



# Psikodrama Untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Pada Warga Binaan di Rutan Kelas IIB Boyolali

Agita Swastika Azzahra Putri<sup>1</sup>, Annida Khofiatul Islami<sup>2</sup>, Larasati Indah Pratiwi<sup>3</sup>, Faris Bintang<sup>4</sup>, Bintang Malam<sup>5</sup>, Rini Lestari<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Universitas Muhammadiyah Surakarta

Email : rl237@ums.ac.id

## ABSTRAK

Warga binaan di Rutan kelas IIB Boyolali sering menghadapi berbagai masalah psikologis, salah satunya merasa hidupnya kurang bermakna. Kebermaknaan hidup merupakan suatu keyakinan atau motivasi utama manusia untuk meraih taraf kehidupan yang bermakna menurut sudut pandang dirinya sendiri. Tujuan diadakannya program psikodrama ini adalah untuk mengetahui pengaruhnya pada kebermaknaan hidup para warga binaan di Rutan Boyolali. Sebanyak 13 orang warga binaan yang baru masuk dan menghadapi masa mapenaling (masa pengenalan lingkungan) terlibat dalam program ini. Alat ukur yang digunakan skala kebermaknaan hidup. Analisis data dilakukan dengan *wilcoxon rank test*. Hasil analisis menunjukkan bahwa program psikodrama berhasil meningkatkan kebermaknaan hidup pada warga binaan. Warga binaan mengalami peningkatan skor *post-test* dibandingkan dengan skor *pre-test*, sehingga menunjukkan efektivitas program dalam meningkatkan kebermaknaan hidup mereka. Program ini memberikan kesempatan bagi warga binaan untuk mengungkapkan dan mengeksplorasi berbagai aspek kehidupan mereka, serta memberikan dukungan sosial dan pemahaman diri.

**Kata Kunci :** kebermaknaan hidup, psikodrama, rutan, warga binaan

## 1. Pendahuluan

Pada zaman modern saat ini tindak kriminal banyak dilakukan oleh masyarakat karena terhimpitnya faktor ekonomi dan pengaruh lingkungan sekitar. Terjadinya

tindak kriminal juga bermula pada kurangnya pemahaman tentang aturan dan norma-norma kehidupan. Dampak dari tindak kriminalpun tak hanya berdampak bagi pelakunya saja melainkan keluarga dan kerabatpun tak menutup kemungkinan

terkena dampak dari tindak kriminal tersebut. Di Indonesia terdapat undang-undang yang dapat memberi hukuman bagi pelaku tindak kriminal. Salah satunya adalah hukuman penjara bagi pelaku tindak kriminal. Hukuman penjara adalah salah satu bentuk dari pidana perampasan kemerdekaan sehingga pelaku tindak kriminal tidak dapat hidup di dunia luar dengan bebas tetapi ditempatkan disuatu tempat khusus untuk dibina dan diasah keterampilan atau bakat yang dimiliki agar setelah jangka waktu yang telah ditentukan ketika dibebaskan dari penjara tidak mengulangi tindak kriminal lagi.

Tempat khusus bagi para pelaku tindak kriminal yang mendapatkan hukuman tersebut salah satunya adalah Rumah Tahanan (Rutan). Rutan adalah tempat tersangka atau terdakwa ditahan selama proses penyidikan, penuntutan dan pemeriksaan disidang pengadilan di Indonesia. Rutan merupakan unit pelaksana teknis dibawah kementerian hukum dan hak asasi manusia (kemenkumham). Rutan didirikan pada setiap Ibukota Kabupaten atau Kota dan apabila perlu dapat dibentuk cabang rutan. Salah satunya adalah Rutan Kelas IIB Boyolali. Orang yang harus dipenjara atau yang sedang menjalani hukuman di fasilitas rutan disebut sebagai tahanan atau juga disebut dengan warga binaan. Adapun dasar hukum bagi warga binaan terdapat dalam Pasal 1 Ayat 5 UU No. 12 Tahun 1995 yang berbunyi. : "Warga Binaan Pemasyarakatan adalah warga binaan, Anak Didik Pemasyarakatan, dan Klien Pemasyarakatan". Di Rutan warga binaan terdiri dari berbagai kasus pidana dan yang paling banyak adalah tindak kriminal dan penyalahgunaan narkoba. Di Rutan warga binaan dibina serta direhabilitasi agar ketika dikembalikan di masyarakat tidak mengulangi tindak pidana.

Status sebagai warga binaan yang tinggal di rutan merupakan stressor yang cukup berat dalam kehidupan. Warga binaan mengalami kehilangan kebebasan,

rasa aman dan nyaman, terpisah dari keluarga dan komunitas sebelumnya. Perubahan seseorang menjadi warga binaan bukanlah hal yang mudah, sehingga membutuhkan dukungan sosial terutama keluarga. Hal ini dibutuhkan sebagai modal beradaptasi dengan lingkungan yang terbatas sehingga dapat menekan masalah psikis seperti merasa menyesal, tidak berguna, malu dengan perbuatan yang dilakukan dan rasa kurang dihargai. Mereka merasa hidupnya menjadi kurang bermakna. Wawancara awal telah dilakukan di Rutan Kelas IIB Boyolali kepada 8 warga binaan baru yaitu bapak-bapak pensiunan pegawai dan beberapa sudah menginjak usia remaja akhir yang merupakan pelaku tindak kriminal perjudian. Awal mulanya warga binaan ini sedang bermain judi koprok di sekitar komplek rumah mereka, sebenarnya perjudian ini telah berlangsung sudah cukup lama dari beberapa tahun belakangan ini, dengan mereka membayar sejumlah uang kepada oknum aparat negara. Namun hari itu mereka tidak bisa membayar karena uang yang terkumpul masih kurang dari biasanya, sehingga oknum aparat tersebut akhirnya melaporkan mereka kepada pihak berwajib. Saat berada di rutan inilah mereka semakin merasa kebebasannya telah hilang dan hidupnya tidak bermakna sama sekali.

Kebermaknaan hidup merupakan seluruh keyakinan serta cita-cita yang paling mulia yang dimiliki oleh seseorang dan dengan keyakinan itulah seseorang dapat menjalankan misi kehidupan melalui sikap dan perilaku yang bertanggung jawab dan berbudi luhur. Bastaman (2005) menyatakan bahwa makna hidup dan hasrat untuk hidup bermakna merupakan motivasi utama manusia untuk meraih taraf kehidupan yang bermakna. Kebermaknaan hidup sebagai keadaan sejauh mana seseorang telah mengalami dan menghayati kepentingan keberadaan hidupnya menurut sudut pandang dirinya sendiri (Bastaman, 2005). Faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup adalah kualitas insani, *encounter* dan

pemenuhan nilai-nilai kehidupan dalam mengatasi, menerima dan menemukan makna dari penderitaan. Keberhasilan individu mengembangkan penghayatan hidup bermakna dilakukan dengan menyadari dan mengaktualisasikan potensi-potensi kualitas insani melalui berbagai kegiatan yang terarah pada pemenuhan makna hidup. Bentuk aktualisasi dari berbagai potensi kualitas insani yang langsung berkaitan dengan masalah penemuan makna hidup merupakan wujud penerimaan diri. Karena dengan memiliki penerimaan diri akan dapat mengembangkan diri ke arah gambaran yang sesuai dengan keinginan dan mampu melakukan komitmen dengan hal-hal seperti nilai-nilai yang dianggap penting dan bermakna untuk dipenuhi, sebab setiap individu memiliki tanggung jawab mengembangkan dirinya dan menemukan makna hidupnya. Apabila makna hidup ini berhasil ditemukan dan dipenuhi akan menyebabkan hidup dirasakan bermakna dan berharga yang pada gilirannya akan menimbulkan perasaan yang bahagia. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kebahagiaan adalah ganjaran atau akibat samping dari keberhasilan seseorang memenuhi makna hidup (Bastaman, 2007).

Untuk memperbaiki kondisi warga binaan yang hidupnya merasa kurang bermakna tersebut maka dilakukan program psikodrama sebagai bentuk prevensi. Psikodrama adalah upaya pemecahan masalah melalui drama. Menurut Kiper & Roosevelt (dalam Sari, 2017) teknik psikodrama adalah satu cara yang unik dengan berbicara melalui gerakan tubuh, memberlakukan fisik kepada pengalaman masa lalu yang dibawa ke masa sekarang, yang memungkinkan protagonis untuk memproses kenangan dengan bimbingan pemimpin dan partisipasi anggota kelompok. White *et al* (dalam Sari, 2017) menyebutkan bahwa psikodrama dapat menambah sikap positif orang dewasa dengan meningkatnya

rasa penerimaan diri, pengendalian diri, dan proses sosialisasi.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan diatas, maka program psikodrama ini perlu diberikan kepada warga binaan untuk meningkatkan kebermaknaan hidupnya. Oleh karena itu rumusan masalahnya adalah apakah psikodrama dapat meningkatkan kebermaknaan hidup pada warga binaan di Rutan Kelas IIB Boyolali". Tujuan diadakannya program ini sendiri adalah untuk mengetahui pengaruh psikodrama pada kebermaknaan hidup para tahanan baru.

## 2. Metode

Langkah awal yang dilakukan adalah dengan mengamati permasalahan yang ada pada warga binaan, kemudian melakukan studi pustaka dengan mencari informasi terkait dengan permasalahan yang ada, setelah diidentifikasi, selanjutnya ditetapkan tujuan dari penelitian ini sendiri. Setelah itu, dilakukan wawancara yang mengedepankan beberapa aspek yaitu pemahaman diri, makna diri, pengubahan sikap, keikatan diri, kegiatan terarah, serta dukungan sosial (Pramesti, 2021). Subjek yang terlibat adalah 13 warga binaan yang baru masuk dan menghadapi masa mapenaling (masa pengenalan lingkungan). Data dari wawancara selanjutnya dianalisis lebih lanjut untuk mengetahui bagaimana kebermaknaan hidup pada warga binaan. Setelah itu dilakukan program psikodrama agar mampu meningkatkan kebermaknaan hidup.

Psikodrama sendiri dilakukan 45 menit selama 2 hari. Psikodrama ini sendiri menggunakan naskah modifikasi Atang Sontani berjudul "Sayang ada orang lain" yang menceritakan mengenai kisah seorang penjudi dan dampak yang terjadi dalam kehidupannya setelah ia berjudi. Psikodrama ini dipilih karena sesuai dengan keadaan mayoritas warga binaan yang juga

merupakan seorang penjudi. Cerita tersebut dibawakan dengan ringan dan dibalut dengan candaan sehingga mudah diterima.

Untuk mengetahui efek pemberian psikodrama maka perlu dilakukan pengukuran dengan skala kebermaknaan hidup. Skala kebermaknaan hidup dibuat oleh Pramesti (2021) berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Bastaman (2007). Pengukuran dilakukan 2 kali, yaitu sebelum diberikan psikodrama dan 1 hari setelah psikodrama dilakukan. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis secara statistik dengan menggunakan statistik non parametrik *wilcoxon rank test*. Analisis ini digunakan karena untuk mengetahui perbedaan kebermaknaan hidup warga binaan sebelum dan setelah program psikodrama diberikan dan karena jumlah subjek hanya 13 orang.

### 3. Hasil dan Pembahasan

Sejak awal perencanaan dan penyusunan program psikodrama ini telah melibatkan mitra guna mengetahui secara pasti masalah yang dihadapi, sehingga selama kegiatan berlangsung dapat berjalan lancar dan sesuai prosedur. Pelaksanaan kegiatan psikodrama di Rumah Tahanan Negara Boyolali kelas IIB sebagai upaya untuk meningkatkan kebermaknaan hidup para warga binaan.

Program psikodrama ini melalui 2 tahap, yaitu tahap persiapan dan tahap

pelaksanaan. Pada tahap persiapan, tim mempersiapkan panduan wawancara untuk mengetahui permasalahan yang dimiliki oleh warga binaan kasus perjudian yang masih baru. Selanjutnya tim juga mempersiapkan instrumen pengukuran berupa skala kebermaknaan hidup untuk mengetahui tingkat kebermaknaan hidup warga binaan sebelum (*pre-test*) dan setelah diberikannya program psikodrama (*post-test*) serta skenario materi drama yang akan dilaksanakan.

Pada tahap pelaksanaan diawali dengan melakukan asesmen kepada para warga binaan baru untuk mengetahui kebermaknaan hidup warga binaan baru dan mereka juga diminta untuk mengisi skala kebermaknaan hidup sebagai *pre-test*. Kemudian dari hasil *pre-test* tersebut menunjukkan bahwa tahanan baru memiliki tingkat kebermaknaan hidup yang rata-rata sedang. Selanjutnya tim menyusun program psikodrama untuk membantu warga binaan baru tetap fokus pada hal-hal yang penting dan bermakna bagi mereka. Selanjutnya dilakukan sesi latihan psikodrama secara berkala dalam kurun waktu satu minggu, dimana warga binaan baru dapat berpartisipasi aktif dalam proses eksplorasi diri, saling mendukung, memahami dan menghargai satu sama lain, dan memperkuat keterhubungan.



Gambar 1. Latihan Psikodrama

Tahap pelaksanaan pementasan psikodrama dilaksanakan pada tanggal 22 Februari 2024 di blok A. Para warga binaan baru menampilkan pentas psikodrama yang diadaptasi dari naskah berjudul "Sayang Ada Orang Lain" karya Utuy Tatang Sontani dihadapan para narapidana yang ada di Blok A Rutan Boyolali. Pementasan berjalan dengan lancar disertai dengan gelak-tawa para penonton. Para warga binaan diberi kesempatan untuk mengungkapkan dan mengeksplorasi berbagai aspek kehidupan

mereka, termasuk harapan, mimpi dan tantangan yang dihadapi. Psikodrama dilakukan 2 kali selama 45 menit untuk tiap pementasan.

Setelah pelaksanaan pementasan psikodrama, para warga binaan kembali diberikan skala kebermaknaan hidup sebagai *post-test* untuk mengevaluasi dampak program tersebut. Perbandingan Skor *pre-test* dan *post-test* kebermaknaan hidup warga binaan di Rutan Kelas IIB Boyolali dapat dilihat dari tabel 1.

**Tabel 1 Skor Kebermaknaan Hidup.**

No	Subjek	Skor <i>Pre-test</i>	Skor <i>Post-test</i>
1.	W	80 (Tinggi)	89 (Sangat Tinggi)
2.	MI	80 (Tinggi)	91 (Sangat Tinggi)
3.	N	79 (Sedang)	92 (Sangat Tinggi)
4.	K	85 (Tinggi)	92 (Sangat Tinggi)
5.	HW	70 (Sedang)	94 (Sangat Tinggi)
6.	YP	80 (Tinggi)	84 (Tinggi)
7.	IS	79 (Sedang)	83 (Tinggi)
8.	HS	74 (Sedang)	89 (Sangat Tinggi)
9.	WR	74 (Sedang)	85 (Tinggi)
10.	R	79 (Sedang)	92 (Sangat Tinggi)
11.	T	80 (Tinggi)	89 (Sangat Tinggi)
12.	KS	79 (Sedang)	90 (Sangat Tinggi)
13	G	70 (Sedang)	80 (Tinggi)
Rata-rata		77,6 (Sedang)	88,5 (Sangat Tinggi)

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa warga binaan baru mengalami peningkatan skor *post-test* dibandingkan dengan skor *pre-test*, yaitu sekitar 10,9 lebih tinggi dari *pre-testnya*, hal ini menunjukkan peningkatan kebermaknaan hidup setelah pelaksanaan kegiatan psikodrama. Berdasarkan hasil analisis *wilcoxon rank test* juga menunjukkan ada perbedaan yang sangat signifikan pada kebermaknaan hidup warga binaan setelah psikodrama diberikan. Hal ini dapat dilihat dari nilai  $z = -3,190$ ;  $p = 0,001$  ( $p < 0,01$ ). Dengan demikian psikodrama dapat meningkatkan kebermaknaan hidup pada warga binaan Kelas IIB Boyolali secara sangat signifikan. Hasil analisis ditunjukkan pada tabel 2.

**Tabel 2. Hasil analisis statistik**

Tes Statistics <sup>a</sup>	
Z	-3,190 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001
<i>a. Wilcoxon Signed Ranks Test</i>	
<i>b. Based on negative ranks.</i>	

Hasil menunjukkan adanya peningkatan yang sangat signifikan dalam tingkat kebermaknaan hidup para warga binaan setelah mengikuti psikodrama. Hal ini mengindikasikan bahwa program psikodrama telah berhasil meningkatkan kebermaknaan hidup dimiliki para warga binaan. Materi dalam psikodrama dengan menggunakan potongan naskah "Sayang

Ada Oranglain” yang dipilih mampu memenuhi aspek-aspek kebermaknaan hidup, yaitu pemahaman diri, makna diri, pengubahan sikap, keikatan diri, kegiatan terarah, serta dukungan sosial (Pramesti, 2021). Subjek merasakan adanya manfaat dari pementasan psikodrama tersebut. Mereka merasa lebih mampu dan tidak perlu malu dengan teman-temannya. Materi psikodrama sesuai dengan kondisi mereka sehingga lebih memberikan kesadaran tentang perbuatan yang sudah dilakukan di masa lalu, yang membuat mereka ingin memperbaiki diri. Subjek-subjek mengalami peningkatan yang signifikan menjadi sangat tinggi, hal ini menunjukkan bahwa kegiatan psikodrama memberikan dampak positif pada warga binaan.

Wawancara dengan sejumlah warga binaan di Rumah Tahanan Negara Boyolali

mengungkapkan beragam faktor yang berkontribusi pada tingkat kebermaknaan hidup yang mereka rasakan, meskipun berada dalam situasi penahanan. Wawancara dengan salah satu tahanan baru berinisial YP mengatakan :

“Bagi saya, keluarga, terutama anak-anak saya, adalah sumber utama kebermaknaan hidup. Meskipun saya berada di sini, pikiran saya selalu tertuju pada mereka. Mereka memberi saya alasan untuk terus bertahan dan melakukan yang terbaik. Selain itu, saya memiliki teman-teman yang membuat merasa tidak sendirian. Hal ini menjadikan kami saling mendukung dan menguatkan satu sama lain, dan itu membuat hari-hari di rumah tahanan terasa lebih bermakna”.



Gambar 2. Pelaksanaan Pementasan Psikodrama

Program ini juga memberikan kesempatan bagi warga binaan untuk mengungkapkan dan mengeksplorasi berbagai aspek kehidupan mereka, serta memberikan dukungan sosial dan pemahaman diri.

#### 4. Simpulan

Program psikodrama dengan menggunakan naskah “Sayang Ada Oranglain” di Rumah Tahanan Negara

Boyolali kelas IIB telah berhasil meningkatkan kebermaknaan hidup para warga binaan baru, khususnya kasus perjudian. Hal ini diperkuat dengan hasil pengukuran skala kebermaknaan hidup yang menunjukkan terjadinya peningkatan kebermaknaan hidup dari tingkat sedang menjadi sangat tinggi. Kedepannya diharapkan psikodrama dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif program prevensi atau intervensi untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada warga binaan.

## 5. Referensi

- Bastaman, H. D. (2005). Makna Hidup dan Hidup Bermakna. *Jurnal Psikologi*, 1(2), 75- 84.
- Bastaman, H. D. (2007). *Psikologi Untuk Kebahagiaan*. Grasindo.
- Lopuhaa, F. A. (2021). *Psikodrama Terapi*. Osf Preprints.
- Pramesti, N. O. (2021). Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Semarang. *Doctoral dissertation*. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Sari, S. P. (2017). Teknik Psikodrama dalam Mengembangkan Kontrol Diri Siswa. *Jurnal Fokus Konseling*, 3 (2), 123-137.