pentingnya pendampingan kesehatan mental dalam Lembaga pemasyarakatan merupakan sesuatu yang masih jarang dibahas, mungkin dikarenakan anggapan bahwa narapidana memang pantas mendapatkan hukuman tersebut, namun perlu diketahui bahwa kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan fisik seorang individu, oleh karena itu tidak ada salahnya memfasilitasi kegiatan konseling dan terus meningkatkan kualitas konseling di berbagai Lembaga pemasyarakatan. Adanya kegiatan konseling yang baik juga dapat mendukung narapidana untuk dapat menjadi pribadi yang lebih baik ketika sudah meninggalkan Lembaga pemasyarakatan dan kembali ke masyarakat di kemudian hari.

B. Saran

Peneliti memiliki saran terkait penelitian ini bagi konselor yang melakukan konseling di dalam lembaga pemasyarakatan, perlu dipahami bahwa suatu kegiatan konseling memerlukan proses pendekatan yang bertahap layaknya lembaran bawang, untuk mencapai sisi terdalam dari narapidana diperlukan komunikasi interpersonal yang efektif dan juga waktu. Untuk menyesuaikan diri dengan sifat narapidana yang berbeda-beda konselor harus menjadikan dirinya sebagai wadah dan pendengar, bukan menggurui atau menghakimi. Selain itu pola komunikasi interaksional juga merupakan pola komunikasi yang baik antara konselor dan narapidana karena melibatkan timbal balik kedua pihak. Pendampingan kesehatan mental harus dilakukan dalam kegiatan konseling serutin mungkin, ini dikarenakan kesehatan mental merupakan sesuatu yang penting dan akan berpengaruh ke kehidupan narapidana kedepannya. Apabila narapidana menjalankan masa hukumannya dengan kondisi kesehatan mental yang buruk maka mungkin akan sulit bagi mereka untuk berubah dan bertumbuh menjadi pribadi yang lebih baik, tujuan dari konseling dan

pendampingan kesehatan mental di lapas adalah untuk mengubah narapidana menjadi lebih baik ketika nanti mereka kembali ke masyarakat.

