Jurnal Kognisia Volume 8, Nomor 1, April 2025, 69-78
doi: 10.20527/kognisia.2025.004.008

eISSN: 2809-6215
pISSN: 2809-6827

Peranan *Adversity Quotient* terhadap Stres pada Narapidana Lapas II B Amuntai

The Role of Adversity Quotient in Stress among Prisoners at The Class II B Amuntai Correctional Institution

Syifa Ghina Dzakiyyah *, Jehan Safitri, & Rahmi Fauzia
Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, 70174, Indonesia

ABSTRAK
Umumnnya setiap narapidana pasti berpotensi mengalami stres, apalagi dengan tempat dan lingkungan baru. Tetapi setiap orang mempunyai pengendalian diri untuk mengatasi hal tersebut. Sampel penelitian sebanyak 200 orang partisipan yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data penelitian dikumpul kan menggunakan skala *Adversity Response Profile* (ARP) dan *Depression Anxiety Stress Scales* (DASS). Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan analisis regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukan terdapat peranan *adversity quotient* terhadap stres pada narapidana di Lapas II B Amuntai. Semakin tinggi *adversity quotient* maka semakin rendah stres pada narapidana.

Kata kunci: *adversity quotient*, lapas, narapidana, stres.

***Korespondensi:**
Syifa Ghina Dzakiyyah
syifaghina2505@gmail.com

Masuk: 20 November 2023
Diterima: 30 November 2023
Terbit: 25 April 2025

Sitasi:
Dzakiyyah, S. G., Safitri, J., & Fauzia, R., (2025). Peranan *Adversity Quotient* terhadap Stres pada Narapidana Lapas II B Amuntai *Jurnal Kognisia, 8*(1), 69-78. http://doi.org/10.20527/kognisia.2025.004.008

ABSTRACT
Every prisoner generally has the potential to experience stress, especially in a new place and environment, but each person has self-control to overcome it. However, there are different ways of looking at dealing with problems. Some persons are successful and some are trapped in the problems so that they use various methods from those acceptable by logic to those unacceptable by logic, causing them to be sent to a prison. The study sample was 200 participants selected using the purposive sampling technique. Data were collected using the Adversity Response Profile (ARP) scale and Depression Anxiety Stress Scales (DASS). The method used in the study was a quantitative method with the simple linear regression analysis. The results of the study show that there is a role of adversity quotient in stress among prisoners at the Class II B Amuntai Correctional Institution; the higher the adversity quotient, the lower the stress among the prisoners.

Keywords: adversity quotient, correctional institution, prisoners, stress.

PENDAHULUAN

Berdasarkan data narapidana Amuntai pada bulan Desember tahun 2021 yang dirilis oleh Sistem Database Pemasyarakatan (SDP) , dibanding Maret 2022, jumlah narapidana naik sebesar 503 orang. Pada bulan April jumlah narapidana meningkat sebanyak 537 orang. Pada bulan Mei terjadi penambahan jumlah narapidana yang masuk sebesar 542 orang. Pada data terakhir pada bulan Juni 2022 jumlah narapidana sedikit menurun yaitu 535 orang. Tingkat tindak pidana khusus tahun 2021 sebesar 48 orang dan tingkat tindak kejahatan tahun 2021 sebesar 121 orang (SDP Publik, 2022). Narapidana yang ditahan di lembaga pemasyarakatan menyebabkan tingkat stres yang lebih tinggi karena mereka tidak dapat berkomunkasi diluar penjara dengan orang lain dan terbatasnya ruang gerak atau aktivitas rutin yang biasa dilakukannya akan menjadikan narapidana semakin tertekan. Kondisi psikologis narapidana sangat dipengaruhi oleh pengalaman awal mereka di penjara. Ketika narapidana mengalami ketidakseimbangan antara tuntutan situasional dan keadaan emosionalnya, maka kondisi tersebut dapat dikatakan sebagai stres dalam menghadapi masa tahanan (Husni & Lestari, 2018).

Menjadi narapidana bukanlah hal yang menyenangkan bagi seseorang yang

sebelumnya dapat menikmati kehidupan bebas. Namun, dalam waktu yang singkat, penyesuaian ini dapat menyebabkan narapidana mengalami perasaan seperti sedih, cemas, kesepian, jenuh, kesulitan, gelisah, dan perasaan negatif lainnya, yang pada akhirnya menyebabkan stres (Abdillah, 2020). Stres dapat timbul dari persepsi dan penilaian individu terhadap kondisi yang mereka hadapi, serta kemampuan mereka untuk mengatasi dan memanfaatkan situasi yang sulit tersebut (Widyaningrum, 2017). Menurut penelitian lain, *adversity quotient* adalah komponen yang memengaruhi perbedaan tingkat stres setiap orang (Virgiawan, 2022). Menurut penelitian sebelumnya yang melibatkan siswa, menemukan bahwa faktor *adversity quotient* sangat memengaruhi kemampuan seseorang untuk mengatasi stres (Koimah, 2021). Konsep dari *adversity quotient* ini terkait erat dengan pemasalahan diri narapidana, karena menghadapi masalah diperlukan dorongan motivasi yang kuat untuk terus berupaya serta mental yang kuat memungkinkan seseorang menerima dan belajar dari kegagalan yang mungkin terjadi. Secara keseluruhan, pemahaman mengenai *adversity quotient* berperan penting dalam memahami dan meningkatkan tingkat keberhasilan (Nuranasmita, 2022).

Studi pendahuluan yang dilakukan pada 2 orang narapidana Lapas II B Amuntai mendapatkan fakta bahwa *adversity quotient* sangat berpengaruh pada tingkat stresnya. Ketika narapidana merasakan kondisi yang sangat tertekan dan merasakan kecemasan yang berlebih bahkan sampai sulit tidur dan pernah merasa putus asa, tidak menerima keadaan, bahkan sampai menarik diri dari lingkungan sekitar.Hal tersebut cukup membuat mereka merasa stres.Namun, dengan cara mengikuti kegiatan keagamaan, menyibukan diri dengan hal positif, meningkatkan kepercayaan diri, dan lebih banyak berkomunikasi dengan orang-orang yang di lapas.

Stres

Stres merupakan kondisi atau keadaan yang melibatkan psikologis dan fisiologis yang timbul sebagai respons psikologis yang berdampak pada fisik, emosi, dan hubungan sosial terhadap tekanan atau tuntutan yang melebihi kemampuan individu untuk mengatasi tuntutan lingkungan mereka (Lazarus, 1984; Anggawira, 2019). Stres memiliki tiga aspek yaitu fisik,psikologi, dan perilaku (Febrianti, 2019).faktor yang mempengaruhi stres ada dua,faktor internal dan faktor eksternal.Faktor internal merupakan ada pada diri seseorang yaitu genetika, keyakinan, talenta, motivasi, karakter, prestasi, kecerdasan, dan kesehatan. Sedangkan faktor eksternal dari bagian luar diri seseorang berkaitan dengan pendidikan dan lingkungan termasuk lingkungan yang tidak aman dengan konflik, kekerasan, dan kurangnya dukungan dari keluarga dan orang lain (Wuryansari, *et al* 2019). Setiap individu mempunyai empat tingkatan stres yaitu ada yang stresnya normal,ringan,sedang dan berat.

Adversity Quotient

Adversity quotient merupakan kemampuan individu ketika menghadapi tantangan atau kesulitan yang terjadi dalam hidup, *adversity quotient* juga dapat menjadi ukuran bagi kemampuan individu ketika mengatasi permasalahannya, apakah dapat terus bertahan atau putus asa (Hapidoh *et al*, 2019). Kehidupan dapat digambarkan sebagai sebuah pendakian dari perspektif *adversity quotient*. *Adversity quotient* merupakan kunci utama penentuan diri seseorang dalam penyelesaian masalah. *Adversity quotient* memiliki empat aspek yaitu control, *origin dan ownership, reach, dan endurance. adversity quotient* dipengaruhi oleh sejumlah faktor, termasuk kinerja, bakat, kecerdasan, kesehatan, karakter, genetik, keyakinan, dan hasrat atau kemauan. Daya saing, produktivitas, motivasi, mengambil risiko, perbaikan, ketekunan, dan belajar adalah faktor lain yang membentuk dan mempengaruhi perkembangan seseorang.

Narapidana

Menurut Pasal 1 ayat 5 Undang-Undang Nomor 12 tahun 1995 tentang pemasyarakatan, narapidana merupakan terpidana yang sedang menjalani pidana dan hilang kemerdekaan di Lembaga Permasyarakatan. Narapidana yang sedang menjalankan hukuman merasakan kehilangan kebebasan bersosialiasasi dalam Lembaga Permasyarakatan (Kusumaningsih, 2017). Ketentuan yang membedakan tahanan dan narapidana dari segi prinsip hukum. Seseorang yang telah mendapat ketetapan hukum dari keputusan pengadilan terhadap tindak pidanya disebut sebagai narapidana. Sedangkan pengertian tahanan yaitu seseorang yang statusnya masih sementara menjalani proses hukum dan keputusan dari pengadilan sebagai terdakwa atau tersangka yang belum mendapat ketetapan hukum (Dodo *et al*, 2022).

Meskipun narapidana kehilangan kemerdekaannya, masih ada hak untuk narapidana yaitu mendapatkan perlindungan dalam sistem dalam pemasyarakatan Indonesia. Pada pasal 2 Undang- Undang Tahun 1995 tentang pemasyarakatan, sistem pemasyarakatan diberikan dalam membantu orang yang menjalani hukuman memperbaiki karakter mereka. Dengan menggunakan sistem ini, mereka diharapkan dapat mengakui apa yang telah mereka lakukan, memperbaiki diri, dan menghindari melakukan tindakan kriminal sehingga mereka dapat diterima kembali oleh masyarakat dan kembali menjalani kehidupan normal yang melibatkan bertanggung jawab (Herliansyah, 2020). narapidana yang menjalani hukuman penjara mengalami efek psikologis dan psikis, termasuk stres, depresi, kehilangan identitas diri, perasaan rendah diri, dan perasaan gagal (Naiborhu,2018).

Hipotesis

Berdasarkan penjabaran yang telah disampaikan sebelumnya, penelitian ini bertujuan agar mengetahui peranan *adversity quotient* terhadap stres pada narapidana dengan hipotesis apakah terdapat atau tidak terdapat peranan *adversity quotient* sebagai variabel X terhadap stres sebagai variabel Y pada pada narapidana?

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif dilakukan agar bermaksud sebagai pengujian terhadap hipotesis yang dimiliki sehingga mendapatkan siginifikansi pengaruh antar variabel. Penelitian yang dilakukan ini penelitian regresi sederhana dikarenakan melakukan pengujian peranan antara variabel yang digunakan.

Partisipan

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu seluruh narapidana Lapas II B Amuntai. Jumlah sampel sebanyak 200 narapidana. Teknik pengaambil sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling* yakni teknik *non-probability.* Kriteria subjek yang digunakan pada penelitian ini yaitu; a) narapidana di Lembaga Permasyarakatan kelas II B Amuntai b) Narapidana minimal 1 tahun

Pengukuran

Teknik pengambilan data pada penelitian ini melalui pengisian skala yang terdiri dari skala stres dan *adversity quotient.* Skala *adversity quotient* menggunakan *adversity quotient Scale* yang dirancang oleh Stoltz (2000) yang telah diadaptasi oleh Kusumawati (2017) kategori Sinta 2 berjumlah 13 aitem. Skala *adversity quotient* memiliki reliabilitas 0,794. Adapun dimensi tersebut adalah *control* (3 aitem), *origin ownership* (2 aitem)*, reach* (4 aitem*),* dan *endurance* (4 aitem*)*. Pilihan jawaban yang tersedia sebagai berikut: Sangat sesuai = 5, Sesuai = 4, Kurang sesuai = 3, Tidak sesuai =2, Sangat tidak sesuai = 1.

Skala stres menggunakan *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS 42) yang telah diuji validitas oleh Febrianti (2019) dari Lovibond (1995) kategori Sinta 2 ada 14 aitem. Skala DASS memiliki reliabilitas 0,945. Skala ini terdapat 4 dimensi yang diukur dalam skala ini

yaitu fisik, psikologis, dan perilaku. Skala ini merupakan skala likert. Pilihan jawaban yang diberikan sebagai berikut: Tidak terjadi= 0, Jarang terjadi=1, Sering terjadi=2, dan Selalu terjadi= 3.

Prosedur

Pelaksanaan uji coba alat ukur *adversity quotient* dan tingkat stres dilaksanakan pada 26 Juni 2023 secara offline dengan cara mengumpulkan partisipan dalam masjid yang ada dilapas. Setelah data terkumpul, didapatkan jumah data secara keseluruhan sebanyak 101 partisipan yang ada di lapas Tanjung. Setelah itu dilanjutkan pengambilan data dilaksankan pada 14 Juli 2023 secara offline dengan cara mengumpulkan partisipan dalam masjid yang ada dilapas. Setelah data terkumpul, didapatkan jumah data secara keseluruhan sebanyak 200 partisipan yang ada di lapas Amuntai.

Teknik Analisis

Perhitungan analisis dari data penelitian ini dibantu dengan perangkat lunak komputer yaitu aplikasi SPSS versi 25 Analisa hasil data penelitian yang digunakan ini terdiri dari dua tahap, yaitu uji asumsi klasik dan uji hipotesis.

Pengujian asumsi klasik lebih dulu dilakukan sebelum melaksanakan pengujian hipotesis. Adapun pengujian asumsi klasik yang sesuai dengan penelitian yang dilakukan ini yakni; a) Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data sampel yang didapatkan berdistribusi normal atau mendekati normal dikarenakan data yang baik adalah data yang menyerupai distribusi normal (Gunawan, 2016); dan b) uji linieritas yang bermaksud agar dapat melihat variabel independen dan variabel dependen terdapat hubungan yang linier atau tidak secara signifikan (Gunawan, 2016).

Pada uji hipotesis yang dilakukan pada penelitian regresi dengan satu variabel X dan satu variabel Y menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana. Maka diasumsikan bahwa regresi linier sederhana cocok digunakan pada penelitian ini karena searah dengan kegunaannya mengukur seberapa besar peranan antara variabel X terhadap variabel Y.

HASIL

Pengumpulan data yang dilakukan mendapatkan sebanyak 200 responden dengan kriteria yang telah ditentukan. Dari 200 responden, dapat dikategorikan berdasarkan pada tingkatan berdasarkan nilai dari kedua variabel.

Pengujian normalitas yang telah dilaksanakan menggunakan uji *Skewness* dan *Kurtosis test*. Variabel *adversity quotient* mendapatkan nilai *Skewness* sebesar -1,065 dan nilai *Kurtosis* sebesar -0,350 yang masih berada pada standar nilai yaitu -1,96 sampai dengan 1,96 maka dikatakan jika data berdistribusi normal. Kemudian pada variabel stres mendapatkan nilai *Skewness* sebesar 0,679 dan *Kurtosis* sebesar -0,744 yang masih berada pada standar nilai yaitu -1,96 sampai dengan 1,96 maka dikatakan jika data berdistribusi normal.

Uji linieritas dilaksanakan terhadap kedua variabel penelitian dan mendapatkan hasil signifikansi senilai 0,082. Nilai tersebut menunjukkan jika (0,082 > 0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan variabel *adversity quotient* dan stres menunjukkan hubungan yang linear.

Pada pengujian hipotesis digunakan teknik analisis regresi linier sederhana agar dapat melihat ada atau tidak ada peranan kedua variabel, yaitu *adversity quotient* dan stres. Berikut hasil uji hipotesis yang telah dianalisis:

Tabel 1. Norma Kategorisasi

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
Adversity quotient	X < 23	Rendah	35	17,5%
	23 ≤ X < 36,7	Sedang	19	9,5 %
	36,7 ≤ X	Tinggi	146	73 %
Stres	X < 14	Rendah	106	53%
	14 ≤ X < 28	Sedang	62	31%
	28 < X	Tinggi	32	16%
Jumlah			**200**	**100%**

Tabel 2. Uji Normalitas

	Skewness		***Kurtosis***	
	Statistic	*Std. Error*	*Statistic*	*Std. Error*
Adversity Quotient	-1,065	0,172	-0,350	0,342
Stres	0,679	0,172	-0,744	0,342

Tabel 3. Uji Linearitas

		Sig.
X*Y	(Combined)	0,004
	Linearity	0,000
	Deviation from Linearity	0,082

Tabel 4. Uji Hipotesis

Variabel	***Unstandarized Coefficients***		***Standarized Coefficients***	**Sig.**
	B	**Std.Error**	**Beta**	
(Constant)	26,894	2,761		
Adversity Quotient	-0,295	0,070	-0,288	0,000

Tabel 5. Nilai Koefisien Determinasi Regresi

	R	**R Square**	**Adjusted R Square**	**Sig. F Change**
Uji regresi sederhana *adversity quotient* terhadap stres	0,288[a]	0,083	0,078	0,000

Berdasarkan dari tabel 4 dihasilkan nilai a (*constant*) sebesar 26,894 yang artinya adalah bahwa jika tidak ada *adversity quotient* (X) maka nilai konsisten stres (Y) adalah sebesar 26,894. Kemudian dari tabel juga di dapatkan nilai b yaitu angka koefisien regresi sebesar -0,295 yang artinya adalah setiap penambahan 1% tingkat *adversity quotient* (X), maka stres (Y) akan menurun sebesar -0,295. Dikarenakan nilai koefisien regresi bernilai negatif (-) maka artinya adalah *adversity quotient* (X) berpengaruh negatif terhadap stres (Y) dan

persamaan regresinya adalah Y = 26,894 + 0,295 X. Berpengaruh negatif dapat diartikan "Jika *Adversity Quotient* meningkat maka Stres juga akan menurun, sedangkan jika *Adversity Quotient* menurun, maka Stres juga akan meningkat".

Berdasarkan uji regresi sederhana juga didapatkan hasil variabel *adversity quotient* memiliki peranan terhadap perilaku kerja kontraproduktif, hasil ini dapat diinterpretasikan dari kedua variabel yang digunakan dalam penelitian ini signifikan secara simultan dengan nilai Sig. F 0,000. Maka, hipotesis altenatif dapat diterima, kedua variabel X memiliki peranan terhadap variabel Y.

Adversity quotient dan stres menghasilkan nilai *R* Square sebesar 0,083 Maka variabel *adversity quotient* memiliki peranan 8,3% terhadap stres. Sedangkan sisanya merupakan peranan variabel lain diluar penelitian ini.

PEMBAHASAN

Kondisi stres adalah aspek yang tak terhindarkan dalam kehidupan, namun menjadi sangat penting untuk diperhatikan ketika tingkat stres berlebihan dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental seseorang (Utama, 2019). Stres pada narapidana merupakan faktor resiko yang kerap terjadi, dikarenakan kebebasan yang diambil dari dalam diri individu yang menjalani hukuman. Berbagai kondisi yang menyebabkan stres narapidana berkaitan dengan rasa tertekan, kebosanan, kesepian, kesedihan, kecemasan, dan berbagai perasaan negatif terhadap diri sendiri (Widiyastana & Zahro, 2018). Beberapa faktor yang meningkatkan stres pada narapidana diantaranya; tekanan psikologis (Wuryansari *et al*, 2019), perasaan negatif (Abdillah, 2022), kesesakan yang dirasakan (Welta & Agung, 2017), serta ketidakmampuan menghadapi tuntutan situasi yang berubah (Husni & Lestari, 2018).

Hasil dalam penelitian ini, tingkat stres yang teramati pada subjek penelitian cenderung berada pada tingkat yang rendah. Sebagaimana terdapat 106 narapidana atau 53% dari jumlah sampel, memiliki tingkat stres dalam kategori rendah. Tentu terdapat beragam faktor yang memainkan peranan penting dalam penurunan stres pada sampel penelitian ini. Dari hasil kategorisasi, nilai rata-rata tertinggi terdapat pada aspek psikologis yaitu individu cendrung merasa tertekan karena masalah atau tuntutan pekerjaan yang dimiliki, mudah merasa tersinggung, mudah marah, menurunnya motivasi, tidak merasa percaya diri, rasa gelisah, dan suka menyendiri. Sejalan dengan penelitian Lanciano *et al*. (2022), menemukan ketidaknyamanan psikologis pada tahanan menunjukkan kecenderungan stres yang tinggi. Khususnya bagi narapidana yang kesulitan meregulasi emosi, maka tingkat emosi negatif akan semakin meningkat. Pada penenelitan Edgemon dan Clay-Warner (2019), ketika stres yang rendah terjadi pada tahanan berarti memiliki aktivitas dan kegiatan rutinitas didalam penjara. Narapidana yang memiliki penugasan kerja dan kegiatan rutin dalam penjara memiliki kecenderungan emosi, cemas, depresi, hingga keinginan bunuh diri yang rendah.

Sejalan dengan hasil penelitian yaitu menunjukan bahwa mayoritas narapidana di Lapas Amuntai memiliki stres yang rendah dan keadaan psikologis yang bagus karena individu bisa menyelesaikan masalah atau pekerjaan yang dimilikinya tanpa rasa tertekan, mudah menerima masukan dari orang lain, merasa senang melakukan sesuatu yang dikerjakan, mendapatkan banyak motivasi, sangat percaya diri, dan mudah bergaul dengan orang lain. Adanya kegiatan yang difasilitasi untuk menyalurkan bakat dan hobi dari pihak lapas.

Adversity quotients menjadi salah satu variabel yang ikut berperan dalam penurunan stres pada narapidana. Sementara *adversity quotient* pada narapidana, dianggap memfasilitasi kemauan tahanan dalam mengatasi permasalahan pada dirinya (Nuranasmita, 2022). Hal ini terjadi karena

adversity quotient, merujuk pada keingingan individu dalam menghadapi dan mengatasi tantangan serta kesulitan yang muncul dalam kehidupan mereka. *Adversity quotient* juga dapat berfungsi sebagai indikator untuk mengukur kemampuan seseorang dalam mengatasi berbagai masalah, menentukan apakah mereka mampu bertahan dan melanjutkan usahanya atau justru merasa putus asa (Hapidoh *et al*, 2019).

Sementara pada penelitian Handayani *et al*. (2023), *adversity quotients* narapidana juga dapat ditingkatkan melalui media kreatif, seperti buku, video, musik, serta film. Media dianggap sebagai pemberian pengalaman secara kreatif, meskipun narapidana tidak mendapatkan kebebasan. Menggunakan media kreatif, meningkatkan *adversity quotient* narapidana yang pada akhirnya berperan serta dalam penurunan stres.

Adversity quotient berperan penting dalam kehidupan narapidana selama menjalani masa tahanan. Bahkan pada penelitian Muthi'ah dan Masykur (2023), *adversity quotient* juga memiliki pengaruh terhadap penurunan kecemasan narapidana saat menjelang kebebasan. Sebagaimana narapidana kerap menerima berbagai stigma negatif, yang meningkatkan kecemasan sebelum menyelesaikan masa tahanan.

Tentu *adversity quotients* sangat berperan dalam penurunan stres pada narapidana. Sebagaimana dalam penelitian ini ditemukan bahwa, sebanyak 146 narapidana atau 73% sampel memiliki tingkat *adversity quotients* pada kategori tinggi. Didukung oleh pengaruh signifikan *adversity quotients* terhadap penurunan stres, maka *adversity quotients* menjadi variabel yang berperan penting untuk menurunkan stres narapidana dalam menjalani proses tahanan. Hasil dari kategorisasi, nilai rata-rata tertinggi terdapat pada dimensi *origin & ownership* yang berarti sampel mengetahui dan mengakui penyebab dan akibat yang terjadi ketika mengalami kesulitan. Orang yang memiliki *adversity quotient* yang tinggi merasakan penyesalan yang sewajarnya dengan mengambil pelajaran atas kesalahan yang diperbuat kemudian mengakui kesalahannya dengan bertanggung jawab, berarti orang yang memiliki *adversity quotient* yang tinggi tidak mempermasalahkan orang lain sambil menghindari tanggung jawab.

Hal ini sejalan dengan penelitian Aprilia (2018), berkaitan dengan kesediaan individu dalam mencari penyebab dalam sebuah peristiwa yang merugikan dan kesediaan dalam mepertanggungjawabkan hasil dari tindakan tersebut. Hal ini sejalan dengan konsep *self acceptance* berdasarkan Huang *et al*. (2020), bahwa penerimaan diri pada narapidana merupakan hasil dari penilaian terhadap diri sendiri atas kesalahan yang dilakukan. Sehingga dibandingkan harus melakukan perlawanan terhadap hukum, penerimaan akan membawa narapidana menuju perubahan diri. Namun penerimaan diri bergantung pada beberapa faktor seperti jenis kejahatan yang dilakukan, kondisi ekonomi, dan dukungan eksternal yang diterima. Dari hasil penelitian yaitu menunjukan bahwa mayoritas narapidana di Lapas II B Amuntai memiliki *adversity quotient* yang tinggi karena menyadari akan kesalahan yang telah terjadi, sehingga narapidana melakukan perubahan diri dengan mengikuti kegiatan keagamaan yang ada di lapas.

Adversity quotient memiliki hubungan dalam penurunan tingkat stres, tertekan, hingga ketidakberdayaan (Singh & Sharma, 2017). Hal ini karena AQ memfasilitasi individu dalam penurunan kecemasan (Muthi'ah & Masykur, 2023), memotivasi saat mengalami kesulitan (Azaria & Suprihatin, 2017), hingga mengendalikan diri ketika merasa kesulitan dalam menyelesaikan masalah (Stolz, 1999).

Narapidana yang *adversity quotient* tinggi maka mereka memiliki keinginan untuk mengatasi masalah pada dirinya, karena telah mengetahui penyebab dan akibatnya. Oleh karena itu, narapidana merasa menyesal dengan menjadikanya sebagai pembelajaran untuk menjadi lebih baik lagi yaitu dengan mengikuti kegiatan keagamaan atau kegiatan lain yang sudah terjadwal dan rutin dilakukan.

Misalnya kegiatan yang di adakan di Lapas II B Amuntai yang di awali dengan bangun tidur lalu melaksanakan shalat subuh berjamaah, pengajian rutin, tausiah, membaca al-qur'an, habsyi, pelajaran tentang keagamaan (fiqih, tauhid, akhlak, tahsin, tajwid, pilar kebangsaan dll).

Adanya kegiatan tersebut sangat penting dalam penurunan stres, mereka merasa tidak ada waktu untuk melamun memikirkan hal-hal yang menimbulkan kegelisahan dan cemas. Narapidana juga memiliki psikologis yang baik seperti individu tidak merasa tertekan dengan kegiatan tersebut karena mengikutinya atas keinginanya sendiri, tidak mudah tersinggung karena berfikir positif, dapat mengendalikan diri saat marah, berkurangnya rasa gelisah, suka berkumpul dengan teman-teman yang lain karena sama-sama mengkuti kegiatan, merasa percaya diri, dan banyaknya dukungan atau motivasi. Dari pihak Lapas II B Amuntai juga menyediakan fasilitas untuk narapidana yang memiliki bakat atau hobi maupun yang ingin belajar. Misalnya memfasilitasi membuat keterampilan dari kayu, keterampilan dari stainless, perikanan, pertanian, kerajinan tangan dll. Jadi kesimpulannya dari penelitian, bahwa narapidana di Lapas II B Amuntai mampu mengatasi masalah dalam dirinya, sehingga dapat menurunkan stres dan ditambah mendapatkan dukungan atau motiviasi dari pihak Lapas II B Amuntai.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisa data yang diperoleh, dapat diketahui bahwa terdapat peranan negatif dan signifikan antara *adversity quotient* terhadap stres pada narapidana Lapas II B Amuntai. Koefisiensi memiliki nilai negatif sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *adversity quotient* pada narapidana maka akan semakin rendah tingkat stres yang dialami, dan begitunpun sebaliknya.

DAFTAR PUSTAKA

Abdillah, B. P. (2020). Pemanfaatan Radio Sebagai Media Informasi Dan Hiburan Bagi Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Slawi. *Jurnal Riset Manajemen & Bisnis Dewantara*, 3(1), 22-31.

Abdillah, F. A. (2022). Analisis Perilaku Stres Belajar Siswa Dalam Masa Pandemi Covid-19. *Journal Of Education*, 1-12.

Afryan, M. S. (2019). Hubungan Tingkat Stres Terhadap Motivasi Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Jurnal Agromedicine*, 6(1), 63-67.

Anggawira, A. (2019). Hubungan Adversity Quotient Dan Stres Pada Siswa Kelas Xii Yang Akan Mengikuti Ujian Nasiona Di SMAN 1 Padang. *Psyche 165 Journal*, 64-69.

Aprilia, E. D. (2018). Adversity quotient of late adolescence: A lesson to build survival skill from early life. *International Conference on Early Childhood Education*, 332-343.

Azaria, U. N., & Suprihatin, T. (2017). Adversity quotient pada siswa homeschooling. *Proyeksi*, *12*(2), 79-86.

Dewi, I. P. (2020). Pengaruh Terapi Bacaan Al-Qur'an (TBQ) Sebagai Biblioterapi Islami Pada Kesehatan Mental Narapidana Lesbian. *Faletehan Health Journal*, 7(02), 104-112.

Dodo, Y. S., Pello, J., Tadeus, D. W., & Hafizi, R. (2022). Pertimbangan Hukum Penempatan Narapidana Dan Tahanan Di Rumah Tahanan Negara Pada Kementerian Hukum Dan Hak Asasi Manusia Nusa Tenggara Timur. *Journal of Social Research*, *1*(11).

Edgemon, T. G., & Clay-Warner, J. (2019). Inmate mental health and the pains of imprisonment. *Society and Mental Health*, *9*(1), 33-50.

Febrianti, M. &. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stress Pada Narapidana Di Lapas Narkotika

Klas III Samarinda. *Borneo Student Research (BSR)*, 1(1), 476-481.

Gunawan, I. (2016). Metode penelitian kuantitatif.

Hapidoh, S. B. (2019). The Effect of Self-Regulation and Peer Attachment on Adversity Quotient in. *Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 24(2), 167-180.

Herliansyah, A. R. (2020). Implementasi Pemberian Hak Pelayanan Kesehatan Dan Makanan Yang Layak Bagi Narapidana. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, *7*(1), 212-221.

Huang, Y. W. (2020). Psychological Resilience, Self-Acceptance, Perceived Social Support And Their Associations With Mental Health Of Incarcerated Offenders In China. *Asian Journal of Psychiatry*, 52, 102166.

Husni, H., & Widia Lestari, A. (2018). Distress Psikologi Pada Resiko Kerentanan Bunuh Diri. *Jurnal Media Kesehatan*, *11*(1), 085-092.

Koimah, H. &. (2021). Keberagamaan Napi di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Kota Bandung. *Pembangunan Sosial*, 4(2), 103-114.

Kusumaningsih, L. P. S. (2017). Penerimaan diri dan kecemasan terhadap status narapidana. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, *9*(3), 234-242.

Kusumawati, E. D. (2017). Pengaruh Adversity Quotient, Regulasi Diri Dan Efikasi Diri Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa SMP Negeri 13 Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 14(1), 131-165.

Lanciano, T. d. (2022). The Psychological Effects Of Imprisonment The Role Of Cognitive, Psychopathic And Affective Traits. *urope's journal of psychology*, 18(3), 262.

Lazarus, R. S. (1984). *Stress, appraisal, and coping* (Vol. 464). Springer.

Muthi'ah, A., & Masykur, A. M. (2023). Hubungan Antara Adversity Intelligence Dengan Kecemasan Pada Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Menjelang Bebas. *Jurnal EMPATI*, *11*(3), 172-176.

Naiborhu, W. N. (2018). Psychological Well-Being Ditinjau dari Forgiveness pada Narapidana Wanita di Lembaga Permasyarakatan Wanita Klas II A Medan. *Psikologi Prima*, *1*(1), 62-76.

Nuranasmita, T. (2022). Hubungan Adversity Quotient Dengan Stres Kerja Pada Karyawan. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, *3*(1), 92-99.

Pradiva, I. &. (2019). Perbedaan Adversity Quotient Kepribadian Detached. *Jurnal Riset Psikologi*, 1-13.

Singh, S., & Sharma, T. (2017). Affect of adversity quotient on the occupational stress of IT managers in India. *Procedia Computer Science*, *122*, 86-93.

Stoltz, P. (2000). *Adversity Quotient Mengubah Hambatan Menjadi Peluang (diterjemahkan oleh T Hermayana).* Jakarta : PT Gramedia Widiasarana Indoonesia.

Stoltz, P. G. (1999). *Adversity quotient: Turning obstacles into opportunities*. John Wiley & Sons.

Utama, I. K. A. B. (2019). *Pengaruh religiusitas, adversity quotient dan lingkungan kerja non fisik terhadap stres kerja*. (Doctoral dissertation, Udayana University).

Virgiawan, N. A. (2022). *Pengaruh Adversity Quotient Dan Self Efficacy Terhadap Work Stress Dalam Pembelajaran Daring Pada Dosen Universitas Binawan*. (Doctoral dissertation, Universitas Binawan).

Welta, O., & Agung, I. M. (2017). Kesesakan dan masa hukuman dengan stres pada narapidana. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, *8*(1).

Widiyastana, M. H., & Zahro, I. F. (2018). Kebermaknaan hidup narapidana ditinjau dari pendekatan eksistensial. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas*

Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan, *5*(1), 1-10.

Widyaningrum, R. (2017). *Pengaruh Stres Kerja Dan Konflik Pekerjaan-Keluarga (Work Family Conflict) Terhadap Kinerja Karyawati Melalui Kepuasan Karyawati Sebagai Variabel Intervening (Studi pada Karyawati Rumah Sakit Roemani Semarang)*. (Doctoral dissertation, Fakultas Ekonomi UNISSULA).

Wuryansari, R. &. (2019). Program Mindfulness For Prisoners (Mindfulners) Untuk Menurunkan Depresi Pada Narapidana. *Journal of Professional Psychology*, 5(2), 196-212.

.