

Pengaruh *Self-efficacy* terhadap *Resilience* Narapidana Tindak Pidana Narkotika di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Lubuk Pakam

Farhan Putra Lan Lubis¹, Odi Jarodi²

^{1,2}Politeknik Pengayoman Indonesia

E-mail: farhanputra80@gmail.com¹, odi.30jarodi@gmail.com²

Article History:

Received: 02 Oktober 2025

Revised: 18 Desember 2025

Accepted: 08 Januari 2026

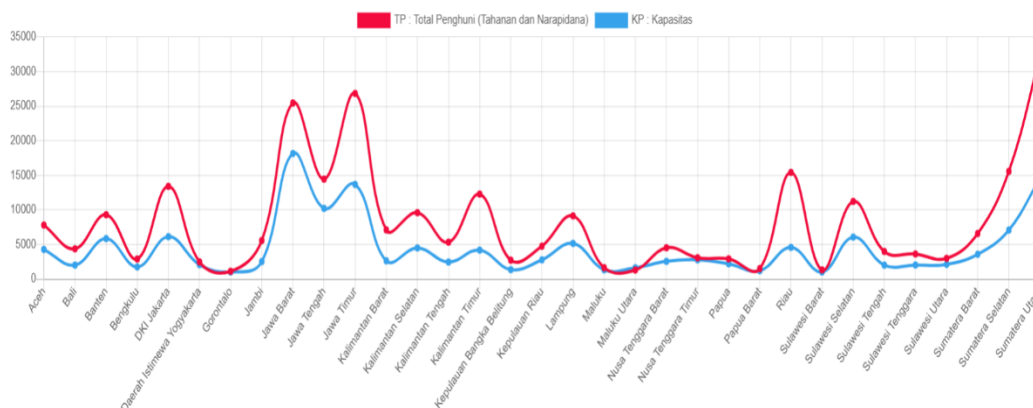
Keywords: *Self-efficacy*,
Resiliensi, *Narapidana*,
Narkotika, *Lembaga*
Pemasyarakatan, *Pembinaan*
Psikologis

Abstract Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *Self-efficacy* terhadap resiliensi narapidana tindak pidana narkotika di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Lubuk Pakam. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada kondisi overcrowding dan tingginya residivisme yang menunjukkan pentingnya pembinaan psikologis berbasis keyakinan diri dan ketahanan mental. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei terhadap 171 responden yang dipilih secara simple random sampling dari 309 populasi. Instrumen penelitian berupa General Self-efficacy Scale (GSE) dan Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), dengan analisis regresi linear sederhana menggunakan SPSS 25. Hasil menunjukkan adanya pengaruh positif dan signifikan antara *Self-efficacy* dan resiliensi (Sig. = 0,001 < 0,05) dengan kontribusi sebesar 39,7%. Kesimpulannya, semakin tinggi *Self-efficacy*, semakin kuat pula resiliensi narapidana dalam menghadapi tekanan hidup di lapas. Disarankan agar program pembinaan Lapas menekankan penguatan *Self-efficacy* melalui pelatihan motivasi, pembinaan spiritual, dan konseling adaptif untuk mendukung reintegrasi sosial pasca pembebasan.

PENDAHULUAN

Pemasyarakatan merupakan bagian integral dari sistem peradilan pidana terpadu yang diselenggarakan oleh pemerintah sebagai bagian dari proses penegakan hukum dalam rangka pembinaan, pembimbingan, serta pelayanan rehabilitasi sebagaimana diatur dalam Undang-Undang Nomor 22 Tahun 2022 tentang Pemasyarakatan. Pasal 1 menyebutkan bahwa pemasyarakatan adalah subsistem peradilan pidana yang menyelenggarakan penegakan hukum di bidang pembinaan tahanan, anak didik pemasyarakatan, dan narapidana, di mana sistem ini merupakan tatanan yang mengatur arah, batas, dan cara penyelenggaraan fungsi pemasyarakatan secara terpadu (Doni & Naben, 2023). Rumah tahanan negara dan lembaga pemasyarakatan sebagai salah satu komponen penting sistem peradilan pidana memiliki peran strategis dalam melakukan pembinaan terhadap narapidana dan mewujudkan tujuan akhir dari sistem tersebut, yakni mencegah masyarakat menjadi korban kejahatan, menyelesaikan kasus secara adil,

memastikan kepuasan masyarakat atas tegaknya keadilan, menghukum pelaku, serta mencegah residivisme (Maranatha, 2023). Sejak transformasi sistem penjara menjadi sistem pemasyarakatan pada tahun 1964, lembaga pemasyarakatan dipandang sebagai lembaga sosial yang berfungsi menciptakan ketertiban dan memulihkan ketenteraman masyarakat. Namun, tantangan besar dalam penegakan hukum, khususnya pada kasus narkoba, masih terus meningkat. Berdasarkan data Direktorat Tindak Pidana Narkoba Bareskrim Polri, jumlah kasus narkoba mengalami kenaikan konsisten dari 41.252 kasus pada tahun 2020 menjadi 50.517 kasus pada tahun 2024, meningkat sebesar 22,5%, dengan lonjakan tertinggi pada tahun 2023 sebesar 7,0%. Fenomena ini menunjukkan bahwa penanganan kejahatan narkoba tidak dapat hanya mengandalkan pendekatan hukum semata, melainkan juga harus mencakup aspek psikologis dan rehabilitatif bagi narapidana guna menekan angka kejahatan secara lebih efektif.



Gambar 1. Data *Overcrowding* Lapas/Rutan di Indonesia Tahun 2024

Berdasarkan data gambar diatas, diketahui pada tahun 2024 jumlah narapidana melebihi jumlah kapasitas hunian di Lapas. Hal ini mengindikasikan adanya masalah kelebihan kapasitas atau *overcrowding* di lapas. Kelebihan kapasitas ini dapat menimbulkan berbagai permasalahan, seperti kondisi hunian yang tidak layak, keterbatasan fasilitas, serta potensi gangguan keamanan dan ketertiban. Situasi ini memerlukan perhatian serius dan solusi yang komprehensif dari berbagai pihak terkait, termasuk pemerintah, aparat penegak hukum, dan masyarakat, guna mengatasi permasalahan kelebihan kapasitas di lapas demi menciptakan sistem pemasyarakatan yang lebih baik.

Berdasarkan data jumlah narapidana di Lapas Kelas IIB Lubuk Pakam, diketahui bahwa total tahanan dan narapidana mencapai 1.378 orang, terdiri atas 696 tahanan dan 682 narapidana, dengan jumlah residivis sebanyak 143 orang atau sekitar 10,38%. Kondisi ini menunjukkan terjadinya *overcrowding* atau kelebihan kapasitas yang cukup signifikan mengingat kapasitas hunian lapas hanya diperuntukkan bagi 432 orang. Permasalahan *overcrowding* menjadi tantangan besar dalam sistem pemasyarakatan di Indonesia karena bersifat kompleks dan multidimensional, tidak hanya melanggar hak asasi manusia narapidana, tetapi juga menimbulkan berbagai persoalan lain seperti memburuknya kondisi hunian, terciptanya lingkungan yang tidak sehat dan tidak manusiawi, terbatasnya sumber daya manusia maupun fasilitas, serta terhambatnya pelaksanaan program pembinaan dan rehabilitasi yang seharusnya menjadi fondasi dari sistem pemasyarakatan (Meliarsyah *et al.*, 2024). Selain itu, *overcrowding* juga meningkatkan risiko terjadinya konflik dan kekerasan baik antar narapidana maupun antara narapidana dengan petugas (Muetya *et al.*, 2022).

Peningkatan kasus narkoba turut memperburuk situasi tersebut karena berbanding lurus dengan meningkatnya populasi narapidana, termasuk di Lapas Kelas IIB Lubuk Pakam, sehingga sistem pemasyarakatan tidak hanya menghadapi persoalan kapasitas, tetapi juga tantangan dalam membangun ketahanan mental narapidana agar tidak kembali terjerumus dalam penyalahgunaan narkoba setelah bebas. Dalam konteks ini, resiliensi menjadi faktor penting bagi narapidana untuk bertahan dan beradaptasi di tengah tekanan kehidupan di lapas (Prasad *et al.*, 2021), karena dengan kemampuan untuk bangkit dari kesulitan, mengelola emosi negatif, mencari dukungan sosial, serta menemukan makna positif dalam pengalaman hidupnya (Etherton *et al.*, 2022), narapidana yang memiliki tingkat resiliensi tinggi akan lebih mampu menjaga kesehatan mental dan mempersiapkan diri untuk kembali ke masyarakat secara produktif setelah menyelesaikan masa hukumannya (Fitri *et al.*, 2025).

Daya tahan mental atau resiliensi merupakan kapasitas individu untuk menghadapi tekanan, mengatasi kesulitan, serta bangkit kembali dari kegagalan dan situasi penuh tantangan. Kemampuan ini memiliki makna penting terutama bagi individu yang sedang menjalani masa hukuman, khususnya mereka yang pernah mengalami kegagalan dalam menyesuaikan diri setelah pembebasan dan kembali masuk ke dalam sistem pemasyarakatan (Sipahutar & Muhammad, 2024). Resiliensi dapat dipahami sebagai kemampuan untuk pulih dari pengalaman hidup di lembaga pemasyarakatan dan menghadapi berbagai tantangan dengan sikap konstruktif dan pandangan yang positif (Maranatha, 2023). Bagi narapidana dengan tingkat resiliensi yang cukup tinggi namun tetap melakukan pelanggaran, kemampuan ini menjadi landasan penting untuk memulihkan kepercayaan diri, menumbuhkan optimisme terhadap masa depan, serta meningkatkan kemampuan beradaptasi dalam kehidupan setelah bebas. Penelitian yang dilakukan oleh Fitri *et al.* (2025) menunjukkan bahwa narapidana dengan tingkat resiliensi tinggi cenderung memiliki tingkat residivisme yang lebih rendah dibandingkan mereka yang memiliki resiliensi rendah, sehingga peningkatan resiliensi dapat menjadi strategi efektif dalam menekan angka pengulangan tindak pidana. Namun demikian, upaya peningkatan resiliensi di kalangan narapidana residivis bukanlah hal yang mudah, sebab mereka umumnya menghadapi berbagai masalah kesehatan mental dan kesulitan dalam proses reintegrasi sosial setelah keluar dari lembaga pemasyarakatan (Ramadhani, 2022).

Self-efficacy merupakan salah satu faktor psikologis yang berperan penting dalam membentuk resiliensi, di mana menurut Yada (2021), *Self-efficacy* didefinisikan sebagai kepercayaan seseorang terhadap kemampuannya untuk berhasil dalam situasi tertentu, yang sangat berpengaruh terhadap kemampuan narapidana dalam menghadapi tantangan di lembaga pemasyarakatan. Narapidana dengan tingkat *Self-efficacy* tinggi umumnya menunjukkan sikap optimistis, memiliki kepercayaan diri yang kuat, serta termotivasi untuk menghadapi berbagai tekanan, termasuk permasalahan kelebihan kapasitas hunian. Mereka lebih proaktif dalam mencari solusi atas permasalahan yang dihadapi, baik yang bersifat personal maupun yang berkaitan dengan kondisi lembaga pemasyarakatan yang mengalami *overcrowding*. Analisis mengenai pengaruh *Self-efficacy* terhadap resiliensi ini menjadi penting, terutama dalam konteks penanganan masalah kelebihan kapasitas, karena pemahaman mendalam tentang faktor-faktor pembentuk resiliensi dapat membantu dalam perancangan program intervensi yang tepat sasaran. Program-program tersebut tidak hanya bertujuan meningkatkan kualitas hidup narapidana, tetapi juga membekali mereka dengan keterampilan dan pengetahuan untuk beradaptasi dan berintegrasi kembali ke masyarakat. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan rekomendasi kebijakan aplikatif guna mengatasi permasalahan *overcrowding*, menciptakan sistem pemasyarakatan yang lebih manusiawi dan efektif. Dalam meningkatnya kasus narkoba, penelitian tentang hubungan

antara *Self-efficacy* dan resiliensi tidak hanya relevan secara akademis tetapi juga memiliki nilai praktis yang signifikan karena hasilnya dapat berkontribusi pada pengembangan model pembinaan narapidana yang mampu memperkuat kapasitas mental, meningkatkan kemampuan adaptasi, memutus mata rantai ketergantungan narkoba, serta menurunkan tingkat residivisme.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, metode kuantitatif dipilih karena kemampuannya dalam menghasilkan data numerik yang objektif dan akurat, sehingga memungkinkan pengujian hipotesis secara sistematis. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *Self-efficacy* terhadap *Resiliensi* narapidana kasus narkoba di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Lubuk Pakam melalui pengumpulan data menggunakan kuesioner, pengujian validitas dan reliabilitas instrumen, serta analisis data dengan uji regresi linear sederhana, uji signifikansi, dan uji determinasi. Pendekatan ini memungkinkan peneliti memahami secara mendalam hubungan antarvariabel serta memberikan temuan yang dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Desain penelitian yang digunakan adalah metode survei dengan teknik *Simple Random Sampling* untuk memperoleh sampel yang representatif dari populasi narapidana berjumlah 309 orang, sehingga ditentukan 171 responden berdasarkan rumus Krejcie dan Morgan. Data penelitian terdiri atas data primer yang diperoleh melalui penyebaran kuesioner berbasis skala Likert dan data sekunder dari jurnal ilmiah, buku, serta dokumen relevan. Instrumen pengukuran yang digunakan mencakup *Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)* dan *General Self-efficacy Scale (GSE)* yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak IBM SPSS versi 25.0 melalui uji normalitas, regresi linear sederhana, signifikansi, dan koefisien determinasi. Hasil analisis tersebut digunakan untuk mengidentifikasi pengaruh signifikan variabel *Self-efficacy* terhadap *Resiliensi* serta seberapa besar kontribusinya dalam membentuk kemampuan adaptif narapidana terhadap tekanan lingkungan pemasyarakatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Peneliti telah mengkategorisasikan responden ke dalam penerapan karakteristik responden yaitu, berdasarkan jenis kelamin, pendidikan terakhir, usia, dan masa hukuman/pidana. Berikut merupakan demografi karakteristik responden yang telah mengisi kuesioner penelitian.

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Jenis Kelamin	Laki-laki	80	100%
		Perempuan	0	0%
2	Pendidikan Terakhir	SD	15	18,75%
		SMP	40	50%
		SMA	25	31,25%
		S1	0	0%
		Lain-lain	0	0%
		17 – 26 tahun	37	46,25%
3	Usia (Tahun)	27 – 36 tahun	21	26,25%
		37 – 46 tahun	15	18,75%
		47 – 56 tahun	7	8,75%
		> 55 tahun	0	0%

Berdasarkan hasil pengolahan data pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa seluruh responden dalam penelitian ini merupakan narapidana laki-laki dengan jumlah 80 orang atau 100% dari total populasi. Hal ini dapat dijelaskan karena Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Lubuk Pakam hanya menerima narapidana berjenis kelamin laki-laki dan belum memiliki blok khusus untuk narapidana perempuan. Kondisi ini membuat penelitian berfokus secara spesifik pada dinamika psikologis narapidana laki-laki, yang secara umum memiliki karakteristik perilaku, coping stress, dan pola adaptasi yang berbeda dibandingkan perempuan dalam menghadapi masa pidana Selanjutnya, berdasarkan latar belakang pendidikan terakhir, mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan SMP sebanyak 40 orang (50%), diikuti oleh SMA sebanyak 25 orang (31,25%), dan SD sebanyak 15 orang (18,75%).

Tidak ada responden yang menempuh pendidikan tinggi (S1) maupun kategori lain. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar narapidana memiliki tingkat pendidikan menengah ke bawah. Rendahnya tingkat pendidikan dapat menjadi salah satu faktor yang berpengaruh terhadap cara berpikir, pengambilan keputusan, serta kemampuan untuk mengembangkan *Self-efficacy* dan resilience dalam menghadapi tekanan hidup di dalam lapas. Individu dengan pendidikan yang lebih rendah sering kali memiliki akses terbatas terhadap informasi dan strategi coping adaptif, sehingga proses pembinaan perlu memperhatikan aspek pendidikan sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan rehabilitasi psikologis. Dari sisi kelompok usia, distribusi menunjukkan bahwa narapidana terbanyak berada pada rentang usia 17–26 tahun sebanyak 37 orang atau 46,25%, diikuti oleh kelompok usia 27–36 tahun sebanyak 21 orang atau 26,25%. Sementara itu, kelompok usia 37–46 tahun berjumlah 15 orang (18,75%) dan kelompok usia 47–56 tahun sebanyak 7 orang (8,75%). Tidak terdapat responden yang berusia di atas 55 tahun. Data ini menggambarkan bahwa mayoritas narapidana termasuk dalam kategori usia produktif, yang merupakan fase penting dalam pembentukan identitas diri, penguatan kepercayaan diri, dan adaptasi sosial. Usia produktif juga berhubungan dengan tingkat keinginan untuk berubah, sehingga potensi keberhasilan program pembinaan psikososial relatif lebih tinggi pada kelompok ini.

2. Uji Validitas X dan Y

Tabel 2. Uji Validitas Variabel X dan Y

Variabel	Jumlah Item	Rentang R Hitung	R Tabel	Keterangan
<i>Self-efficacy</i>	15	0,372 – 0,582	0,220	Seluruh item valid
Resiliensi	25	0,294 – 0,427	0,220	Seluruh item valid

Berdasarkan hasil pengujian validitas yang ditampilkan pada tabel di atas, seluruh butir pernyataan dari kedua variabel penelitian menunjukkan nilai *r* hitung lebih besar dari *r* tabel (0,220). Hal ini menegaskan bahwa seluruh item yang digunakan dalam kuesioner memiliki korelasi yang signifikan dengan total skor konstruksinya, sehingga dinyatakan valid dan layak digunakan dalam penelitian. Pada variabel *Self-efficacy*, 15 item pernyataan menunjukkan rentang nilai korelasi antara 0,372 hingga 0,582, yang mengindikasikan bahwa setiap butir secara konsisten mengukur tiga dimensi utama *Self-efficacy*, yaitu inisiatif, ketekunan, dan usaha. Sementara itu, pada variabel Resiliensi, 25 item pernyataan memiliki rentang korelasi 0,294 hingga 0,427, yang mencerminkan bahwa setiap butir mampu mengukur lima dimensi utama resiliensi, yaitu kompetensi personal, penerimaan terhadap perubahan dan hubungan yang aman, kontrol, pengaruh spiritual, serta toleransi terhadap emosi negatif.

3. Uji Reliabilitas Validatas X dan Y

Uji reliabilitas bertujuan untuk mengetahui sejauh mana instrumen penelitian dapat memberikan hasil yang konsisten jika digunakan berulang kali dalam kondisi yang sama. Pengujian reliabilitas dilakukan menggunakan metode Cronbach's Alpha melalui perangkat lunak IBM SPSS versi 20. Suatu instrumen dinyatakan reliabel jika memiliki nilai $\alpha \geq 0,6$, sedangkan jika nilai $\alpha < 0,6$ maka instrumen dianggap tidak reliabel.

Tabel 3. Reliabilitas Validatas X dan Y

Variabel	Jumlah Item	Cronbach's Alpha	Kriteria	Keterangan
<i>Self-efficacy</i>	15	0,715	$\geq 0,6$ (Reliabel)	Reliabel
Resiliensi	25	0,713	$\geq 0,6$ (Reliabel)	Reliabel

Hasil pengujian reliabilitas yang ditampilkan pada tabel di atas menunjukkan bahwa kedua instrumen penelitian memiliki tingkat reliabilitas yang baik. Variabel *Self-efficacy*, yang terdiri dari 15 butir pernyataan, memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,715, sementara variabel Resiliensi, dengan 25 butir pernyataan, memperoleh nilai 0,713. Kedua nilai tersebut lebih tinggi dari batas minimum yang ditetapkan yaitu 0,6, sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh instrumen penelitian memiliki konsistensi internal yang memadai dan dapat dipercaya. Tingkat reliabilitas yang tinggi menunjukkan bahwa setiap butir pernyataan dalam instrumen memiliki hubungan yang kuat satu sama lain dalam mengukur konstruk yang sama. Artinya, variabel *Self-efficacy* secara konsisten mengukur keyakinan diri individu terhadap kemampuannya, sedangkan variabel Resiliensi secara konsisten mengukur kemampuan individu dalam menghadapi tekanan, beradaptasi, dan bangkit kembali dari kondisi sulit. Dengan demikian, instrumen penelitian ini layak digunakan dalam proses analisis lanjutan untuk menguji hubungan antara kedua variabel tersebut.

4. Gabungan Hasil Deskriptif Variabel *Self-efficacy* Dan Resiliensi

Tabel 4. Hasil Deskriptif Variabel

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Dev	Kategori	Rentang Skor	Jumlah Responden
<i>Self-efficacy</i>	80	21	55	47,94	5,297	Rendah	< 42,643	9
						Sedang	42,643 – 53,237	68
						Tinggi	$\geq 53,237$	3
Resiliensi	80	62	93	82,23	7,105	Rendah	< 75,125	19
						Sedang	75,125 – 89,335	53
						Tinggi	$\geq 89,335$	8

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas narapidana tindak pidana narkotika di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Lubuk Pakam memiliki *Self-efficacy* dan Resiliensi pada tingkat sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar narapidana memiliki kemampuan diri dan adaptasi moderat dalam menghadapi tekanan kehidupan di lapas, meskipun mereka masih membutuhkan pengembangan lebih lanjut untuk mencapai kesiapan optimal. Kelompok narapidana dengan tingkat rendah pada kedua variabel menandakan kebutuhan akan dukungan tambahan, sedangkan kelompok dengan tingkat tinggi menunjukkan adanya sebagian narapidana yang sudah mampu menghadapi tantangan dan mengelola stres dengan baik. Pola ini mencerminkan fase transisi menuju pemulihan dan peningkatan adaptasi sosial yang lebih baik.

5. Analisis Univariat

Analisis univariat merupakan langkah awal yang penting dalam proses analisis data karena berfungsi untuk memahami karakteristik setiap variabel secara mendalam sebelum melanjutkan ke tahap analisis yang lebih kompleks. Analisis ini hanya berfokus pada satu variabel dalam satu

waktu, sehingga peneliti dapat menggambarkan pola distribusi data secara jelas melalui ukuran statistik seperti frekuensi, rata-rata, dan deviasi standar. Selain itu, analisis univariat juga memungkinkan peneliti untuk mengelompokkan data responden ke dalam kategori bertingkat atau ordinal berdasarkan besaran deviasi standar, sehingga hasilnya dapat menggambarkan kondisi responden dalam tiga tingkat, yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

a. Hasil Kategorisasi *Self-efficacy*

Tabel 5. Kategorisasi *Self-efficacy*

Dimensi <i>Self-efficacy</i>	Kategori	Frekuensi (N)	Persentase (%)	Persentase Valid (%)	Persentase Kumulatif (%)
Inisiatif	Rendah	12	15,0	15,0	15,0
	Sedang	61	76,3	76,3	91,3
	Tinggi	7	8,8	8,8	100,0
Ketekunan	Rendah	9	11,3	11,3	11,3
	Sedang	59	73,8	73,8	85,0
	Tinggi	12	15,0	15,0	100,0
Usaha	Rendah	10	12,5	12,5	12,5
	Sedang	59	73,8	73,8	86,3
	Tinggi	11	13,8	13,8	100,0
Total Responden	-	80	100	100	-

Berdasarkan hasil analisis tiga dimensi variabel *Self-efficacy* narapidana tindak pidana narkoba di Lapas Kelas IIB Lubuk Pakam, mayoritas responden berada pada kategori sedang pada ketiga dimensi, yaitu inisiatif, ketekunan, dan usaha. Pada dimensi inisiatif, 61 orang (76,3%) menunjukkan tingkat sedang, mencerminkan kemauan untuk bertindak proaktif meskipun belum optimal, sementara 12 orang (15%) rendah dan 7 orang (8,8%) tinggi. Pada dimensi ketekunan, 59 orang (73,8%) berada pada kategori sedang, menunjukkan kemampuan dasar dalam menghadapi tantangan dengan dukungan lebih lanjut, 9 orang (11,3%) rendah, dan 12 orang (15%) tinggi. Pada dimensi usaha, 59 orang (73,8%) termasuk sedang, menandakan kesungguhan mengikuti program pembinaan, 10 orang (12,5%) rendah, dan 11 orang (13,8%) tinggi. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa narapidana telah memiliki dasar kemampuan diri yang memadai, namun masih memerlukan bimbingan, motivasi, dan program pembinaan yang lebih intensif agar inisiatif, ketekunan, dan usaha mereka dapat meningkat ke tingkat yang optimal, sehingga mendukung keberhasilan rehabilitasi dan reintegrasi sosial.

b. Hasil Kategorisasi Resiliensi

Tabel 6. Kategorisasi Resiliensi

Dimensi Resiliensi	Kategori	Frequency	Percent (%)	Valid Percent (%)	Cumulative Percent (%)
Kompetensi Personal	Rendah	9	11,3	11,3	11,3
	Sedang	61	76,3	76,3	87,5
	Tinggi	10	12,5	12,5	100,0
Penerimaan Positif terhadap Perubahan & Hubungan Aman	Rendah	9	11,3	11,3	11,3
	Sedang	64	80,0	80,0	91,3
	Tinggi	7	8,8	8,8	100,0
Kontrol	Rendah	13	16,3	16,3	16,3
	Sedang	56	70,0	70,0	86,3
	Tinggi	11	13,8	13,8	100,0
Pengaruh Spiritual	Rendah	13	16,3	16,3	16,3
	Sedang	53	66,3	66,3	82,5

	Tinggi	14	17,5	17,5	100,0
Toleransi Emosi Negatif	Rendah	11	13,8	13,8	13,8
	Sedang	56	70,0	70,0	83,8
	Tinggi	13	16,3	16,3	100,0

Hasil analisis lima dimensi variabel Resiliensi narapidana tindak pidana narkotika di Lapas Kelas IIB Lubuk Pakam menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori sedang di seluruh dimensi. Pada dimensi kompetensi personal, 76,3% responden berada pada tingkat sedang, menunjukkan kemampuan dasar dalam mengenali kekuatan diri dan menghadapi tantangan, sementara 11,3% rendah dan 12,5% tinggi. Dimensi penerimaan positif terhadap perubahan dan hubungan aman menunjukkan 80% responden berada pada kategori sedang, mencerminkan kemampuan moderat dalam adaptasi dan membangun hubungan yang aman. Dimensi kontrol mayoritas (70%) berada pada kategori sedang, menandakan persepsi moderat terhadap kemampuan mengendalikan situasi. Dimensi pengaruh spiritual menunjukkan 66,3% berada pada kategori sedang, menandakan keseimbangan antara aspek spiritual dan kehidupan sehari-hari, sedangkan dimensi toleransi terhadap emosi negatif juga didominasi kategori sedang (70%), menandakan kemampuan moderat dalam menghadapi perasaan negatif. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa narapidana memiliki tingkat resiliensi dasar yang memadai namun masih memerlukan pengembangan lebih lanjut melalui program pembinaan intensif, konseling, dan pelatihan keterampilan sosial serta manajemen emosi untuk meningkatkan kemampuan adaptasi, kontrol diri, dan keseimbangan emosional mereka.

6. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang digunakan dalam penelitian ini terdistribusi secara normal atau tidak, karena distribusi normal merupakan salah satu syarat utama untuk melakukan uji statistik parametrik seperti uji regresi linear sederhana.

Tabel 7. Uji Normalitas

Uji Normalitas	Hasil	Batas Signifikansi	Keterangan
Jumlah Sampel (N)	80	-	Data penelitian
Mean Residual	0.5056830	-	Simetris
Std. Deviation Residual	4.966	-	Variasi relatif kecil
Test Statistic (K-S)	0.100	-	-
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.067	> 0,05	Data berdistribusi normal

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*, diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,067, yang lebih besar dari tingkat signifikansi 0,05. Dengan demikian, data residual dalam penelitian ini berdistribusi normal, sehingga memenuhi asumsi dasar untuk melakukan analisis statistik parametrik selanjutnya.

7. Uji Regresi Linear Sederhana

Uji regresi merupakan analisis statistik yang berfungsi untuk mempelajari hubungan antara dua variabel atau lebih. Dalam konteks penelitian ini, peneliti menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk mengetahui pengaruh variabel bebas X yaitu *Self Efficacy* dengan variabel terikat Y yaitu *Resilience*.

Tabel 8. Uji Regresi Linear Sederhana

Uji Regresi Linear Sederhana	Hasil	Batas Signifikansi	Keterangan
Jumlah Sampel (N)	80	-	Data penelitian
Konstanta (Constant)	58,066	-	Nilai Y saat X = 0
Koefisien Regresi (B)	0,504	-	Setiap kenaikan 1 unit X meningkatkan Y sebesar 0,504
Standar Error	0,141	-	Tingkat kesalahan kecil
Nilai t	3,581	-	Hasil signifikan
Nilai Signifikansi (Sig.)	0,001	< 0,05	Terdapat pengaruh signifikan
Persamaan Regresi	Y = 58,066 + 0,504X		Model layak digunakan

Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana yang disajikan pada Tabel 4.23, diketahui bahwa konstanta (constant) bernilai 58,066 dan koefisien regresi sebesar 0,504 dengan nilai signifikansi 0,001 ($< 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara variabel *Self-efficacy* (X) terhadap Resilience (Y) narapidana. Artinya, setiap peningkatan satu satuan pada variabel *Self-efficacy* akan meningkatkan Resilience sebesar 0,504 satuan dengan asumsi faktor lain konstan. Nilai konstanta 58,066 mengindikasikan bahwa ketika *Self-efficacy* bernilai nol, Resilience masih berada pada angka 58,066. Dengan demikian, model regresi ini dapat digunakan untuk memprediksi perubahan Resilience berdasarkan variasi *Self-efficacy*, serta membuktikan bahwa semakin tinggi keyakinan diri narapidana (*Self-efficacy*), maka semakin tinggi pula tingkat ketahanan dirinya (Resilience).

8. Uji Signifikansi

Uji signifikansi Pengujian signifikansi bertujuan untuk menentukan ada tidaknya pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Dalam penelitian ini, pengujian signifikansi menggunakan tingkat signifikansi 5% atau 0,05 sebagai kriteria pengujian. Kriteria yang ditetapkan adalah apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka hipotesis nol (H_0) akan ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) akan diterima. Sebelum menginterpretasikan hasil uji signifikansi untuk menjawab hipotesis penelitian, peneliti telah menyusun rumusan hipotesis terlebih dahulu sebagai berikut:

Tabel 9. Uji Signifikansi

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	562.988	1	562.988	12.821	0.001
Residual	3424.962	78	43.910		
Total	3987.950	79			

Berdasarkan hasil uji ANOVA pada Tabel 4.24, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001, yang lebih kecil dari tingkat signifikansi 0,05 ($0,001 < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara *Self-efficacy* terhadap resilience narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Lubuk Pakam. Nilai F hitung sebesar 12,821 menunjukkan bahwa model regresi mampu menjelaskan variasi data secara cukup baik, dan semakin besar nilai F hitung ini menunjukkan bahwa pengaruh *Self-efficacy* terhadap resilience cukup kuat.

9. Uji Determinasi

Uji Determinasi dilakukan untuk mengetahui tingkat pengaruh variabel bebas mempengaruhi variabel terikat. Dalam penelitian ini uji determinasi dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui

seberapa besar pengaruh variabel psychopathy terhadap criminal thinking narapidana tindak pidana narkotika. Hasil uji determinasi menggunakan software SPSS untuk menentukan tingkat pengaruh kedua variabel ditunjukkan pada tabel berikut:

Tabel 10. Uji Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0.630	0.397	0.389	3.313

Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana yang disajikan pada , diketahui bahwa konstanta (constant) bernilai 58,066 dan koefisien regresi sebesar 0,504 dengan nilai signifikansi 0,001 ($< 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara variabel *Self-efficacy* (X) terhadap Resilience (Y) narapidana. Artinya, setiap peningkatan satu satuan pada variabel *Self-efficacy* akan meningkatkan Resilience sebesar 0,504 satuan dengan asumsi faktor lain konstan. Nilai konstanta 58,066 mengindikasikan bahwa ketika *Self-efficacy* bernilai nol, Resilience masih berada pada angka 58,066. Dengan demikian, model regresi ini dapat digunakan untuk memprediksi perubahan Resilience berdasarkan variasi *Self-efficacy*, serta membuktikan bahwa semakin tinggi keyakinan diri narapidana (*Self-efficacy*), maka semakin tinggi pula tingkat ketahanan dirinya (Resilience).

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Lubuk Pakam, dapat disimpulkan bahwa *Self-efficacy* memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap resilience narapidana tindak pidana narkotika. Analisis regresi menunjukkan nilai konstanta sebesar 58,066 dan koefisien regresi 0,504 dengan signifikansi $0,001 < 0,05$, serta nilai determinasi (R^2) sebesar 0,397. Artinya, peningkatan *Self-efficacy* berkontribusi terhadap 39,7% variasi resilience narapidana. Temuan ini mendukung teori Bandura (1997) yang menegaskan bahwa *Self-efficacy* merupakan faktor kunci dalam membangun kemampuan adaptif individu untuk menghadapi tekanan dan kesulitan hidup. Dengan demikian, semakin tinggi keyakinan diri narapidana terhadap kemampuan mereka mengatasi tantangan, maka semakin kuat pula ketahanan mental mereka dalam menghadapi kondisi lingkungan pemasyarakatan yang penuh keterbatasan.

Dari tiga dimensi *Self-efficacy* yang diteliti inisiatif, ketekunan, dan usaha dimensi ketekunan muncul sebagai kekuatan utama dengan 15,0% responden berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa narapidana memiliki kemampuan untuk bertahan dan tidak mudah menyerah meskipun menghadapi berbagai rintangan, seperti stigma sosial, tekanan psikologis, dan keterbatasan lingkungan lapas. Ketekunan menjadi fondasi penting dalam proses rehabilitasi jangka panjang, karena pemulihan dari ketergantungan narkoba memerlukan konsistensi dan komitmen yang tinggi. Sementara itu, dimensi inisiatif menunjukkan nilai kategori tinggi terendah (8,8%), mengindikasikan bahwa narapidana masih memerlukan dorongan eksternal untuk memulai tindakan positif. Kondisi ini dapat diperbaiki melalui program pembinaan yang menstimulasi peran aktif, seperti mentoring antar-narapidana atau pelibatan dalam kegiatan keagamaan dan kewirausahaan. Adapun dimensi usaha menunjukkan tingkat sedang (73,8%), mencerminkan kesungguhan moderat narapidana dalam mengikuti program pembinaan, yang perlu ditingkatkan agar partisipasi dan motivasi mereka mencapai tingkat optimal.

Pada variabel resilience, lima dimensi yang diukur kompetensi personal, penerimaan positif terhadap perubahan dan hubungan yang aman, kontrol, pengaruh spiritual, dan toleransi terhadap emosi negatif menunjukkan distribusi kategori sedang yang dominan. Dimensi pengaruh spiritual

menempati posisi tertinggi dengan 17,5% kategori tinggi, menandakan bahwa spiritualitas berperan besar sebagai sumber kekuatan dan makna hidup bagi narapidana. Spiritualitas yang kuat berfungsi sebagai pendorong harapan dan motivasi untuk berubah, yang sejalan dengan karakter budaya Indonesia yang religius. Selanjutnya, dimensi toleransi terhadap emosi negatif juga menunjukkan hasil yang baik (16,3% kategori tinggi), menandakan bahwa narapidana telah mengembangkan mekanisme koping untuk mengelola stres dan tekanan emosional, meskipun masih perlu diarahkan ke strategi yang konstruktif.

Sementara itu, dimensi kompetensi personal dan kontrol masing-masing menunjukkan mayoritas kategori sedang (76,3% dan 70,0%). Hal ini mengindikasikan bahwa narapidana memiliki kemampuan dasar untuk mengenali kekuatan diri dan mengelola tantangan, namun masih merasa memiliki kendali yang terbatas terhadap hidup mereka karena kondisi lapas yang restriktif. Kompetensi personal yang sedang menunjukkan pentingnya program pengembangan diri yang menekankan kesadaran diri dan manajemen stres, sedangkan penguatan sense of control dapat dilakukan melalui pemberian tanggung jawab dan partisipasi dalam kegiatan produktif di lapas. Adapun dimensi penerimaan positif terhadap perubahan dan hubungan yang aman memiliki kategori tinggi terendah (8,8%), mengindikasikan adanya resistensi terhadap perubahan dan kesulitan membangun kepercayaan interpersonal. Temuan ini menunjukkan perlunya pendekatan pembinaan yang mengajarkan penerimaan diri, empati, dan keterampilan sosial untuk mendukung proses reintegrasi sosial setelah bebas.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa *Self-efficacy* merupakan faktor penting dalam pembentukan resilience narapidana. Ketekunan dan spiritualitas muncul sebagai dua kekuatan utama yang dapat dijadikan titik tumpu dalam program pembinaan, sementara inisiatif, kontrol diri, dan penerimaan terhadap perubahan masih perlu ditingkatkan melalui pendekatan psikologis dan sosial yang komprehensif. Hasil penelitian ini memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan kajian psikologi pemasyarakatan dan implikasi praktis bagi perancangan program rehabilitasi berbasis karakter dan spiritualitas. Dengan memahami setiap dimensi *Self-efficacy* dan resilience secara mendalam, lembaga pemasyarakatan dapat merancang intervensi yang lebih efektif, humanis, dan berkelanjutan untuk mendukung keberhasilan reintegrasi sosial narapidana serta mengurangi risiko residivisme di masa depan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa *self-efficacy* berpengaruh signifikan terhadap *resilience* narapidana tindak pidana narkoba di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Lubuk Pakam. Analisis regresi menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu unit *self-efficacy* meningkatkan *resilience* sebesar 0,504 unit, dengan R^2 sebesar 0,397, yang menandakan bahwa hampir 40% variasi *resilience* dapat dijelaskan oleh *self-efficacy*. Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan keyakinan diri dalam meningkatkan kemampuan adaptasi narapidana terhadap tantangan kehidupan penjara.

Secara umum, tingkat *self-efficacy* dan *resilience* narapidana tergolong sedang. Mayoritas narapidana memiliki keyakinan diri moderat dan menunjukkan kekuatan utama pada dimensi ketekunan dan pengaruh spiritual. Faktor-faktor demografis, termasuk dominasi generasi muda (17–26 tahun) dengan pendidikan menengah ke bawah, memberikan implikasi penting dalam perancangan program pembinaan yang sesuai dengan karakteristik narapidana.

Meskipun terjadi overcrowding dengan jumlah penghuni lebih dari tiga kali kapasitas, mayoritas narapidana tetap mempertahankan *self-efficacy* dan *resilience* pada tingkat sedang. Hal ini menunjukkan kemampuan adaptasi yang cukup baik, namun penguatan melalui program

intervensi yang tepat sasaran tetap diperlukan untuk memaksimalkan potensi narapidana dalam menghadapi tantangan sosial dan psikologis.

SARAN

Berdasarkan temuan penelitian, peneliti memberikan beberapa saran yang dapat diimplementasikan untuk meningkatkan *Self-efficacy* dan resilience narapidana:

1. Saran untuk Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Lubuk Pakam

Program Peningkatan *Self-efficacy*: Mengembangkan program pembinaan yang fokus pada penguatan dimensi ketekunan sebagai kekuatan utama *Self-efficacy* narapidana. Program ini dapat berupa pelatihan keterampilan hidup (life skills training) selama 8-12 minggu dengan modul khusus yang melatih kemampuan penetapan tujuan, pemecahan masalah, dan manajemen stres. Khusus untuk 9 narapidana (11,25%) yang memiliki *Self-efficacy* rendah, perlu diberikan pendampingan individual intensif oleh psikolog atau konselor terlatih. **Program Penguatan Resilience:** Mengintensifkan program bimbingan rohani dengan memanfaatkan kekuatan dimensi spiritual yang telah terbukti paling tinggi di antara dimensi resilience lainnya. Program ini dapat berupa ceramah agama 2 kali seminggu, pembentukan kelompok dzikir atau doa bersama, dan konseling spiritual individual. Untuk 19 narapidana (23,75%) dengan resilience rendah, perlu diberikan terapi kelompok yang fokus pada pengelolaan emosi negatif dan pembangunan makna hidup. **Program Terintegrasi:** Merancang program pembinaan holistik yang mengintegrasikan peningkatan *Self-efficacy* dan resilience melalui kegiatan seperti peer mentoring, dimana narapidana dengan tingkat *Self-efficacy* dan resilience tinggi dapat menjadi mentor bagi yang masih rendah. Program ini juga dapat mencakup pelatihan keterampilan kerja yang disesuaikan dengan tingkat pendidikan mayoritas narapidana (SMP), seperti pelatihan teknologi sederhana, keterampilan otomotif, atau wirausaha mikro.

2. Saran untuk Direktorat Jenderal Pemasyarakatan

Kebijakan Penanganan *Overcrowding*: Mengembangkan kebijakan alternatif penghukuman untuk kasus narkoba ringan, seperti program diversi atau rehabilitasi di luar lapas, guna mengurangi beban *overcrowding* yang dapat memengaruhi efektivitas program pembinaan. Mempertimbangkan pembangunan lapas baru atau perluasan kapasitas lapas yang ada, khususnya untuk narapidana narkoba yang memerlukan program rehabilitasi khusus. **Standarisasi Program Pembinaan:** Mengembangkan modul standar pembinaan *Self-efficacy* dan resilience yang dapat diimplementasikan di seluruh lapas di Indonesia, dengan menyediakan pelatihan khusus bagi petugas lapas mengenai teknik-teknik pembinaan psikologis. Menyediakan alat ukur terstandarisasi untuk evaluasi berkala tingkat *Self-efficacy* dan resilience narapidana sebagai indikator keberhasilan program pembinaan.

3. Rekomendasi Implementasi

Program-program yang direkomendasikan sebaiknya diimplementasikan secara bertahap dengan timeline sebagai berikut: evaluasi awal dalam 3 bulan pertama untuk mengidentifikasi narapidana yang memerlukan intervensi khusus, implementasi program dalam 6 bulan kedua dengan monitoring intensif, dan evaluasi hasil dalam 3 bulan terakhir untuk mengukur efektivitas program. Diperlukan juga kerjasama dengan berbagai pihak termasuk psikolog, konselor, rohaniwan, dan trainer keterampilan profesional untuk memastikan kualitas program pembinaan.

Melalui implementasi saran-saran tersebut, diharapkan dapat tercipta sistem pemasyarakatan yang lebih efektif dalam membangun *Self-efficacy* dan resilience narapidana, sehingga mereka dapat berhasil direintegrasi ke masyarakat dan mengurangi tingkat residivisme di masa mendatang.

DAFTAR REFERENSI

- Astuti, R. D., & Wijayanti, F. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi narapidana perempuan di Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, 21(3), 189–203.
- Dewi, K. S., & Ruidahasi, T. (2019). Hubungan antara self-efficacy dengan resiliensi pada individu yang menjalani rehabilitasi narkoba. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 3(2), 112–125.
- Dharma, S., & Kusuma, A. (2024). Pengaruh program pembinaan terhadap self-efficacy narapidana narkoba: Studi di Lapas Narkotika Jakarta. *Indonesian Journal of Correctional Psychology*, 6(1), 45–62.
- Doni, M. Y. D. E., & Nabon, M. A. (2023). Resiliensi narapidana Rumah Tahanan Kelas IIB Maumere: Studi deskriptif significant adversity pada narapidana. *Jurnal Communicatio*, 6, 40–52.
- Etherton, K., Steele-Johnson, D., Salvano, K., & Kovacs, N. (2022). Resilience effects on student performance and well-being: The role of self-efficacy, self-set goals, and anxiety. *Journal of General Psychology*, 149(3), 279–298. <https://doi.org/10.1080/00221309.2020.1835800>
- Fitri, R. W., Sovitriana, R., Maryatmi, A. S., Profesi, M. P., I, U. P. I. Y. A., & Pusat, J. (2025). Pengaruh emotional regulation, social support, dan self-efficacy terhadap resilience narapidana yang menjalani masa rehabilitasi. *Jurnal XYZ*, 9(1), 134–143.
- Hadi, S., Nugroho, B., & Sari, M. (2024). Overcrowding dan dampaknya terhadap kesehatan mental narapidana di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Pemasarakatan*, 8(2), 78–91.
- Maranatha. (2023). Resiliensi pada narapidana perempuan di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Semarang. *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research*, 3(5), 8955–8967.
- Muetya, S. G., Rifai, M., & Santoso, T. P. (2022). [Judul artikel jika tersedia]. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 9(4), 1483–1490.
- Panigrahy, N. P., Pradhan, R. K., & Jena, L. K. (2021). Self-efficacy and workplace well-being: Understanding the role of resilience in manufacturing organizations. *Business Perspectives and Research*, 9(1), 62–76. <https://doi.org/10.1177/2278533720923484>
- Ramadhani, R. (2022). Pembinaan Lembaga Pemasarakatan terhadap narapidana residivis narkoba: Studi di Lembaga Pemasarakatan Narkotika Kelas I Jakarta. <https://doi.org/12.3416/j.tate.2022.104298>
- Sipahutar, D. L., & Muhammad, A. (2024). Strategi membangun resiliensi narapidana tindak pidana narkoba di Lapas Narkotika Kelas IIA Jakarta. *Jurnal ABC*, 4, 8278–8292.
- Taylor, M. E., & Roberts, A. B. (2023). Family support and resilience outcomes in prison populations. *Family Relations*, 72(4), 1456–1472. <https://doi.org/10.1111/fare.12789>
- Wijaya, A., Susanti, R., & Pratama, D. (2024). Efektivitas program konseling spiritual dalam meningkatkan resiliensi narapidana di Jawa Barat. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 9(1), 23–38.
- Yada, A., Björn, P. M., Savolainen, P., Kyttälä, M., Aro, M., & Savolainen, H. (2021). Pre-service teachers' self-efficacy in implementing inclusive practices and resilience in Finland. *Teaching and Teacher Education*, 105, 103398. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2021.103398>