

Rasa Syukur dalam Keterbatasan: Sebuah Makna Warga Belajar Pendidikan Nonformal di Lembaga Pemasyarakatan

¹Moh. Fikri Tanzil Mutaqin, ²Hidayatullah Haila, ³Sudadio
^{1,2,3} Pendidikan Non Formal, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa
netfikri8@gmail.com

ABSTRACT

Fenomena serius dan kompleks pada warga belajar pendidikan kesetaraan dengan status narapidana, karena kehidupan dipenjara memiliki dinamika yang berkaitan dengan kondisi psikologis, fisik, maupun lingkungan sosial. Serta terjadinya perubahan kultur kehidupan saat di lembaga pemasyarakatan dengan kultur sebelumnya. Kondisi umum dinamika kehidupan di lembaga pemasyarakatan berpotensi memicu menurunnya kualitas kesehatan mental, kebahagiaan, dan kepuasan hidup narapidana. Artikel ini menyelidik secara eksploratif dengan grounded teori approach mengungkap cara narapidana memandang kebersyukuran dalam kondisi keterbatasan. Pembahasan menggunakan konstruksi teori Man's Search for Meaning yang dipopulerkan oleh Victor E. Frankl. Hasil eksplorasi menunjukkan bahwa kehadiran pendidikan kesetaraan membuat pandangan narapidana lebih konstruktif, dimana perasaan bersyukur menjadi makna yang ada dalam kondisi keterbatasan.

Kata Kunci: Kebersyukuran, Narapidana, Pendidikan Kesetaraan

Gratitude in Limitations: A Meaning of Citizens Learning Non-Formal Education in Prisons

¹Moh. Fikri Tanzil Mutaqin, ²Hidayatullah Haila, ³Sudadio
^{1,2,3} Pendidikan Non Formal, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa
netfikri8@gmail.com

ABSTRACT

A serious and complex phenomenon in citizens learning equality education with prisoner status, because life in prison has dynamics related to psychological, physical, and social conditions. As well as the change in the culture of life while in prison with the previous culture. The general condition of the dynamics of life in prisons has the potential to trigger a decline in the quality of mental health, happiness, and life satisfaction of prisoners. This article investigates exploratively with a grounded theory approach to reveal how inmates view gratitude in conditions of limitations. The discussion uses the construction of the theory of Man's Search for Meaning popularized by Victor E. Frankl. The results of the exploration show that the presence of equality education makes the prisoners' views more constructive, where feelings of gratitude become meanings that exist in conditions of limitations.

Keywords: *Gratitude, Inamtes, Equality educations.*

LATAR BELAKANG

Saat ini lembaga pemasyarakatan sebagai penyelenggara rehabilitasi sosial perlu melaksanakan integrasi dengan pembimbingan dan pendidikan. Secara International berbagai negara juga mengenal dengan adanya *integrated criminal justice system* untuk proses rehabilitasi sosial pada narapidana. Adapun prosesnya dapat diintegrasikan dengan berbagai macam program seperti dengan pendidikan vokasi, dan bimbingan keagamaan ataupun dengan pendidikan alternatif. Indonesia merupakan negara yang melaksanakan sistem rehabilitasi terintegrasi dimana salah satunya dengan pendidikan alternatif. Adapun konteks pendidikan alternative di Indonesia dikenal dengan pendidikan kesetaraan yang didalamnya menjalankan fungsi pengganti dan alternatif dari pendidikan sekolah. Pemerintahan Indonesia telah mengakui keberadaan pendidikan alternatif atau yang dikenal dengan pendidikan kesetaraan sebagaimana tertuang dalam Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional No.20 Tahun 2003 adapun secara eksplisit ditegaskan bahwa pendidikan kesetaraan merupakan bagian program daripada jalur pendidikan nonformal. Saat ini kecenderungan pendidikan kesetaraan difungsikan untuk masyarakat dengan kebutuhan-kebutuhan yang tidak bisa dipenuhi oleh jalur pendidikan formal. Dapat pendidikan kesetaraan juga dikenal untuk memberikan akses kepada mereka yang jauh dari akses sekolah formal, tidak memiliki biaya yang cukup, dan karena persoalan sosial seperti orang yang harus memilih kerja dibANngkan sekolah atau orang yang sedang dipenjara dan tidak bisa mengakses pendidikan formal. Jika melihat fungsi dan keberadaannya kita dapat mengatakan bahwa terdapat cita-cita yang konstruktif dalam memberikan kesempatan belajar bagi orang-orang yang pernah putus sekolah dan tidak mampu mengikuti pendidikan formal. Kita dapat menangkap cita-cita tersebut dalam pendapat yang disampaikan oleh (Rosmilawati, 2018) bahwa pendidikan kesetaraan dilakukan sebagai sebuah usaha transformasi manusia ke arah yang lebih baik melalui proses pembelajaran.

Upaya transformasi konstruktif pendidikan kesetaraan sangat terlihat dari program yang diselenggarakan dalam memenuhi akses pendidikan bagi sebagian orang yang berada pada kondisi terbatas (*disadvantage condition*) seperti narapidana dengan keberadaan

situasi lembaga pemasyarakatan yang terbatas mendapatkan akses-akses pendidikan formal. Kita dihadapkan pada realita yang terjadi pada narapidana usia remaja dimana mereka sangat rentan dengan fenomena putus sekolah ketika terjerat kasus hukum saat dalam masa usia sekolah atau mereka yang belum pernah berkesempatan merasakan wajib belajar dua belas tahun. Keberadaannya memberikan harapan dan peluang untuk mereka hidup dengan layak, karena tidak dapat dipungkiri bahwa saat ini kualifikasi memberikan kontribusi yang baik pada peningkatan ekonomi terutama untuk mendapatkan pekerjaan. Meskipun disisi lain kompetensi sangat penting untuk di miliki.

Permasalahan lain yang tidak dapat dipungkiri bahwa dalam pelaksanaan pendidikan kesetaraan belum bisa berjalan optimal seperti pendidikan formal, baik dalam kegiatan belajar mengajar atau kehadiran warga belajar yang pasang surut. Selain itu karena fungsinya merupakan pendidikan alternatif sering kali mengakibatkan minimnya perhatian pemerintah akan kehadiran pendidikan kesetaraan. Meskipun seharusnya hak dan kewajiban diberlakukan sama rata dengan pendidikan formal atau sekolah pada umumnya. Selain sekelumit persoalan kegiatan belajar mengajar ternyata terdapat fenomena yang lebih serius dan kompleks pada warga belajar pendidikan kesetaraan dengan status narapidana, karena sangat disadari kehidupan di lembaga pemasyarakatan memiliki dinamika permasalahan yang berkaitan dengan kondisi psikologis, fisik, maupun lingkungan sosial. Keadaan itu cukup wajar dialami oleh mereka ketika harus menikmati aktivitas yang jauh berbeda dengan kondisi sebelumnya dengan lingkungan yang bebas untuk melakukan aktivitas apapun, sehingga tekanan psikologis tidak terlalu berat seperti saat di lapas. Sedangkan lembaga pemasyarakatan merupakan tempat yang dapat menjadikan perasaan seseorang tidak bebas, kemudian hilangnya kebebasan menjadi akar permasalahan psikologis narapidana. Disamping perosalan kebebasan mereka juga memiliki permasalahan dalam kehidupan sosial seperti konflik antar individu, kesenjangan strata narapidana, terbatasnya komunikasi dengan keluarga, atau permasalahan mendapatkan posisi tempat tidur dan jatah makan. Selain itu penjaminan hak-hak yang seharusnya diterima oleh narapidana masih

belum maksimal didapatkan (Utami, 2017). Berada pada kondisi ini menjadi tantangan kehidupan yang mesti dihadapi oleh mereka selama beberapa bulan, tahun, atau bahkan seumur hidup. Kompleksitas itu menunjukkan bahwa kehidupan di lembaga pemasyarakatan memiliki karakter yang termarginalkan, artinya hidup dalam keadaan yang serba terbatas.

Kondisi umum dinamika kehidupan di lembaga pemasyarakatan berpotensi memicu menghilangkan atau menurunnya kualitas kesehatan mental, kebahagiaan, dan kepuasan hidup narapidana. Seperti yang ditunjukkan pada penelitian (sumber-sumber) bahwa kehidupan narapidana identik dengan negatif affect. Kecemasan juga menjadi persoalan yang sering dijumpai pada narapidana, bahkan terjadi pada narapidana yang menjelang bebas (Kusumaningsih, 2016). Meskipun saat ini sistem hukuman telah berubah arah dari tempat pemenjaraan dengan kehidupan yang menyeramkan kini di desain lebih manusiawi. Akan tetapi desain yang lebih manusiawi belum menjamin kebahagiaan narapidana karena tempat tersebut selalu dikaitkan dengan proses mengisolasi seseorang dari lingkungan masyarakat umum. Sekali lagi perubahan orientasi tersebut belum dapat menjadi solusi untuk mengurangi persoalan-persoalan kehidupan sosial, kesehatan fisik, dan juga kesejahteraan psikologis narapidana. Masih terdapat banyak di antara mereka yang mengalami keadaan yang tidak menyenangkan dan berada dalam kecemasan yang tinggi.

Meskipun demikian, bahwa setiap orang dapat menjalani kehidupan dengan caranya masing-masing baik dalam kondisi zona nyaman atau tersandera. Menghadapi situasi yang sulit tidaklah mudah, perlu sebuah strategi yang memiliki *cultivation* yang tinggi agar tidak selalu terbawa arus permasalahan-permasalahan tersebut. Strategi itu dapat dilakukan dengan berbagai macam cara baik melalui *coping strategy*, *resiliensi*, atau *meaningfull life* (sumber-sumber). Bahkan dalam sebuah peristiwa yang terjadi pada saat perang dunia ke-II dimana orang-orang yang tidak sepahaman harus di karantina lengkap dengan siksaan di sebuah kamp konsentrasi Nazi, Frankl adalah salah satunya. Dimana setelah ia berhasil keluar dan selamat dari kamp itu ia dapat mengatakan bahwa kebahagiaan juga dapat dilakukan dengan cara menikmati kesakitan (Frankl, 2006). Atau

filosof Epicurus yang meyakini bahwa kebahagiaan dapat ditempuh dengan menunda kesakitan (Epicurus, 2019), meskipun Epicurus lebih banyak mengatakan konsepnya yang mengarah pada "*kebahagiaan hedonis*". Argumen mereka tentunya bukan sebuah usulan tentang hidup bahagia dengan mencari kesakitan, akan tetapi konteks yang lebih penting adalah bagaimana sikap bersyukur dapat diaplikasikan ketika hidup dalam keterbatasan sehingga memperoleh kebahagiaan yang bermakna. Bersyukur tidak lepas dari proses memaknai kehidupan. Dalam hal ini bersyukur dapat diartikan sebagai cara menyikapi pemberian berharga dan bermakna. Juga dapat dikatakan *gratitude* menurut (Froh dkk., 2011) ditandai dengan perasaan kagum, bangga, mengucap syukur dan memberi makna atas peristiwa kehidupan.

Konsep bersyukur merupakan sebuah kesadaran akan peristiwa, kondisi, dan apa saja yang terjadi, kesadaran tersebut dibarengi dengan sikap menerima segala kebaikan dan bersikap tidak menyalahkan atas kondisi yang paling tidak diinginkan. Meskipun seseorang pada situasi *disadvantage condition* seperti menjadi narapidana seharusnya mereka dapat memaknai tentang banyaknya kenikmatan yang diterima dibANngkan dengan kesulitannya. Seperti contohnya mereka masih diberi kesempatan untuk melanjutkan sekolah meskipun di dalam penjara. Jika bersyukur dikatakan sebagai sebuah makna, demikian pula kebahagiaan. Maka diperkenalkan sebuah konsep kebahagiaan "*eudemonic*", konsep tersebut sangat dipengaruhi perannya oleh makna hidup. Ketika seseorang memaknai peristiwa dengan pikiran yang positif maka kebahagiaan akan didapatkan. Prinsip yang sangat relevan dengan keadaan narapidana yang kehilangan kebebasan karena sedang menjalani kehidupan di lapas. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk menjalani kehidupan di lapas adalah dengan melaluinya penuh rasa syukur.

Berbagai persoalan mengani kondisi psikologis umumnya diungkap dari mereka yang menjadi narapidana tidak spesifik terjadi bagi mereka yang juga menjadi warga belajar pendidikan kesetaraan di lembaga pemasyarakatan. Jika hanya melihat di permukaan agaknya kedua elemen ini seolah berbeda, seperti dua permukaan yang berada dalam satu tempat yakni pendidikan kesetaraan

dengan proses sebuah sekolah serta narapidana identik dengan lembaga pemasyarakatan. Akan tetapi kita mesti menelisik pada aktivitas yang lebih mendalam daripada pendidikan kesetaraan yang diselenggarakan di lembaga pemasyarakatan memiliki nilai unik yang perlu di ungkap. Warga belajar sebagai subjek yang berada di lembaga pemasyarakatan tentu memiliki persoalan yang serupa, karena pada dasarnya kedua elemen ini merupakan integrasi pada sebuah tempat dengan situasi dan permasalahan yang serupa. Seperti yang telah disebutkan sebelumnya bahwa prinsip pemerataan saat ini mesti terintegrasi dengan proses pendidikan, untuk itu keduanya merupakan sebuah kesatuan jika narapidana menjalani pendidikan di lapas. Melihat kondisi tersebut maka dalam artikel ini berusaha mengungkap bagaimana sikap bersyukur sebagai sebuah makna kebahagiaan pada warga belajar pendidikan kesetaraan di lembaga pemasyarakatan.

Sikap bersyukur sebagai konstruksi *meaning*

Konsep bersyukur (*gratitude*) yang dimiliki oleh manusia merupakan bagian dari rasa terima kasih atas segala kebaikan yang diterima pada situasi tertentu (Emmons & Crumpler, 2000). Sikap bersyukur yang baik adalah yang berfokus pada hubungan sosial, spiritual, dan keterbukaan hati untuk mengapresiasi hal-hal baik yang dirasakan (Budiman, 2018). Maka dapat diartikan rasa bersyukur adalah sebuah ungkapan yang sangat bernilai kepada Tuhan, atau kepada siapa saja yang memberikan hal baik. Ungkapan tersebut dapat berbeda-beda, jika dalam sudut pandang agama biasanya diungkapkan dalam bentuk doa kepada Tuhan. Khususnya bagi umat Muslim rasa syukur dapat diungkapkan dengan ritual keagamaan karena secara umum ungkapan rasa terimakasih tersebut menjadi bagian nilai yang tertinggi dalam kepercayaan umat Muslim (Al-Seheel, 2014).

Bersyukur juga tidak lepas dari proses memaknai kehidupan. Adapun setiap orang dapat memaknai setiap peristiwa yang terjadi baik peristiwa menyenangkan sekalipun menyakitkan dalam hati dan perasaannya seseorang dapat menilai bahwa hal itu merupakan pelajaran berharga yang tidak bisa didapatkan. Karena terkadang banyak diantara kita yang berfikir sebuah kesakitan merupakan

masalah, tetapi bagi orang-orang yang memegang makna dalam peristiwa akan memiliki sudut pandang berbeda akan masalah. Dalam hal ini bersyukur dapat diartikan sebagai cara menyikapi pemberian berharga dan bermakna. Juga dapat dikatakan bahwa *gratitude* menurut (Froh dkk., 2011) ditandai dengan perasaan kagum, bangga, dalam proses mensyukuri seseorang akan membawa sebuah makna dari setiap peristiwa kehidupan. Berkaitan dengan makna kehidupan dan konsep bersyukur, diceritakan oleh Viktor E. Frankl dalam sejarah hidupnya pada saat penahanan di kamp konsentrasi Nazi. Ia berhasil keluar dari berbagai situasi yang menyakitkan, tetapi Frankl dapat bertahan karena ia memaknai setiap kejadian yang menimpanya. Proses memaknai yang ditunjukkan oleh Frankl pada saat itu tidak lepas dari sikap bersyukur.

Konsep makna (*meaning*) yang terkenal dalam bukunya *Man's Search for meaning* Frankl (2006) tersirat bahwa terdapat sikap *gratitude* yang ditunjukkan oleh Frankl selama masa-masa itu. Dalam literatur tersebut ia menceritakan setiap penderitaan yang dialami selama masa penahanan di kamp konsentrasi Nazi, berbagai penyiksaan terus di lancarkan kepada orang-orang yang berada di kamp tersebut, menjadi pekerja rodi, tidur yang bertumpuk, belum lagi keberadaan ruang gas pembakaran yang mengintai para tahanan. Kejadian ini terus berlarut-larut sepanjang masa perang dunia ke-2. Frankl bertahan dan mencoba menjadi orang yang kuat ditengah penyiksaan, cukup jelas dari berbagai penggalan ungkapan Frankl saat itu yang mengatakan bahwa terkadang kita perlu merasakan sakit untuk merasakn bahagia, secara implisit kita bisa menangkap ini merupakan sebuah sikap memaknai peristiwa tersakit dengan cara mensyukuri apa yang telah didapatkan.

Konsep lainnya yang termasyhur yaitu logoterapi, bahwa setiap manusia perlu memiliki makna bagi keberadaanya. Hadirnya manusia di level kehidupan yang kental dengan eksistensi dan keberadaan yang tampak maupun yang tidak maka tidak lain adalah karena kehadiran makna. Bahkan menurutnya jika makna tidak terpenuhi oleh manusia, maka bersiap-siap harus mengalami "frustasi eksistensial". Ketika tidak terpenuhinya alam makna pada diri manusia akan bisa mengarahkan manusia pada neurosis dengan pelarian dari kebebasan dan tanggung

jawab (Misiak & Sexton, 2009). Menginternalisasi pendapat Frankl dalam naskahnya sangat mungkin terdapat sikap-sikap seperti bersyukur yang dikuasai oleh *meaning*, tidak cukup banyak orang yang menikmati penderitaan dalam hal ini Frankl berhasil menemukannya.

“Jika hidup benar-benar memiliki makna, maka harus ada makna di dalam penderitaan. Karena penderitaan merupakan bagian tak terpisahkan dari kehidupan manusia. Meskipun penderitaan itu merupakan nasib dalam bentuk kematian, tanpa penderitaan manusia tidak akan sempurna” (Frankl, 2006).

Selain konsep implisit tentang *gratitude* pada literatur Frankl, saat ini juga *Gratitude* banyak di bahas dalam kajian psikologi era ketiga, yaitu psikologi positif. Konsep *gratitude* dalam psikologi positif banyak dikaitkan dengan emosi manusia tentang menerima kebaikan dari usaha yang telah dilakukan. Seperti yang dibahas dalam Lopez (2009) bahwa kemunculan *gratitude* merupakan bagian dari emosi atas pengalaman, serta sebuah sikap dalam melihat semua yang telah diberikan. Bahkan sejumlah peneliti mengatakan keberadaan *gratitude* dapat memberikan dampak positif terhadap *subjective well-being* dan lebih spesifik terhadap *life satisfaction* (Emmons & Crumpler, 2000; Park, dkk 2019).

Konteks

Lembaga pemasyarakatan merupakan salah satu tempat untuk membina narapidana untuk dapat memperbaiki diri agar ketika berada di masyarakat dapat diterima dengan baik dan menjadi seperti masyarakat pada umumnya. Proses pembinaan yang dilakukan oleh lembaga pemasyarakatan cukup beragam seperti pelatihan untuk kecakapan hidup, bimbingan rohani, keterampilan, pelatihan vokasi juga pendidikan kesetaraan. Warga binaan diharuskan memilih satu diantara program-program yang telah disediakan oleh lembaga pemasyarakatan. Termasuk juga program pendidikan kesetaraan bagi warga binaan yang putus sekolah atau belum pernah menamatkan pendidikan tingkat dasar. Konteks ini cukup penting untuk diangkat, selain keberadaannya yang cukup termarginalkan (berada pada pengasingan masyarakat luar) juga kondisi psikologis mereka yang tidak begitu baik.

METODOLOGI

Artikel ini merupakan bagian dari penelitian yang telah dilakukan pada tesis yang membahas topik kesejahteraan subjektif warga belajar pendidikan kesetaraan di lembaga pemasyarakatan. Data digali subjek pilihan melalui wawancara mendalam pada dua orang warga belajar selama lima kali pertemuan. Kedua warga belajar tersebut merupakan narapidana yang menjalani hukuman di lembaga pemasyarakatan Pemuda Kelas II A Kota Tangerang. Kedua subjek tersebut akan banyak di ceritakan dengan nama SI dan AN yaitu identitas yang disamarkan untuk kepentingan keamanan dan kerahasiaan. Secara spesifik pada bagian kajian ini dianalisis berdasarkan konstruksi teori *Man's search for meaning* “Victor E. Frankl” yang mengambil intisari konsep bersyukur dan konsep kebahagiaan dalam situasi terbatas. Sudut pandangan ini sangat relevan untuk menganalisis kedua responden yang hidup dalam sebuah kamp atau lembaga pemasyarakatan, dimana pendekatan teori ini didalamnya mengungkap sebuah usaha mendapatkan kebahagiaan dikala keterbatasan menghampiri dengan memiliki makna (*meaning*). Refleksi sebagai pertanggungjawaban peneliti perlu diungkapkan, dalam hal ini peneliti menyadari bahwa kajian kesejahteraan subjektif merupakan kajian baru. Selain itu pekerjaan yang berurusan dengan pendidikan kesetaraan cukup erat kaitannya dengan peneliti.

DISKUSI DAN PEMBAHASAN

Permasalahan yang menimpa SI dan AN selama ini menjadi sebuah pengalaman hidup yang di tandai dengan sikap bersyukur untuk setiap kondisi yang terjadi. Situasi tersebut mengingatkan pada sebuah pengalaman hidup Victor E. Frankl, ia merupakan seorang tahanan yang selamat dan keluar kamp konsentrasi Nazi yang penuh dengan kekejaman dan penderitaan. Hal yang luar biasa baginya dalam perjalanan hidupnya adalah ia dapat melewati peristiwa pahit dan tidak menjadikan dirinya hancur. Bahkan ia dapat menghasilkan karya fenomenal yang terinspirasi dari pengalaman hidupnya, karya tersebut kita kenal dalam naskah berjudul *Man's Search for Meaning*.

Naskah tersebut menceritakan Viktor dan keluarganya ditahan di kamp konsentrasi Auschwitz selama kurang lebih tiga tahun. Hari-

harinya penuh kekejaman fisik, kelaparan, wabah sakit, bahkan ancaman kematian yang mengintai setiap harinya. Victor Frankl dapat bertahan hidup di kamp konsentrasi karena ia memiliki karakter yang kuat dengan penuh tujuan hidup dan mensyukuri sembari memastikan dirinya mampu berdiri tegak di tengah penderitaan (Frankl, 2006). Berdasarkan cerita pahit Viktor tersebut dapat ditemukan bahwa sekalipun dalam kondisi tertindas, manusia seharusnya tetap bersyukur dan menjalani hidup dengan penuh makna. Karena dengan bersyukur sebagai proses untuk menemukan makna hidup adalah langkah besar untuk memiliki kebahagiaan yang berkesinambungan (Budiman, 2018). Cerita pada naskah tersebut mungkin akan memiliki kesamaan dengan apa yang dirasakan oleh SI dan AN, meskipun kadar penderitaannya tidak akan sebanding,

Kebersyukuran berawal dari kesadaran

Sebagai seorang narapidana yang ditahan dengan kurun waktu yang cukup lama ia merasa lebih merasa lebih senang, karena dengan keberadaan ia di lembaga pemasyarakatan ternyata itu membuat keduanya belajar tentang kehidupan. Meskipun begitu sebagai seorang manusia tentunya SI dan AN juga merasa sedih ketika pertama kali menerima putusan dari hakim. Akan tetapi perasaan sedih itu perlahan hilang ketika ia menyadari bahwa berada di penjara adalah bagian dari perjalanan hidup.

Menjadi narapidana bukanlah keinginan SI dan AN tetapi keduanya meyakini perjalanan hidup ini merupakan rencana Tuhan untuk menjadikannya berubah lebih baik. Keyakinan SI tersebut ternyata membuka peluang untuk meneruskan sekolah yang sempat terputus, meskipun ia harus sekolah di dalam jeruji besi tidak membuatnya patah semangat justru membuat ia bersyukur bahwa dalam lingkungan yang terbatas masih terdapat harapan untuk meneruskan cita-citanya melanjutkan sekolah pada jenjang SMA sederajat. Narasi mengenai rasa syukur (*gratitude*) diungkapkan pada saat wawancara pertama dengan SI, berikut kutipan wawancaranya.

(Wawancara SI) Ya betul (dulu pernah sekolah Formal), tetapi disini saya bersyukur saya bisa melanjutkan sekolah di Paket C.

Sedangkan bagi AN memaknai bersyukur adalah ketika ia mendapati situasi yang ia tidak

perkirakan sebelumnya. Dimana ia mengira bahwa lembaga pemasyarakatan merupakan tempat yang kejam dan tidak ada aktivitas seperti sekolah Selain itu ia juga merasa bersyukur bahwa orang-orang yang berada di lembaga pemasyarakatan adalah orang yang memiliki sifat baik juga. Berikut pernyataan AN tentang bersyukur saat ditanyakan tentang pengalaman yang berkesan selama belajar di pendidikan kesetaraan:

(Wawancara AN) Ya itu ngga nyangka juga ditangkap seperti ini, ya dibilangnya penjara serem lah, jahat-jahat gitu. Ya ngga nyangka juga ada pesantren dan sekolah Paket. Saya kira orang-orangnya pada jahat, Syukurnya baik-baik. Selama dikelas kita beradaptasi sama yang lain lain dari yang muda sampai yang tua.

Berdasarkan keterangan yang diberikan oleh mereka diperoleh kata kunci “rasa bersyukur” karena ia dapat merasakan bahwa keberadaannya saat ini di lembaga pemasyarakatan merupakan kehidupan yang harus dijalani. Kemudian bersyukur ketika mendapati situasi baik yang sebelumnya tak terduga olehnya ketika menjadi narapidana. SI dapat merasakan pendidikan dan menempa ilmu di program pendidikan kesetaraan (Paket C). Dimana sikap yang di tunjukan oleh SI dan AN merupakan sebuah sikap untuk mensyukuri atas peristiwa.

Adapun rasa syukur (*gratitude*) yang dimiliki oleh manusia merupakan bentuk rasa terima kasih dan rasa bahagia terhadap segala kebaikan yang diterima pada situasi tertentu (Emmons & Crumpler, 2000). Selain itu bersyukur tidak lepas dari proses memaknai kehidupan. Dalam hal ini *gratitude* secara luas dapat di representasikan sebagai cara melihat pemberian yang sangat berharga dan bermakna. Dapat dikatakan juga bahwa *gratitude* ditandai dengan perasaan subjektif seperti kekaguman, berterima kasih dan memaknai segala sesuatu yang diterima yang dapat memberikan manfaat lebih pada kesehatan mental. (Froh dkk., 2011).

Jika melihat beberapa rujukan mengenai manfaatnya, bahwa sebuah upaya bersyukur dan berterima kasih atas kehidupan dapat memberikan daya yang lebih positif untuk menangani kesulitan. Hal ini dikemukakan pada sebuah literatur bahwa upaya seseorang dalam mensyukuri memungkinkan seseorang membangun kesehatan mental serta dapat terhindar dari kondisi patologi psikologis

(Lopez, 2009). Selain itu disebutkan bahwa dengan seseorang memiliki rasa bersyukur dapat bermanfaat untuk membentuk *self-esteem* serta memungkinkan mengurangi kesepian (Corona dkk., 2019). Seperti yang telah dikemukakan pada tulisan sebelumnya bahwa kondisi psikopatologis, kemarahan, kesepian sangat berpotensi terjadi pada narapidana. Untuk itu upaya bersyukur pada narapidana menjadi cukup penting untuk dilakukan, dengan segala kondisi keterbatasan yang ada, setidaknya narapidana dapat memaknai setiap peristiwa dari situasi tertentu.

Pendidikan dalam Isolasi Jeruji Besi yang Membangun Rasa Syukur

Jika melihat kondisi pendidikan kesetaraan, dengan rasa penjara maka dapat di gambarkan bahwa keadaannya jauh dari kemerdekaan seperti di sekolah pada umumnya. Dimana situasi pendidikan di lembaga pemyarakatan yang di sekat oleh jeruji besi, serta tidak terdapat fasilitas yang pada umumnya dimiliki oleh sekolah formal. Maka kemampuan untuk bersyukur pada situasi tersebut memberikan pengaruh positif terhadap kualitas kehidupan atau kebahagiaannya. serta kemampuannya dalam mensyukuri keberadaan sekolah di lembaga pemyarakatan terungkap dalam hasil wawancara sebagai berikut:

(Wawancara SI) yang saya rasakan bahagia banget dah, namanya saya ada keinginan emang dari luar pengen masuk paket C. Kalo neglamar kerja kan harus punya ijazah. Eh, malah di penjara sekolahnya, jadi bersyukur kesempatan bagus buat saya belajar. Saya merasakan bahagia dan puasny disitu.

Melihat hal tersebut dapat dikatakan bahwa perasaan bahagia dan puas juga dapat dimiliki oleh orang-orang yang berada dalam lingkungan keterbatasan. Hal itu terjadi dari upaya mensyukuri keadaan yang ada saat ini. Sejalan dengan kondisi tersebut beberapa peneliti menemukan bahwa dengan bersyukur dapat memberikan suasana hati positif sehingga memberikan kesejahteraan psikologis, sosial, dan fisik (Emmons dkk, 2003; Walkins, dkk, 2003). Selain itu (Froh, dkk 2009).

Dalam konteks yang lebih spesifik rasa bersyukur yang dimiliki oleh manusia adalah sebagai cara untuk berterima kasih atas setiap peristiwa yang terjadi. Dimana dalam ungkapan

terima kasih terdapat nilai tertentu, yang biasa di sebut *meaningfull*. Aristoteles sebagai filsuf dan pemikir ternama mengungkapkan bahwa kebahagiaan yang sejati hanya akan dirasakan ketika manusia menjalani hidup dengan penuh arti. Senda yang telah disampaikan oleh Budiman (2018) bahwa kebahagiaan bukanlah kehidupan tanpa kesulitan, akan tetapi kebahagiaan merupakan proses mensyukuri hal positif di tengah sulitnya hidup.

SIMPULAN

Sekolah yang hadir pada lingkungan lembaga pemyarakatan memberikan kebermanfaatan yang positif terhadap narapidana, khususnya bagi mereka yang putus sekolah melalui pendidikan kesetaraan. Dimana narapidana yang putus sekolah dapat memanfaatkan waktu selama menjalani hukuman untuk meningkatkan kompetensi dan kualifikasi pendidikannya. Disisi lain kehadiran sekolah memberikan dukungan psikologis, sehingga permasalahan kesehatan mental yang sering terjadi pada narapidana dapat terurai. Juga yang menjadi argumen utama pada penelitian ini adalah bahwa narapidana yang mengikuti pendidikan kesetaraan dapat mempromosikan rasa syukur (*gratitude*), meskipun demikian kondisi tersebut perlu melalui tahapan kesadaran dan penerimaan kondisi mereka yang berstatus sebagai narapidana. Meskipun demikian keterbatasan penelitian ini yaitu yang hanya mengeksplorasi cakupan narapidana pemuda serta dengan sudut pandang teori Man Search for Meaning, untuk itu memungkinkan dilakukan riset lanjutan dengan sudut pandang teori lain, serta responden yang lebih luas seperti pada lembaga pemyarakatan anak dan atau lembaga pemyarakatan perempuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Seheel, A. Y. (2014). Gratitude Intervention and Happiness: An Experimental Investigation on IIUM Students. *In Proceeding 8 International Postgraduate Research Colloquium (PRC)*, 22, 12.
- Budiman, W. (2018). *Finding Sustainable Happiness*-. PT Elex Media Komputindo.
- Corona, K., Senft, N., Campos, B., Chen, C., Shiota, M., & Chentsova-Dutton, Y. E. (2019). Ethnic variation in gratitude and

- well-being. *Emotion*.
<http://dx.doi.org/helicon.vuw.ac.nz/10.1037/emo0000582>
- Emmons, R. A., & Crumpler, C. A. (2000). Gratitude as a human strength: Appraising the evidence. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19*(1), 56–69.
<https://doi.org/10.1521/jscp.2000.19.1.56>
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(2), 377–389.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.2.377>
- Epicurus, E. (2019). *The Art of Happiness* (C. F. Permata, Penerj.). Basabasi.
- Frankl, V. E. (2006). *Man's Search For Meaning*. Beacon Press.
- Froh, J. J., Fan, J., Emmons, R. A., Bono, G., Huebner, E. S., & Watkins, P. (2011). Measuring gratitude in youth: Assessing the psychometric properties of adult gratitude scales in children and adolescents. *Psychological Assessment, 23*(2), 311–324.
<https://doi.org/10.1037/a0021590>
- Froh, J. J., Yurkewicz, C., & Kashdan, T. B. (2009). Gratitude and subjective well-being in early adolescence: Examining gender differences. *Journal of Adolescence, 32*(3), 633–650.
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2008.06.006>
- Kusumaningsih, L. P. S. (2016). STUDI KASUS: DERAJAT SOCIAL ANXIETYPADA NARAPIDANA DI LAPAS BREBES. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah, 8*(1), 14–19.
- Lopez, S. J. (Ed.). (2009). *Encyclopedia of positive psychology*. Wiley-Blackwell.
- Misiak, H., & Sexton, V. S. (2009). *Phenomenological, Existensial, and Humanistic Psychologies; A Historical Survey*. PT Reflika Aditama.
- Park, Y., Impett, E. A., MacDonald, G., & Lemay, E. P. (2019). Saying “thank you”: Partners’ expressions of gratitude protect relationship satisfaction and commitment from the harmful effects of attachment insecurity. *Journal of Personality and Social Psychology, 117*(4), 773–806.
<http://dx.doi.org/helicon.vuw.ac.nz/10.1037/pspi0000178>
- Rosmilawati, I. (2018). Jalan Panjang Menuju Sekolah Alternatif: Refleksi Pengalaman Remaja Kurang Beruntung Dalam Meraih Pendidikan. *Jurnal Eksistensi Pendidikan Luar Sekolah (E-Plus), 2*(1). <https://doi.org/10.30870/e-plus.v2i1.2952>
- Utami, P. N. (2017). Keadilan Bagi Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan. *Jurnal Penelitian Hukum De Jure, 17*(3), 381. <https://doi.org/10.30641/dejure.2017.V17.381-394>
- Walkins, P. C., Woodward, T., Stone, K., & Kolts, R. L. (2003). Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude and relationships with subjective well-being. *Social Behavior and Personality: An international journal, 31*, 431–452.