

**FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI MASALAH KESEHATAN MENTAL PADA
NARAPIDANA NARKOBA DI RUTAN KELAS IIB SIDRAP**

Factors Affecting Mental Health Problems In Drug Drugs In The Class Of IIB Sidrap

Herlianita Cahyani, Muhammad Asikin, Henni Kumaladewi Hengky

Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare
(herlianitacahyani@yahoo.com)

ABSTRAK

Kesehatan mental adalah sektor penting dalam mewujudkan kesehatan secara menyeluruh. Terdapat sekitar 306 orang Narapidana Narkoba dimana yang menderita masalah kesehatan mental ada 75 orang dengan persentase 25% dan yang tidak menderita sebanyak 231 orang dengan persentase 75%. Masalah kesehatan mental tidak lagi hanya berupa gangguan jiwa yang berat termasuk penyalahgunaan narkotika dan zat adiktif lain (NAPZA), tetapi juga meliputi berbagai problem psikososial yang memerlukan intervensi agar dapat menghindari terjadinya gangguan jiwa yang berat tersebut, disamping juga masalah taraf kesehatan mental yang optimal yaitu tahan terhadap stress serta dapat hidup harmonis dan produktif. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi masalah kesehatan mental pada narapidana narkoba. Jenis penelitian ini menggunakan metode kualitatif dan di laksanakan di Rutan Kelas IIB Sidrap lokasi penelitian adalah dilaksanakan di Rutan kelas IIB Sidrap. Penarikan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 10 orang narapidana dan 2 orang informan tambahan dan 1 orang informan kunci (tim medis). Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor optimisme, faktor penyesuaian diri, lingkungan sosial dan faktor lama tahanan terhadap masalah kesehatan mental pada narapidana narkoba di Rutan kelas IIB Sidrap tahun 2019.

Kata Kunci: Optimisme, penyesuaian diri, lingkungan sosial, lama tahanan dan kesehatan mental

ABSTRACT

Mentally health is an important sector in realizing overall health. There are around 306 drug prisoners where 75 people suffer from mental health problems with a percentage of 25% and 231 people do not suffer with a percentage of 75%. Mental health problems are no longer only in the form of severe mental disorders including narcotics abuse and other addictive substances (NAPZA), but also include various psychosocial problems that require intervention in order to avoid the occurrence of severe mental disorders, as well as the problem of optimal mental health level, namely resistant to stress and can live harmoniously and productively. The purpose of this study is to determine the factors that influence mental health problems in drug prisoners. This type of research uses a qualitative method and is carried out in Class IIB Sidrap Detention Center where the research is conducted in Class IIB Sidrap Detention Center. Sampling in this study was conducted using purposive sampling method. The sample in this study amounted to 10 prisoners and 2 additional informants and 1 key informant (medical team). The results showed that optimism, adjustment, social environment and length of prisoners for mental health problems in drug prisoners in Rutan Class IIB Sidrap in 2019.

Keywords: *Optimism, adjustment, social environment, length of detention and mentally health*

PENDAHULUAN

Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) adalah tempat untuk melaksanakan pembinaan terhadap orang-orang yang di jatuhkan hukuman penjara atau kurungan (hukuman badan) berdasarkan keputusan pengadilan. Dengan kata lain, pelaku kejahatan tersebut terbukti telah melakukan kejahatan dan pelanggaran.

Kesehatan mental atau kesehatan jiwa merupakan aspek penting dalam mewujudkan kesehatan secara menyeluruh. Kesehatan mental juga penting diperhatikan selayaknya kesehatan fisik. Kesehatan mental merupakan komponen mendasar dari definisi kesehatan. Kesehatan mental yang baik memungkinkan orang untuk menyadari potensi mereka, mengatasi tekanan kehidupan yang normal, bekerja secara produktif, dan berkontribusi pada komunitas mereka.¹

Kondisi mental yang sehat pada tiap individu tidaklah dapat disamaratakan. Kondisi inilah yang semakin membuat urgensi pembahasan kesehatan mental yang mengarah pada bagaimana memberdayakan individu, keluarga, maupun komunitas untuk mampu menemukan, menjaga, dan mengoptimalkan kondisi sehat mentalnya dalam menghadapi kehidupan sehari-hari.²

Berdasarkan data yang di peroleh di Rutan Kelas IIB Sidrap pada Tahun 2019 ada 306 orang Narapidana Narkoba dimana yang menderita masalah kesehatan mental ada 75 orang dengan persentase 25% dan yang tidak menderita sebanyak 231 orang dengan persentase 75%.³

Masalah kesehatan mental tidak lagi hanya berupa gangguan jiwa yang berat

termasuk penyalahgunaan narkotika dan zat adiktif lain (NAPZA), tetapi juga meliputi berbagai problem psikososial yang memerlukan intervensi agar dapat menghindari terjadinya gangguan jiwa yang berat tersebut, disamping juga masalah taraf kesehatan mental yang optimal yaitu tahan terhadap stress serta dapat hidup harmonis dan produktif.

Menjadi seorang narapidana adalah sebuah kenyataan sangat pahit yang selalu dirasakan oleh orang-orang yang harus mempertanggung jawabkan kesalahannya. Di dalam UU No 12/1995 tentang Pemasyarakatan, pengertian narapidana adalah terpidana yang hilang kemerdekaan di lembaga pemasyarakatan. Sedangkan pengertian terpidana adalah seseorang yang dipidana berdasarkan putusan pengadilan yang telah memperoleh kekuatan hukum tetap.⁴

Masalah kesehatan mental pada narapidana dalam menghadapi masa tahanannya adalah suatu keadaan dimana narapidana merasa tidak dapat menyeimbangkan antara situasi yang menuntut dengan perasaannya. Dan merasa bahwa dia berada dalam keadaan yang terburuk dan memandang keadaan terburuk tersebut sebagai beban yang melebihi kemampuannya.

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis kemukakan, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi masalah kesehatan mental pada narapidana narkoba di rutan kelas IIB Sidrap.

BAHAN DAN METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif yaitu penelitian yang digunakan untuk menyelidiki, menemukan, menggambarkan, dan menjelaskan kualitas atau keistimewaan dari pengaruh sosial yang tidak dapat dijelaskan, diukur atau digambarkan melalui pendekatan kuantitatif. Penelitian ini dilaksanakan di Rutan Kelas IIB Sidrap selama \pm 2 bulan di mulai pada akhir bulan Juni s/d akhir bulan Agustus 2019. Instrumen dalam penelitian ini adalah panduan wawancara, alat tulis, tape recorder, dokumen, laporan dan lain sebagainya.

Teknik pengolahan data dalam penelitian ini adalah pengumpulan data (*data collection*), reduksi data (*data reduction*), display data (*data display*), dan verifikasi. Serta data disajikan dalam bentuk narasi yang merupakan penyajian data dalam bentuk kalimat yang akan memberikan informasi yang mudah dipahami sesuai dengan data yang diperoleh melalui wawancara mendalam (*indepth interview*) terhadap informan yang kemudian dibandingkan dengan teori dan kepustakaan yang ada.

HASIL

Karakteristik responden berdasarkan kelompok umur didapatkan kelompok umur 23-28 tahun sebanyak 7,7%, kelompok umur 29-34 tahun sebanyak 38,5%, kelompok umur 35-40 sebanyak 38,5% dan kelompok umur 46-50% sebanyak 15,3%. Responden

terbanyak adalah responden laki-laki yaitu 69,2% sedangkan perempuan sebanyak 30,8%.

Faktor masalah kesehatan mental

Adanya permasalahan psikologis yang terjadi di rutan disebabkan karena informan yang biasanya hidup bersama keluarga harus hidup di lingkungan penjara yang tidak diketahui kondisi dan keadaan disana. Berikut hasil wawancara dengan beberapa informan yaitu:

Informan AI 40 Tahun

“Awalnya saya beranggapan bahwa hidup di dalam penjara sangatlah sulit. Pasti orang-orang yang ada disana akan melakukan hal-hal yang buruk terhadap saya. Sehingga diawal-awal saya berada disini saya merasa sangat takut mudah cemas ada rasa malu, merasa bersalah kecewa terhadap diri saya sampai hilang kepercayaan diri saya. Seiring berjalannya waktu saya bisa mengatasi hal-hal tersebut karena di sini banyak kegiatan pembinaan dan kegiatan keagamaan.”

Informan PS 35 Tahun

” saat ini perasaan saya campur aduk, emosional juga mudah stres. Saya berpikir bagaimanakah nasib keluarga saya setelah saya berada di penjara, apakah mereka mau menerima saya kembali setelah keluar dari sini. Banyak pikiran-pikiran negatif yang selalu muncul namun seiring berjalanya waktu setelah berbulan-bulan menjalani hukuman perasaan-perasaan itu mulai menghilang sebab disini banyak kegiatan-kegiatan positif yang kami lakukan selain kegiatan pembinaan dan keagamaan kami juga diajarkan keterampilan jadi kami bisa melumpahkan

semua yang kami rasakan kesedihan, kebahagiaan, dan penyesalan kedalam karya seni.

Faktor optimisme

Faktor optimisme diukur dengan mewancarai secara langsung narapidana narkoba, kepala rutan, kasubsi rutan, dan tim medis dengan menggunakan panduan wawancara terhadap narapidana. Hal ini terlihat dari beberapa kutipan wawancara yang peneliti lakukan dengan informan yaitu:

Informan AI 40 Tahun

“ awalnya saya selalu stres, tetapi saya berpikir untuk menjadikan kegagalan sebagai acuan untuk berkembang dan menjadi lebih baik lagi, meskipun kadangkala saya juga merasa pesimis, jika hal tersebut terjadi pada diri saya biasanya saya mengatasinya dengan cara beribadah dan melakukan hal-hal positif. Bapak-bapak petugas rutan memberikan dukungan moral . Di Rutan ini disediakan kegiatan pembinaan dan kegiatan keagamaan “

Informan HW 25 tahun

“ Saya sempat merasa putus asa sehingga mengalami stress. Tetapi setelah beberapa lama, saya mulai berpikir bahwa kejadian ini bukan akhir dari segalanya jadi santai saja menghadapinya dan berusaha untuk hidup lebih baik tidak mengulangi hal yang sama. Saya membangkitkan energy positif dengan ikut acara keagamaan. Sesama narapidana kita harus saling menguatkan dan memotivasi untuk jadi pribadi yang lebih baik”.

Informan Kepala Rutan 49 tahun

“Biasanya saya meningkatkan optimisme dengan memberikan motivasi kepada para narapidana bahwa masuk kesini bukan berarti kiamat, tidak selamanya vonis yang dijatuhkan hakim akan dijalani seutuhnya, tidak menutup kemungkinan jika berkelakuan baik mendapatkan pemotongan hukuman”.

Informan Tim Medis 32 tahun

“ Faktor yang mempengaruhi optimis narapidana yaitu rasa malu dan ketidakyakinan napi ,apakah dapat diterima kembali dengan baik oleh keluarga dan lingkungan sekitar pada saat selesai menjalani masa hukuman “

Faktor Penyesuaian Diri

Setiap manusia yang berhadapan dengan situasi tertentu atau baru biasanya mereka akan merasa tidak nyaman dalam bertindak. Penyesuaian diri melibatkan respon mental karena individu berusaha mengendalikan diri, tekanan dan frustrasi dari dunia luar atau lingkungan dimana dia berada. Hal ini terlihat dari beberapa kutipan wawancara yang peneliti lakukan dengan narapidana dan kasubsi rutan yaitu:

Informan NR 30 tahun

“Pertama kali saya masuk rutan saya merasa tertekan karena harus pisah dengan keluarga dan harus hidup dengan ruang gerak yang terbatas, namun saya berusaha menyesuaikan diri saya dengan berbagai aturan, saya berusaha berbaur dengan narapidana lainnya. Selama di rutan banyak hal positif yang saya dapatkan seperti shalat lima waktu tidak

pernah terlewatkan, tadinya tidak tau membaca Al-quran, Alhamdulillah sekarang sudah bisa “

Informan JT 40 tahun

”awalnya masuk rutan, saya merasa sedih karena harus berpisah dengan keluarga. namun saya berusaha berbaur dengan narapidana lainnya, saling bertukar cerita agar tidak merasa sendiri. Selama dirutan banyak hal positif yang saya dapatkan seperti sekarang lebih religious, sering melibatkan diri dengan hal-hal yang baik seperti ikut kegiatan pembinaan.”

Informan Kepala Rutan 49 Tahun

“ Awal masuk wajar jika narapina mashi malu-malu untuk bergaul dengan narapidana lainnya, merasa tertekan karena hidup di lingkungan rutan jauh berbeda dengan lingkungan sebelumnya. Tapi disini kita ada yang namanya Mapenaling (Masa Pengenalan Lingkungan) yang bertujuan untuk memonitor apakah ada lawan. Biasanya mapenaling dilakukan selama 1 minggu baru napi bisa dikeluarkan untuk berbaur dengan napi yang lain “

Faktor lingkungan sosial

Faktor lingkungan sosial diukur dengan mewancarai secara langsung narapidana narkoba, kepala rutan, kasubsi rutan dan tim medis dengan menggunakan alat bantu panduan wawancara. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan di Rutan Kelas IIB Sidrap bahwa ada 3 sumber lingkungan sosial yang sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental para narapidana yaitu keluarga, teman

dan petugas rutan. Hal ini terlihat dari beberapa kutipan wawancara yang peneliti lakukan dengan beberapa informan yaitu:

Informan HN 33 tahun

“Saya merasa kecewa dengan apa yang saya lakukan, saya menyesal. Saya merupakan orang yang suka menyendiri, tetap bergaul dengan narapidana lainnya namun tidak sering. Selama ini saya tidak mendapatkan dukungan dari keluarga, saya merasa tidak dipenting di mata mereka. Hal ini membuat saya merasa depresi sehingga saya sulit tidur pada malam hari karena terlalu memikirkan hal tersebut”

Informan MA 29 Tahun

“ Pertama kali saya menginjakkan kaki di Rutan saya merasa sedih karena harus jauh dari orang terdekat. Kendala yang biasa dialami ketika berinteraksi dengan narapidana lain yaitu perbedaan pendapat/pandangan. Kegiatan pembinaan dan keagamaan sangat berpengaruh terhadap lingkungan sosial dirutan, karena dengan mengikuti kegiatan tersebut kita sering menghabiskan waktu bersama sehingga lebih saling mengenal satu sama lain. Selama dirutan ini, saya mendapat dukungan dari keluarga dan petugas rutan berupa motivasi untuk menjadi lebih baik lagi. dukungan tersebut menjadikan saya lebih kuat. ”

Faktor lama tahanan

Faktor lama tahanan diukur dengan mewancarai secara langsung narapidana narkoba, kepala rutan, kasubsi rutan dan tim medis dengan menggunakan panduan

wawancara. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan di Rutan Kelas IIB Sidrap, para narapidana yang tersangkut kasus narkoba mengalami kondisi stres yang tinggi akibat lamanya hukuman yang harus dijalani karena kehidupan pribadinya yang terisolasi atau dalam hubungannya dengan tekanan di sekitar lingkungannya yang baru. Selain itu, narapidana dituntut melakukan penyesuaian terhadap kehidupan di dalam rutan. Hal ini terlihat dari beberapa kutipan wawancara yang peneliti lakukan dengan narapidana dan kasubsi rutan yaitu:

Informan NR 30 tahun

“ Saya sudah menjalani hukuman selama 8 bulan. Saya hanya bisa berfikir positif sabar atas vonis dijatuhkan terhadap saya. Untuk mengatasi kondisi fisik dan psikologi yang kurang baik saya berbagi cerita dengan teman narapidana dan ikut kegiatan keagamaan. Saya sering melihat rekan-rekan narapidana mengalami stres. Dampak yang ditimbulkan atau terjadi ketika terlalu lama ditahan bisa saja merasa tertekan, merasa jauh dari keluarga.

Informan HN 33 tahun

“ Sudah 11 bulan saya berada di rutan menjalani hukuman. Saya hanya bisa pasrah atas vonis yang dijatuhkan terhadap saya. Untuk mengatasi kondisi fisik dan psikologi yang kurang baik sesama narapidana kita saling menguatkan dan memotivasi satu sama lain. Saya sering melihat rekan-rekan narapidana mengalami stress. Dampak yang ditimbulkan atau terjadi ketika terlalu lama

ditahan bisa saja merasa stress karena harus. ”pisah terlalu lama dengan keluarga.”

Informan Kasubsi Pelayanan 50 tahun

“ lama tahanan bisa saja mempengaruhi masalah kesehatan mental tergantung pribadi masing-masing”

PEMBAHASAN

Faktor optimisme

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan di Rutan Kelas IIB Sidrap sebagian besar narapidana optimis memiliki harapan untuk dapat kembali kedalam masyarakat dan menjalani kehidupan yang lebih baik. Orang pada dasarnya mempunyai harapan-harapan akan perkembangan dirinya di masa yang akan datang. Sehubungan dengan hal tersebut biasanya timbul pertanyaan pada masa depannya. Keberhasilan seseorang di masa depan akan diperoleh bila bekerja keras, tetapi selain kerja keras juga diperlukan optimis.

Hal ini sejalan dengan penelitian dengan penelitian yang dilakuka Epitectus (dalam Farida, 2002) mengatakan bahwa bila individu mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan, sebenarnya yang mengganggu bukanlah peristiwa itu sendiri melainkan cara memandang peristiwa tersebut. Individu yang berpikir negatif cenderung untuk mempercayai bahwa peristiwa-peristiwa yang tidak menyenangkan akan berlangsung lama dan akan melemahkan hal-hal yang sedang dikerjakannya. Individu yang berpikir positif cenderung memandang ketidak berhasilan dari segi sebaliknya. Individu tersebut percaya

bahwa kegagalan bukanlah kesalahannya, tetapi terdapat andil dari faktor lingkungan.⁵

Faktor penyesuaian diri

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan di Rutan Kelas IIB Sidrap terhadap 10 narapidana, dapat dilihat bahwa narapidana mengalami gangguan mental/stress terkait kesulitan untuk dapat menyesuaikan dirinya di lingkungan rutan, mereka tidak terbiasa hidup dengan ruang gerak yang terbatas yang dipenuhi oleh aturan-aturan. Hal ini didukung dari pernyataan kepala rutan kelas IIB Sidrap bahwa narapidana merasa tertekan karena hidup di lingkungan rutan jauh berbeda dengan lingkungan sebelumnya. Mengatasi stress/gangguan mental terkait faktor penyesuaian diri, para narapidana di Rutan dituntut untuk ikut kegiatan mapenaling (masa pengenalan lingkungan) melibatkan diri dengan program yang telah dirancang oleh rutan, seperti kegiatan keagamaan dan kegiatan pembinaan. Melalui kegiatan tersebut narapidana baru dapat berinteraksi dengan narapidana lainnya.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Picken (2014) menyatakan bahwa narapidana lebih rentan mengalami masalah psikologis atau gangguan mental terkait faktor penyesuaian terhadap lingkungan rutan. Hal ini diakibatkan karena internal rutan. Para narapidana biasanya tidak dapat menerima keadaannya pada lingkungan baru di dalam rutan, status baru sebagai narapidana, rasa takut akan terenggutnya hak-hak, dan perasaan tidak nyaman.⁶

Faktor lingkungan sosial

Ada tiga sumber lingkungan sosial yang sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental para narapidana yaitu keluarga, teman, dan petugas rutan. Biasanya faktor dukungan emosional yang diperoleh dari keluarga, teman dan petugas rutan mencakup ungkapan empati, kepedulian, perhatian kepada seseorang, dukungan penghargaan terjadi melalui ungkapan hormat atau penghargaan positif pada seseorang untuk membangun perasaan yang lebih baik terhadap diri seseorang tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Rutan Kelas IIB Sidrap, dari hasil wawancara yang dilakukan menunjukkan bahwa dari 10 narapidana yang menjadi informan sebanyak 3 narapidana yang mengaku tidak mendapatkan dukungan keluarga. Ketiga narapidana tersebut merasa dibuang dan tidak berharga dimata keluarga.

Berdasarkan identifikasi jawaban narapidana di Rutan kelas IIB Sidrap menyatakan pemberi dukungan sosial itu sendiri, berasal dari orang-orang terdekat. Hal yang sama juga dikemukakan oleh kasubsi rutan Kelas IIB Sidrap bahwa dukungan yang paling tinggi diterima narapidana berasal dari keluarga. Dukungan sangat di butuhkan narapidana sebagai penyangga sosial yang memiliki efek pada psikologis narapidana dalam menjalani kehidupan yang penuh dengan stress.⁷

Faktor lama tahanan

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan di Rutan Kelas IIB Sidrap, para narapidana yang tersangkut kasus narkoba

mengalami kondisi stres/ gangguan mental yang tinggi akibat lamanya hukuman yang harus dijalani karena kehidupan pribadinya yang terisolasi atau dalam hubungannya dengan tekanan di sekitar lingkungannya yang baru dan mereka harus lebih lama terpisah dari keluarga.

Korchin (2011) mengatakan bahwa cara merespon stress dan tipe stres apa yang dialami tergantung pada proses kognitif individu. Jika pikiran dan persepsi positif maka tindakannya pun cenderung positif, karena proses kognitif merupakan filter terhadap stres sebelum individu melakukan reaksi. Berdasarkan hasil penelitian, respon narapidana terhadap lingkungan baru mengakibatkan adanya perubahan dan peningkatan reaksi psikologis dan fisiologis, akan tetapi belum mengarah ke tindakan yang membahayakan baik diri sendiri maupun orang lain. Kondisinya relatif aman dan terkendali.⁸

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa faktor optimisme kesehatan mental pada narapidana narkoba menunjukkan bahwa mereka optimis dengan apa yang dialami sekarang dijadikan acuan untuk menjadi lebih baik lagi dan tidak mengulangi kesalahan yang sama, faktor penyesuaian diri menunjukkan bahwa narapidana awalnya memiliki kesulitan untuk dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan baru, karena mereka dituntut berbaur dengan orang-orang baru, aturan-aturan yang berlaku di dalam rutan, dan harus

hidup terpisah dengan keluarga, Faktor lingkungan sosial narapidana narkoba menunjukkan bahwa mereka merasa lingkungan sekitar membuat mereka mengucilkan diri seperti tidak mendapat dukungan keluarga dan adapula faktor lingkungan yang membawa dampak positif seperti menjadi rajin beribadah dan memotivasi dirinya jadi lebih baik, serta faktor lama tahanan menunjukkan bahwa narapidana yang tersangkut kasus narkoba mengalami kondisi stres yang tinggi akibat lamanya hukuman yang harus dijalani karena kehidupan pribadinya yang terisolasi atau dalam hubungannya dengan tekanan di sekitar lingkungannya yang baru. Disarankan bagi para narapidana agar menumbuhkan kesadaran pribadi untuk enggan dan merasa malu atau berdosa jika berbuat kejahatan, bagi Rutan Kelas IIB Sidrap disarankan untuk menyediakan seorang tenaga profesional untuk membantu memecahkan permasalahan narapidana berkaitan dengan keadaan psikologisnya, misalnya seorang psikolog yang berwenang seperti psikolog kriminal atau psikolog sosial. Narapidana banyak mengalami kesulitan adaptasi terhadap lingkungan sosial yang memicu munculnya perilaku negatif. Pihak Rutan juga disarankan agar bekerja sama dengan institusi psikologi untuk mengadakan pelatihan pengelolaan stres berbuat kejahatan. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan untuk menggunakan metode kuantitatif dengan variabel yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. *Mental Health Action Plan 2013–2020*. Geneva: World Health Organization. 2013. (Di akses pada Tanggal 15 April 2019)
2. Dewi, Kartika Sari. *Buku Ajar Kesehatan Mental*. Semarang: Lembaga Pengembangan dan Penjaminan Mutu Pendidikan Universitas Diponegoro. 2012. (Di akses pada Tanggal 15 April 2019)
3. Rutan Klas IIB Sidrap. *Profil Rutan Klas IIB Sidrap*. 2019.
4. Undang-undang Nomor 12 Tahun 1995 Tentang Pemasarakatan. (Di akses pada Tanggal 15 April 2019)
5. Farida. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Optimisme Masa Depan Pada Mahasiswa Program Twinning Di Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2002. (Di akses pada Tanggal 15 April 2019)
6. Picken. Hubungan *Character Strenght* dengan Penyesuaian Diri yang Efektif Pada Narapidana di LAPAS Sukamiskin Kelas IIA . *Pros Psikol*. 2014. (Di akses pada Tanggal 15 April 2019)
7. Balogun. Lembaga Pemasarakatan Perempuan DIY dengan Penekanan pada Penurunan Tingkat Depresi Warga Binaan Pemasarakatan. *Arsit Universitas Gadjah Mada*. 2014. (Di akses pada Tanggal 15 April 2019)
8. Khorcin. Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Warga Binaan Wanita Menjelang Bebas Di Lembaga Pemasarakatan Wanita Kelas II A Bandung. 2011. (Di akses pada Tanggal 15 April 2019)
9. Ginnis. Optimisme, Harapan, Dukungan Sosial Keluarga, dan Kualitas Hidup Orang Dengan Epilepsi. *Jurnal Psikologi* , 3,*No.2*, 123 - 133. 2012. (Di akses pada Tanggal 15 April 2019)
10. Hawari, Dadang. *Penyalahgunaan & Ketergantungan NAZA*. Gaya Baru, Jakarta. 2006. (Di akses pada Tanggal 15 April 2019)
11. Kementerian Kesehatan RI. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Laporan Riset Kesehatan Dasar*. 2013. Jakarta; Kementerian Kesehatan RI. 2013. (Di akses pada Tanggal 15 April 2019)
12. Nicolaus Bela Marzelo Negro. *Upaya Lembaga Pemasarakatan Purwokerto dalam Memenuhi Kebutuhan Seksual Narapidana yang Terikat Perkawinan*. *Jurnal Peradilan dan Penyelesaian Sengketa Hukum*. 2015. (Di akses pada Tanggal 15 April 2019)
13. Nur Shanti. Hubungan Tingkat Stress dengan Harga Diri Remaja di Lembaga Pemasarakatan. *JOM*. 2010;2(2):1231–40. 2010. (Di akses pada Tanggal 15 April 2019)
14. Nurul Muchlisah Salam. Efektivitas Terapi EFT (*Emotional Freedom Technique*) Untuk Menurunkan Tingkat

- Kecemasan Pada Narapidana Menjelang Bebas di Lapas Narkotika Kelas IIA Sungguminasa. Jurnal Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar. 2018. (Di akses pada Tanggal 15 April 2019)
15. Dosen Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padang Sidempuan. Pengaruh Lingkungan Sosial dan Keadaan Ekonomikeluarga Terhadap Kesehatan Mental Remaja Dikelurahan Aek Tampang. Jurnal Penelitian Ilmu-ilmu Sosial dan Keislaman. 2016. (Di akses pada Tanggal 15 April 2019)
16. Dumilah, Ayuningtyas, Misnaniarti, Marisa Rayhani. Analisis Situasi Kesehatan Mental pada Masyarakat Di Indonesia dan Strategi Penanggulangannya. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat. 2018. (Di akses pada Tanggal 15 April 2019).