

STRATEGI *COPING* STRES PADA NARAPIDANA WANITA DI RUTAN KELAS II B PONOROGO

Erva Zahrotul Wahidah

Institut Agama Islam Negeri Ponorogo
ervazahrotul@gmail.com

Muhamad Nurdin

Institut Agama Islam Negeri Ponorogo
muhamadnurdin@iainponorogo.ac.id

Abstract : *The purpose of this study was to determine the forms of stress, the use of stress coping and the results of stress coping used by female inmates at the Class IIB Ponorogo Rutan. This study uses a research method with a qualitative approach and the type of research is a descriptive study. As for the data collection method through interviews, observation and documentation. The results of this study indicate that the stress coping strategies for female prisoners in the Class IIB Ponorogo detention center are psychosocial stress. The type of psychosocial stressor experienced by female prisoners is a legal problem. Their involvement in legal matters makes their mental decline. Their presence in the prison environment can be a factor causing stress. Second, the use of stress coping on female inmates at the Class IIB Ponorogo detention center is a coping strategy that focuses on emotions. For example praying, reading the Koran, dhikr, chatting with friends, reading books and making crafts. Third, the results of stress coping carried out by female inmates at the Class IIB Ponorogo detention center are that they become calmer, more relaxed, more comfortable and mentally stronger. They can carry out activities well, are more enthusiastic and can think ahead.*

Keywords: *Coping Strategy, Stress and Female Prisoners*

]

Abstrak : Tujuan penelitian ini untuk mengetahui bentuk-bentuk stres, penggunaan *coping* stres dan hasil *coping* stres yang di gunakan narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo. Penelitian ini menggunakan metode penelitian dengan pendekatan kualitatif dan jenis penelitian studi deskriptif. Sedangkan untuk metode pengumpulan datanya melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa strategi *coping* stres pada narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo yakni *pertama*, bentuk-bentuk stres yang di alami narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo adalah stres psikososial. Jenis stresor yang psikososial yang di alami narapidana wanita adalah masalah hukum. Keterlibatan mereka dalam masalah hukum membuat mental mereka menurun. Keberadaan mereka di lingkungan rutan dapat menjadi faktor penyebab stres. *Kedua*, penggunaan *coping* stres pada narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo adalah strategi *coping* berfokus pada emosi. Contohnya sholat, mengaji, dzikir, ngobrol dengan teman, baca-baca buku dan membuat kerajinan. *Ketiga*, hasil *coping* stres yang dilakukan narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo adalah mereka menjadi lebih tenang, lebih rileks, lebih nyaman dan mental lebih kuat. Mereka bisa menjalankan aktivitas dengan baik, lebih bersemangat dan bisa berfikir ke depan.

Kata kunci: Strategi Coping, Stres dan Narapidana Wanita

PENDAHULUAN

Lembaga Pemasyarakatan (LAPAS) adalah bagian akhir dari sistem peradilan pidana di Indonesia setelah 3 sistem peradilan pidana yaitu kepolisian, kejaksaan dan pengadilan yang menjatuhkan vonis hukuman penjara kepada para terpidana. Melakukan pembinaan Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) berdasarkan sistem, kelembagaan, dan cara pembinaan berdasarkan Pancasila adalah tugas dan fungsi lembaga pemasyarakatan. Berdasarkan Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan (UU Pemasyarakatan), pembinaan WBP dilaksanakan secara terpadu antara pembina, yang dibina, dan masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas WBP agar menyadari kesalahan, memperbaiki diri, serta tidak mengulangi tindak pidana. Sehingga setelah mereka keluar dari penjara dapat diterima kembali oleh lingkungan masyarakat, dapat aktif berperan dalam pembangunan, dan dapat hidup secara wajar sebagai warga yang baik dan bertanggung jawab.¹ Undang-undang No.12 Tahun 1995. Tidak ada dalam peraturan pelaksanaan pembinaan narapidana di dalam rumah tahanan. Namun karena banyak LAPAS yang mengalami kelebihan hunian (*over capacity*), maka pelaksanaan pembinaan narapidana dapat dijalankan di dalam rumah tahanan. Sehingga petugas rutan mempunyai fungsi ganda yaitu merawat tahanan dan membina narapidana.

Berdasarkan Keputusan Menteri Kehakiman Republik Indonesia nomor: M.02-PK,04.10 Tahun 1990 tentang pola pembinaan Narapidana/Tahanan menegaskan bahwa: Unit pelaksana teknis tempat tersangka atau terdakwa yang ditahan selama proses penyidikan, penuntutan, dan pemeriksaan di sidang pengadilan disebut dengan Rumah Tahanan Negara (RUTAN). Rutan dibentuk oleh Menteri ditiap kabupaten dan kota madya yang mempunyai peran sebagai pelaksana asas pengayoman yang merupakan tempat untuk mencapai tujuan pemasyarakatan melalui pendidikan, rehabilitasi, dan reintegrasi.²

Kebanyakan narapidana wanita yang baru pertama kali mengalami masa-masa tahanan di rutan akan mengalami berbagai gangguan psikologis karena kehilangan kemerdekaannya sebagai manusia. Seorang narapidana akan memaksakan diri untuk tetap bisa bertahan hidup dengan berusaha beradaptasi terhadap lingkungan barunya, mencari cara untuk memenuhi setiap kebutuhan dasarnya dalam kondisi penuh keterbatasan. Narapidana wanita yang melakukan tindak pidana pembunuhan akan menjalani masa tahanan yang cukup lama sehingga banyak menghadapi sejumlah permasalahan yang berpengaruh terhadap psikologisnya.

¹ Citra Anggraeni Puspitasari, "Tanggung Jawab Pemerintahan Dalam Pelanggaran Hak Narapidana Dan Tahanan Pada Lembaga Pemasyarakatan/Rumah Tahanan", *Jurnal Panorama Hukum*, 1 (2018), 33-34.

² Romli Atmasasmita. *Strategi Pembinaan Pelanggaran Hukum Dalam Penegakan hukum Di Indonesia*. (Bandung : Alumni. 1975), 59.

Kehidupan yang dijalani seorang narapidana selama berada di penjara, membuat dirinya merasa kehilangan keluarga, kehilangan kontrol diri, kehilangan model, dan kehilangan dukungan. Selain itu tembok rutan juga membuat mereka kehilangan kebebasan. Narapidana wanita akan mengalami kehidupan yang berbeda dengan kehidupan yang sebelumnya antara lain kehilangan hubungan dengan lawan jenis, kehilangan hak untuk menentukan segala sesuatunya sendiri, kehilangan hak memiliki barang, dan kehilangan rasa aman. Berbagai permasalahan yang dialami narapidana merupakan gangguan yang dapat berpengaruh pada fisik maupun psikologis.³

Narapidana wanita mempunyai hak dan kewajiban yang sama dengan narapidana laki-laki. Namun, berbeda keadaan secara psikologis. Perbedaannya terletak pada keadaan emosi dan kesehatan mental. Menurut Butterfield menjelaskan bahwa narapidana wanita lebih rentan mengalami mental *illness* dibandingkan dengan narapidana laki-laki. Penelitian tersebut juga mengatakan bahwa narapidana wanita lebih rentan mengalami depresi. Menurut Butterfield beberapa literatur mendukung meskipun kedua jenis kelamin mengalami depresi, perempuan tampak mengalami lebih banyak kesulitan. Menurut Hawari diperkirakan jumlah yang menderita gangguan kecemasan baik yang akut maupun kronik mencapai 5% dari jumlah penduduk, dengan perbandingan wanita dan pria 2 : 1.⁴

Perbedaan jenis kelamin ini jelas membedakan cara pembinaan dan pemenuhan hak antara narapidana laki-laki dan narapidana perempuan. Maka dari itu, pengaturan mengenai hak perempuan dalam tahanan sudah diadopsi oleh Majelis Umum Perserikatan Bangsa Bangsa (PBB) pada 2010 yaitu *The United Nations Rules for the Treatment of Women Prisoners and Non-Women Offenders* atau yang dikenal dengan *The Bangkok Rules*. *The Bangkok Rules* memberikan sejumlah aturan bersama yang harus diberlakukan baik untuk perempuan yang normal maupun perempuan dengan kebutuhan khusus (perempuan hamil, perempuan dengan masalah narkoba dan perempuan disabilitas) di dalam tahanan.⁵

Stres muncul bersamaan dengan peristiwa dan perjalanan kehidupan yang dilalui setiap individu dan tidak dapat dihindari sepenuhnya. Ketika individu mengalami stres akan menimbulkan rasa ketidaknyamanan dan mengganggu siklus kehidupan. Bahkan, stres yang berkelanjutan dapat membahayakan diri sendiri maupun orang lain. Sehingga kita perlu memahami gejala stres, dampak stres, penyebab stres, dan cara mengatasinya. Cara individu dalam menangani kondisi stres berbeda-beda antara satu individu dengan yang lain. Hal ini tergantung dari pengalaman yang dimiliki oleh masing-masing individu.⁶ Kehidupan narapidana tidak lepas dari berbagai permasalahan yang pada

³ Weni Mardo Mila Fitri, "Coping Religius Pada Narapidana Perempuan Kasus Pembunuhan di Lapas Perempuan Kota Palembang," (Skripsi, UIN Raden Patah Palembang, 2017), 7-8.

⁴ Anna Ari Santi, "Stres dan Strategi Coping Pada Narapidana Wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Wanita Semarang," (Skripsi, Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga, 2015) 2.

⁵ Penny Naluria Utami, "Pemenuhan Pelayanan Kesehatan Bagi Narapidana Perempuan di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Langkat", *Jurnal HAM*, 3 (Desember 2020), 421

⁶ Sukadiyanto, "Stress dan Cara Mengurangnya", *Cakrawala Pendidikan*, 1, (2010), 56

akhirnya berujung ke stres. Sarafino menjelaskan bahwa stres merupakan suatu kondisi yang dihasilkan ketika transaksi antara individu dengan lingkungan yang menyebabkan individu tersebut merasakan adanya ketidaksesuaian baik nyata atau tidak antara tuntutan situasi dan sumber-sumber dari sistem biologis, psikologis dan sosial yang terdapat dalam dirinya.⁷

Berdasarkan kajian terhadap beberapa penelitian terdahulu terdapat perbedaan. Perbedaannya terletak pada tempat, subjek dan hasil penelitian. Sehingga dapat diketahui bahwa masalah yang terkait dengan bentuk stres dan penggunaan *coping* stres pada Narapidana Wanita di Rutan Kelas IIB Ponorogo belum dibahas. Oleh karena itu, penulis memandang bahwa penelitian ini patut dibahas dalam penelitian sebagai sumber karya tulis ilmiah.

METODE

Pendekatan penelitian ini adalah penelitian lapangan dengan menggunakan pendekatan kualitatif yang mana prosedur penelitian dapat menghasilkan data-data yang bersifat deskriptif yang berupa ucapan, tulisan dan perilaku, dengan melakukan pengamatan pada subjek yang diteliti.⁸ Jenis penelitian yang digunakan dan diterapkan dalam penelitian ini adalah penelitian lapangan. Jenis penelitian lapangan yaitu penelitian yang dilakukan secara sistematis dengan mengangkat data di lapangan yang bersifat deskriptif. Penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif, yaitu data yang dikumpulkan berupa kata-kata dan gambar. Lokasi penelitian ini bertempat di rutan kelas IIB Ponorogo.

Sumber data yang telah penulis tentukan yakni dari narasumber. Yang menjadi narasumber untuk penelitian ini adalah narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo. Pengambilan sampel untuk dijadikan narasumber menggunakan kriteria tertentu. Logika yang mendasari pendekatan ini adalah penelitian yang akan *me-review* dari semua kasus yang memenuhi kriteria sebelumnya.⁹ Kriteria tersebut dapat dilihat dari data-data narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo seperti data usia, data kasus, dan status perkawinan. Sumber data lain meliputi transkrip wawancara, foto, catatan lapangan, dan dokumen. Teknik pengumpulan data yaitu Observasi, wawancara dan dokumentasi.¹⁰ Peneliti mengawali analisis data dengan memaparkan fakta-fakta atau data-data yang ditemukan di lapangan yang dikumpulkan melalui wawancara, observasi dan dokumentasi, kemudian dibandingkan dengan teori yang relevan penelitian, dan tahap akhir adalah peneliti melakukan penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bentuk-Bentuk Stres yang dialami Narapidana Wanita

⁷ Anna Ari Santi, "Stres dan Strategi Coping Pada Narapidana Wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Wanita Semarang," (Skripsi, Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga, 2015) 1

⁸ Farhan Arief. *Pengantar Metode Penelitian Kualitatif*. (Surabaya: Usaha Nasional. 1992), 79

⁹ E. Kristi Poerwandari, *Pendekatan Kualitatif Untuk Penelitian Perilaku Manusia Cetakan Kelima*, (Depok: LPSP3 UI, 2013), 118

¹⁰ Salim & Syahrums, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Citapustaka Media, 2012), 87.

Bentuk-bentuk stres yang dialami narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo mayoritas adalah stres psikososial. Jenis stresor yang psikososial yang dialami narapidana wanita adalah masalah hukum. Keterlibatan mereka dalam masalah hukum membuat mental mereka menurun. Tempat tinggal mereka sekarang di rutan membuat kehidupan mereka berubah. Penyebab stres bermacam-macam mulai dari masalah yang terkait dengan lingkungan sekitar, hubungan dengan keluarga, rumah tangga dan orang-orang yang di sayangi. Faktor penyebab stres yang dialami narapidana wanita adalah keadaan di lingkungan rutan yang membosankan, menekan. Narapidana wanita yang sudah menikah dan mempunyai anak yang menjadi beban pikiran selama di rutan adalah anaknya yang berada dirumah. Narapidana wanita yang muda lebih santai dalam menghadapi stres daripada narapidana yang tua.

Sumber stres narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo berbeda-beda. Subjek SFH merasa stres karena merasa bosan dan tertekan selama berada dilingkungan rutan. Subjek AFL merasa stres karena mengingat bapaknya yang sedang sakit dirumah dan harus mengurus serta membiayai sekolah anak-anaknya. Hal tersebut menjadi beban pikiran subjek selama dirutan. Subjek YS merasa stres karena keadaan yang serba dibatasi dan hanya berada di blok hunian. Subjek A merasa stres karena bosan dan tertekan tidak mendapatkan hiburan. Tidak ada dukungan dari keluarga, dia berasa hidup sebatang kara. Subjek LF merasa stres karena mengingat keluarganya di rumah, anaknya yang masih kecil dan masih sekolah.

Stres yang berkepanjangan akan menimbulkan dampak bagi narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo. Seperti yang dirasakan beberapa subjek penelitian yang mengalami dampak stres pada kesehatannya. Ketika stres penyakit yang diderita seperti tekanan darah rendah dan fertigo akan menjadi kambuh. Bisa sampai drop dan lemas. Namun tidak semua narapidana wanita di rutan mengalami dampak stres. Ada juga yang hanya stres biasa tidak sampai ke kesehatannya. Hal tersebut tergantung kondisi mental narapidana wanita baik secara fisik dan psikis.

Penggunaan Strategi *Coping* Stres pada Narapidana Wanita

Strategi *coping* yang digunakan narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo adalah strategi *coping* stres berfokus pada emosi. Hal ini dikarenakan lingkungan yang ada di rutan monoton tidak bisa melakukan aktivitas yang bebas seperti lingkungan di luar rutan. mereka merasa tidak dapat mengubah situasi yang menekan dan hanya dapat menerima situasi tersebut karena sumberdaya yang dimiliki tidak mampu mengatasi situasi yang mereka hadapi. Serta masalah yang dihadapi di dalam rutan dan di luar rutan itu berbeda. Di dalam rutan mereka mempunyai masalah dengan lingkungan sekitar rutan dan keadaan di dalam rutan yang membosankan. Namun, ketika mereka di luar rutan permasalahannya menjadi bermacam-macam seperti keluarga yang mempunyai hutang, masalah pekerjaan, masalah dengan lingkungan dll.

Penggunaan strategi coping stres narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo. *Pertama*, memberi penilaian positif yaitu mereka bisa menciptakan makna positif untuk

mengembangkan diri dalam hal-hal religius. Contohnya, mereka memperbanyak ibadah kepada Allah SWT seperti sholat, mengaji, dan dzikir. Karena menganggap sholat bisa mencegah atau bahkan mengobati stres. Sholat merupakan kenikmatan yang apabila kita sering melakukannya dengan sungguh-sungguh dan niat yang khushyuk bisa membuat pikiran dan hati kita merasa tenang dan sejuk. Mata batin kita bisa lebih terbuka dan luas. Mengaji juga bisa dilakukan narapidana wanita mengobati stres. Karena menganggap membaca al-Qur-an bisa membuat pikiran selalu tenang, jernih, dan lebih stabil dalam menghadapi permasalahan. Permasalahan yang dihadapi dapat terselesaikan dengan baik. Mereka membiasakan membaca al-Qur'an setiap hari agar pikiran tenang dan memiliki mental sehat. Dengan begitu, akan terhindar dari penyakit pikiran seperti stres. Dzikir dapat mengurangi stres karena mental kita dikuatkan, dibersihkan dari segala kotoran. Dengan dzikir mereka selalu ingat kepada Allah dan bisa mengurangi stres yang mereka rasakan.

Kedua, penekanan pada tanggungjawab yaitu mereka bisa menerima segala sesuatu yang terjadi saat ini dan mampu menyesuaikan diri dengan kondisi yang di alaminya. Contohnya, mereka bisa beradaptasi dengan baik di lingkungan sekitar rutan. Ngobrol dengan teman nya untuk melupakan masalah-masalah yang di jalani. Sehingga mereka tidak terpuruk oleh keadaan. *Ketiga*, pengendalian diri yaitu mereka melakukan regulasi baik perasaan maupun tindakan. Mereka berfikir terlebih dahulu sebelum berbuat agar tidak terjerumus ke hal-hal negatif. Mereka melakukan pengendalian diri dengan menyibukkan diri seperti baca-baca buku dan membuat kerajinan. Mereka mengembangkan bakatnya dengan membuat kerajinan agar terhindar dari hal-hal negatif. Mereka juga menganggap buku bisa menjadi sumber inspirasi.

Hasil Strategi Coping Stres yang digunakan Narapidana Wanita

Sebelum melakukan strategi *coping* stres perasaan narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo sangat kacau, sedih, gelisah, sulit berkonsentrasi dan kurang bersemangat. Hal tersebut berpengaruh pada kondisi kesehatan dan mental narapidana wanita. Oleh karena itu, narapidana wanita menggunakan strategi *coping* untuk memulihkan perasaannya. Strategi *coping* berfungsi untuk membantu perasaan emosional yang muncul ketika stres. Perasaan narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo setelah melakukan strategi *coping* stres. *Pertama*, lebih tenang dan rileks sebuah emosi positif yang merefleksikan kedamaian batin dan rasa percaya diri. Mereka berusaha mencari cara untuk mencapai dan mengaktualisasikan hidup, jauh dari rasa cemas dan rasa khawatir. Perasaan ketenangan hati berasal dari keyakinan kepada Allah swt. dengan mendekati diri kepada sang pencipta sebagai dorongan untuk melakukan kebaikan dan memiliki kepribadian yang baik. Sehingga mampu mempertahankan atau memulihkan diri dari berbagai konflik dan ketegangan di dalam diri. *Kedua*, lebih nyaman yaitu mereka merasa senang, aman dan tidak ada beban pikiran. Mereka bisa mengambil hikmah dari setiap permasalahan. Sehingga mereka bebas dari rasa iri dengki, sombong, rendah diri, merasa cukup dengan apa yang dimilikinya dan tidak pernah merasa kurang dengan apa yang

diterimannya. *Ketiga*, lebih kuat mental karena mereka bisa menikmati setiap proses hidup sebesar apapun cobaan yang diberikan akan di hadapi dengan hati yang ikhlas. Mereka bisa menerima dan mengakui dirinya apa adanya, mengakui segala kekurangan dan kelebihan yang dimiliki dan bersabar atas segala cobaan serta selalu bersyukur kepada Allah. Mereka memiliki semangat untuk merubah diri menjadi lebih baik di masa mendatang.

Perubahan tersebut bisa dirasakan oleh narapidana wanita setelah melakukan strategi *coping* stres. Untuk mendukung keberhasilan strategi *coping* stres yang sudah dilakukan oleh narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo yaitu peran keluarga dan teman sekitar dalam memberikan bimbingan dan semangat kepada narapidana wanita selama di rutan. Awalnya kebanyakan keluarga narapidana wanita kecewa dan tidak menyangka saat mengetahui salah satu keluarganya masuk rutan. Akan tetapi rasa kecewa itu tidak berlangsung lama. Keluarga narapidana wanita bisa menerima dan memberikan support yang terbaik. Dengan harapan subjek bisa lebih baik lagi kedepannya. Narapidana wanita berjanji pada dirinya bahwa akan berubah menjadikan masalah sebagai pembelajaran dan pengalaman hidup. Narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo mampu beradaptasi dengan lingkungan sekitar rutan dengan baik. Mereka saling mendukung dan menguatkan satu sama lain. Ketika ada teman yang sedang sakit mereka membantu mencari obat atau membawanya ke klinik kesehatan. Hal tersebut baik untuk kesehatan mental narapidana wanita.

Keberhasilan strategi *coping* yang dilakukan membutuhkan faktor dukungan keluarga dan teman sekitar narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo. Karena semakin tinggi dukungan keluarga maka semakin tinggi kesehatan mental narapidana. Sebagian besar narapidana wanita memperoleh dukungan keluarga berupa dukungan penilaian dan dukungan emosional. Dukungan tersebut baik untuk mengatasi narapidana wanita yang sedang mengalami drop maupun stres.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan adalah bentuk-bentuk stres yang dialami narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo mayoritas adalah masalah hukum. Keterlibatan mereka dalam masalah hukum membuat mental mereka menurun. Penyebabnya adalah keadaan di lingkungan rutan yang membosankan, menekan. Sumber stres lainnya berasal dari hubungan dengan orang sekitar dan keluarga. Hal tersebut berdampak pada fisik yang mengganggu kesehatannya. Penggunaan *coping* stres pada narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo sama. Mereka menggunakan strategi *coping* stres yang berfokus pada emosi. Misalnya sholat, mengaji, ngobrol dengan teman, membuat kerajinan dan membaca buku. Dengan melakukan *coping* stres mereka mampu mengendalikan diri mereka, memberi penilaian positif, bertanggungjawab dan menghindarkan diri dari perbuatan negatif. Hasil *coping* stres yang dilakukan narapidana wanita di rutan kelas IIB Ponorogo adalah mereka menjadi lebih tenang, lebih rileks, lebih nyaman dan mental lebih kuat. Mereka bisa menjalankan aktivitas dengan baik, lebih bersemangat dan bisa berfikir ke depan.

REFERENSI

- Arief, Farhan. *Pengantar Metode Penelitian Kualitatif*. Surabaya: Usaha Nasional, 1992.
- E. Kristi Poerwandari. *Pendekatan Kualitatif Untuk Penelitian Perilaku Manusia Cetakan Kelima*. Depok: LPSP3 UI, 2013
- Romli Atmasasmita. *Strategi Pembinaan Pelanggaran Hukum Dalam Penegakan hukum Di Indonesia*. Bandung : Alumni. 1975
- Salim & Syahrums, *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Citapustaka Media, 2012
- Anna Ari Santi, “Stres dan Strategi Coping Pada Narapidana Wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Wanita Semarang,” Skripsi, Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga, 2015
- Citra Anggraeni Puspitasari. “Tanggung Jawab Pemerintahan Dalam Pelanggaran Hak Narapidana Dan Tahanan Pada Lembaga Pemasyarakatan/Rumah Tahanan”. *Jurnal Panorama Hukum*, 1, 2018
- Penny Naluria Utami. “Pemenuhan Pelayanan Kesehatan Bagi Narapidana Perempuan di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Langkat”. *Jurnal HAM*, 3, 2020
- Sukadiyanto, “Stress dan Cara Mengurangnya”, *Cakrawala Pendidikan*, 1, 2010
- Weni Mardo Mila Fitri, “Coping Religius Pada Narapidana Perempuan Kasus Pembunuhan di Lapas Perempuan Kota Palembang,” Skripsi, UIN Raden Patah Palembang, 2017.