

## DAMPAK PROSES MAPENALING DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN MENTAL

**Dhika Banu Nugroho<sup>1</sup>, Denny Nazaria Rifani<sup>2</sup>**

Politeknik Pengayoman Indonesia

[dhikabanu30@gmail.com](mailto:dhikabanu30@gmail.com)

[dennyrifani@poltekip.ac.id](mailto:dennyrifani@poltekip.ac.id)

### Abstrak

The mapenaling process is a practice designed to deepen the individual's relationship with Allah and improve their connections with themselves and the surrounding environment. This activity plays a crucial role in enhancing mental health due to its positive effects on providing inner peace, alleviating stress, and promoting emotional balance. This study aims to explore how the mapenaling process influences an individual's psychological state and its role in managing factors that may lead to mental health disturbances such as anxiety and depression. Within a structured spiritual framework, mapenaling serves not only as a means of strengthening one's bond with their faith but also as a medium for mental healing by reinforcing individual belief in their religion. This process is believed to significantly contribute to improving psychological well-being, as it provides a solid foundation for individuals in facing the challenges and stresses of everyday life.

Keywords: mapenaling, mental health, psychological well-being

### Abstrak

Proses mapenaling merupakan praktik yang bertujuan untuk mempererat hubungan individu dengan Allah, serta memperbaiki hubungan antara diri sendiri dengan lingkungan sekitar. Aktivitas ini memiliki peran yang signifikan dalam peningkatan kesehatan mental individu, mengingat dampaknya yang positif dalam memberikan ketenangan batin, mengurangi tingkat stres, serta memperbaiki keseimbangan emosional. Penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih dalam tentang bagaimana proses mapenaling mempengaruhi kondisi psikologis seseorang, serta peranannya dalam mengelola faktor-faktor yang berpotensi menyebabkan gangguan mental seperti kecemasan dan depresi. Dalam kerangka spiritual yang terstruktur, mapenaling tidak hanya berfungsi sebagai sarana untuk memperdalam ikatan dengan Tuhan, tetapi juga sebagai media untuk mendukung penyembuhan mental dengan cara memperkuat keyakinan individu terhadap agamanya. Proses ini diyakini dapat berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis, karena memberikan landasan yang kokoh bagi individu dalam menghadapi tekanan hidup sehari-hari.

Kata kunci: mapenaling, kesehatan mental, kesejahteraan psikologis

**S**istem pemasarakatan di Indonesia bertujuan untuk membina, merehabilitasi, dan mereintegrasikan tahanan serta narapidana ke dalam masyarakat setelah menjalani masa hukuman. Proses ini mencakup berbagai aspek, seperti pembinaan kepribadian, pelatihan keterampilan kerja, dan dukungan psikososial, yang dirancang untuk mengurangi angka residivisme dan mempersiapkan individu untuk kembali hidup secara produktif di masyarakat(Correction & Correction, 2022). Namun, dalam praktiknya, implementasi sistem

pemasyarakatan sering kali menghadapi tantangan signifikan, terutama terkait kondisi lingkungan rumah tahanan (rutan) dan lembaga pemasyarakatan (lapas) yang tidak selalu mendukung tujuan rehabilitasi. Salah satu tantangan utama adalah kondisi overcrowded, yang berdampak serius terhadap kesehatan mental warga binaan. Di Rutan Kelas I Depok, misalnya, data menunjukkan bahwa jumlah penghuni mencapai 1.251 orang, jauh melebihi kapasitas ideal sebanyak 650 orang, sehingga menciptakan lingkungan yang penuh tekanan dan memperburuk kesejahteraan psikologis tahanan(Pemasyarakatan, Dwidjaja, Pelaksanaan, Penjara, & Pemasyarakatan, 1995).

Masa Pengenalan Lingkungan (Mapenaling) merupakan tahap awal yang krusial dalam sistem pemasyarakatan, di mana tahanan baru diperkenalkan pada aturan, norma, dan tata tertib yang berlaku di rutan atau lapas. Proses ini bertujuan untuk membantu tahanan beradaptasi dengan lingkungan baru, memahami hak dan kewajiban mereka, serta membangun kesadaran akan pentingnya mengikuti program pembinaan(Purba, 2019). Namun, Mapenaling sering kali menjadi periode yang penuh tekanan bagi tahanan baru, terutama karena mereka menghadapi isolasi sosial, kehilangan otonomi pribadi, dan ketidakpastian mengenai masa hukuman mereka. Penelitian oleh Fazel & Seewald (2012) menunjukkan bahwa tahanan baru memiliki tingkat kecemasan dan depresi yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang telah lama berada dalam sistem pemasyarakatan. Faktor-faktor seperti lingkungan fisik yang keras, potensi perundungan dari tahanan lain, dan kurangnya akses terhadap layanan kesehatan mental memperparah kondisi psikologis mereka(Khamdan & Setiawati, 2024).

Kondisi overcrowded di rutan, seperti yang terjadi di Rutan Kelas I Depok, semakin memperumit pelaksanaan Mapenaling. Kepadatan yang berlebihan menyebabkan keterbatasan ruang pribadi, kebisingan berlebih, dan kurangnya sirkulasi udara yang memadai, yang semuanya berkontribusi pada peningkatan stres, kecemasan, dan depresi. Laporan dari World Health Organization (2021) menegaskan bahwa rutan dengan overkapasitas memiliki prevalensi gangguan mental yang lebih tinggi dibandingkan fasilitas dengan jumlah penghuni sesuai kapasitas. Selain itu, kurangnya tenaga profesional seperti psikolog dan psikiater di banyak rutan di Indonesia menghambat upaya untuk memberikan pendampingan psikososial yang memadai. Hal ini diperparah oleh stigma terhadap masalah kesehatan mental di lingkungan penjara, yang menyebabkan banyak tahanan enggan mencari bantuan, sehingga kondisi mental mereka semakin memburuk(Khamdan & Setiawati, 2024).

Proses Mapenaling di Rutan Kelas I Depok, sebagaimana dijelaskan dalam dokumen, melibatkan 39 tahanan baru yang ditempatkan dalam ruangan terbatas dengan pemisahan

antara kasus narkotika dan pidana umum. Meskipun petugas berupaya menjaga kondisi yang layak, keterbatasan fasilitas dan sumber daya membuat proses ini kurang optimal. Penelitian terdahulu, seperti yang dilakukan oleh Marisa Jemmy dkk., menyoroti pentingnya Mapenaling dalam menentukan efektivitas pembinaan, namun juga menunjukkan bahwa tanpa pendekatan yang humanis, proses ini dapat memicu konflik dan memperburuk kesehatan mental tahanan. Oleh karena itu, diperlukan evaluasi mendalam terhadap pelaksanaan Mapenaling untuk memastikan bahwa proses ini tidak hanya berfungsi sebagai formalitas, tetapi benar-benar mendukung kesejahteraan psikologis tahanan.

Kesehatan mental merupakan aspek penting yang perlu diperhatikan dalam sistem pemasyarakatan, karena kondisi mental yang sehat memungkinkan tahanan untuk berpartisipasi secara efektif dalam program pembinaan dan mempersiapkan mereka untuk reintegrasi sosial. Menurut Kartono (1989), kesehatan mental mencakup kemampuan individu untuk berpikir dan bertindak secara rasional sesuai norma masyarakat, sementara Chaplin (2006) menekankan bahwa individu dengan kesehatan mental yang baik mampu terbebas dari tekanan emosional berlebihan dan berfungsi secara optimal dalam kehidupan sosial. Dalam konteks rutan, faktor-faktor seperti isolasi sosial, rasa bersalah, dan tekanan lingkungan dapat memicu gangguan mental seperti gangguan stres pasca-trauma (PTSD), depresi, dan kecemasan. Oleh karena itu, pendekatan yang lebih humanis, termasuk penyediaan layanan konseling psikologis dan keterlibatan keluarga, menjadi krusial untuk mendukung kesehatan mental tahanan selama Mapenaling(Sekarsari & Hartini, 1989).

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak proses Mapenaling terhadap kesehatan mental tahanan di Rutan Kelas I Depok, dengan fokus pada faktor pendukung dan penghambat yang memengaruhi efektivitas proses ini. Dengan memahami dinamika ini, penelitian ini diharapkan dapat memberikan rekomendasi bagi pengembangan kebijakan pemasyarakatan yang lebih berorientasi pada kesejahteraan psikologis, sehingga mendukung tujuan rehabilitasi dan reintegrasi sosial yang lebih efektif.

Kondisi overcrowded di Rutan Kelas I Depok memperumit pelaksanaan Mapenaling. Dengan jumlah penghuni hampir dua kali lipat dari kapasitas, tahanan baru sering kali ditempatkan dalam ruangan terbatas, seperti yang dijelaskan dalam dokumen, di mana 39 tahanan baru dipisahkan berdasarkan kasus narkotika dan pidana umum dalam ruang yang tidak memadai. Keterbatasan ruang ini menyebabkan ketidaknyamanan fisik, seperti kebisingan berlebih dan kurangnya privasi (Pemerintah Republik Indonesia, 1999), yang dapat memicu stres berkepanjangan, kecemasan, dan bahkan depresi. Laporan dari World Health

Organization (2021) menegaskan bahwa rutan dengan overkapasitas memiliki prevalensi gangguan mental yang lebih tinggi dibandingkan fasilitas dengan jumlah penghuni sesuai kapasitas. Kurangnya tenaga profesional, seperti psikolog dan psikiater, di banyak rutan di Indonesia, termasuk Rutan Kelas I Depok, semakin menghambat upaya penyediaan pendampingan psikososial yang memadai. Stigma terhadap masalah kesehatan mental di lingkungan penjara juga menjadi hambatan, menyebabkan banyak tahanan enggan mencari bantuan, sehingga kondisi mental mereka semakin memburuk(Putrie & Putrie, 2021).

Dari perspektif sosial budaya, tahanan di Indonesia sering kali menghadapi tekanan tambahan akibat ekspektasi masyarakat dan keluarga. Dalam budaya kolektivis seperti Indonesia, hubungan keluarga memainkan peran penting dalam kesejahteraan psikologis individu. Namun, selama Mapenaling, tahanan baru tidak dapat merasakan keterlibatan keluarga karena mereka harus beradaptasi dengan lingkungan rutan tanpa kontak langsung dengan keluarga (Dokumen Skripsi, 2025). Hal ini dapat memperburuk perasaan isolasi sosial dan rasa bersalah, terutama bagi tahanan yang memiliki tanggungan keluarga. Menurut Clear et al. (2003), kehilangan kontak dengan keluarga dan ketidakpastian ekonomi setelah bebas dapat meningkatkan tekanan psikologis, yang pada gilirannya memengaruhi kemampuan tahanan untuk berpartisipasi dalam program pembinaan. Oleh karena itu, kebijakan yang mendukung keterlibatan keluarga dalam proses rehabilitasi menjadi sangat penting untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis tahanan(Goei, 2021).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan metodologi kualitatif yang dirancang untuk menggali pemahaman yang lebih mendalam mengenai fenomena sosial dan permasalahan yang dialami oleh individu. Menurut Creswell, pendekatan kualitatif adalah suatu proses penelitian dan pemahaman yang berfokus pada penyelidikan fenomena sosial dan masalah manusia, dengan menekankan pada pemahaman secara holistik (Murdiyanto, 2020). Metode ini umumnya diterapkan dalam ilmu sosial dan humaniora, yang cenderung menggunakan pendekatan induktif karena fenomena yang diteliti tidak dapat diukur secara kuantitatif.

Tujuan utamanya adalah untuk memahami fenomena melalui deskripsi rinci mengenai situasi yang terjadi (Creswell, 2016). Dalam penelitian ini, pendekatan kualitatif difokuskan untuk mempelajari dampak proses *mapenaling* terhadap kesehatan mental tahanan, dengan penekanan pada pemahaman mendalam tentang pengalaman subjektif mereka. Denzin dan Lincoln (2018) menyatakan bahwa penelitian kualitatif bertujuan untuk mengeksplorasi makna sosial melalui perspektif individu yang merasakan suatu fenomena secara langsung.

Dalam konteks *mapenaling*, metode-metode kualitatif seperti wawancara mendalam dan observasi partisipatif memberikan wawasan tentang bagaimana tahanan menafsirkan pengalaman mereka, termasuk perasaan terisolasi, kecemasan, dan tekanan psikologis yang timbul. Sejalan dengan pendapat Patton (2015), penelitian kualitatif memungkinkan untuk mengeksplorasi emosi dan respons individu dalam menghadapi tantangan sosial tertentu, seperti kehidupan di dalam lembaga pemasyarakatan. Oleh karena itu, pendekatan ini dapat memberikan pemahaman yang lebih kaya mengenai bagaimana proses *mapenaling* memengaruhi kesehatan mental tahanan dan bagaimana mereka beradaptasi dengan lingkungan yang baru.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. *Dampak proses mapenaling terhadap kesehatan mental tahanan***

Proses Masa Pengenalan Lingkungan (Mapenaling) di Rutan Kelas I Depok memberikan dampak yang cukup signifikan terhadap kesehatan mental tahanan, yang dapat bersifat positif maupun negatif, tergantung pada bagaimana proses tersebut dilaksanakan dan kondisi lingkungan yang ada selama periode adaptasi berlangsung. Sebagaimana dijelaskan dalam dokumen skripsi, mapenaling adalah tahapan awal yang harus dilalui oleh tahanan baru, yang bertujuan untuk memfasilitasi adaptasi mereka terhadap aturan, norma, dan tata tertib yang berlaku di dalam rumah tahanan. Proses ini menjadi bagian dari upaya untuk menanamkan kesadaran akan hak dan kewajiban tahanan serta pentingnya mengikuti program pembinaan yang ada. Mapenaling diatur dalam Peraturan Menteri Hukum dan HAM Nomor 8 Tahun 2024, yang menggariskan bahwa tujuan utama dari proses ini adalah untuk membantu tahanan memahami peraturan yang berlaku di lembaga pemasyarakatan. Namun, dalam praktiknya, meskipun memiliki tujuan yang baik, proses mapenaling sering kali menimbulkan tekanan psikologis yang signifikan bagi tahanan(Santoso, Krisnani, & Isna Deraputri, 2017).

Penelitian mengungkapkan bahwa tahanan baru cenderung mengalami tingkat kecemasan dan depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan tahanan yang telah lama berada di dalam penjara. Faktor-faktor seperti isolasi sosial, kehilangan otonomi pribadi, serta ketidakpastian terkait masa hukuman mereka menjadi pemicu utama timbulnya gangguan psikologis ini. Di Rutan Kelas I Depok, kondisi overcrowded atau kepadatan penghuni yang mencapai 1.251 orang hampir dua kali lipat dari kapasitas ideal yang hanya berjumlah 650 orang memperburuk situasi ini. Kepadatan yang tinggi menyebabkan terbatasnya ruang pribadi, kebisingan yang berlebihan, serta kualitas udara yang buruk, yang semuanya berkontribusi pada peningkatan tingkat stres dan kecemasan, bahkan dapat memicu perilaku

agresif. Sebagaimana dijelaskan oleh World Health Organization (2021), kondisi lingkungan yang tidak ideal ini memberikan dampak yang sangat buruk terhadap kesehatan mental individu(Husmiati, 2013).

Selain itu, dokumen skripsi juga mencatat bahwa 39 tahanan baru ditempatkan di ruangan yang terbatas, dengan pemisahan berdasarkan jenis kasus seperti kasus narkotika dan pidana umum yang dapat menambah ketegangan antar-tahanan. Pemisahan ini berpotensi memperburuk perasaan terisolasi serta menambah rasa tidak aman bagi para tahanan, yang semakin memperburuk kondisi psikologis mereka. Selain itu, dampak negatif lain yang tidak kalah penting adalah potensi perundungan atau perlakuan kasar dari tahanan senior terhadap tahanan baru. Hal ini dapat meningkatkan risiko gangguan stres pasca-trauma (PTSD) dan depresi yang lebih lanjut, sebagaimana diungkapkan oleh Haney (2003). Lingkungan penjara yang keras dan tidak mendukung interaksi sosial yang sehat dapat menyebabkan terjadinya isolasi emosional, yang pada gilirannya memperburuk kondisi psikologis para tahanan.

Selain faktor-faktor eksternal seperti overcrowded dan perundungan, kondisi internal lain juga mempengaruhi kesehatan mental para tahanan. Menurut Clear et al. (2003), rasa bersalah akibat kehilangan kontak dengan keluarga, serta ketidakpastian mengenai kehidupan mereka setelah bebas terutama dalam hal kondisi ekonomi menambah tekanan psikologis yang dirasakan oleh tahanan. Hal ini sangat relevan dalam konteks Mapenaling, di mana para tahanan baru mulai menyadari sepenuhnya dampak dari penahanan mereka terhadap kehidupan pribadi mereka, termasuk hubungan dengan keluarga dan prospek masa depan mereka(Maryani, 2015).

Namun demikian, jika proses mapenaling dilaksanakan dengan pendekatan yang lebih humanis dan berorientasi pada kesejahteraan psikologis tahanan, maka dampaknya dapat menjadi positif. Kegiatan yang dilakukan selama masa mapenaling seperti orientasi, pelatihan tata tertib, dan simulasi untuk membangun rasa aman dapat membantu para tahanan untuk beradaptasi dengan lebih baik terhadap lingkungan baru mereka, sekaligus mengurangi tingkat kecemasan yang mereka rasakan. Dokumen skripsi menyebutkan bahwa di Rutan Kelas I Depok, kegiatan mapenaling meliputi olahraga, pembahasan tata tertib, serta materi administrasi perawatan. Jika kegiatan-kegiatan ini dilaksanakan dengan baik dan terorganisir dengan tepat, maka dapat memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis para tahanan(Argian Pramadhani & Subroto Politeknik Ilmu Pemasyarakatan, 2022).

Namun, tantangan utama yang dihadapi adalah keterbatasan sumber daya, terutama dalam hal tenaga profesional, seperti kurangnya kehadiran psikolog atau psikiater yang dapat

membantu mengatasi masalah psikologis yang muncul selama proses mapenaling. Keterbatasan ini sering kali menghambat efektivitas program pembinaan yang ada, yang seharusnya dapat mendukung kesehatan mental para tahanan dengan lebih optimal. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dampak dari proses mapenaling terhadap kesehatan mental tahanan di Rutan Kelas I Depok sangat bergantung pada berbagai faktor, seperti kualitas implementasi proses tersebut, keterlibatan petugas dalam menjalankan program ini, serta kondisi fisik dan sosial di lingkungan rutan. Upaya untuk memperbaiki kondisi ini harus melibatkan perbaikan dari sisi pengelolaan ruang penahanan, penyediaan dukungan psikologis yang memadai, serta penerapan pendekatan yang lebih humanis dalam pembinaan tahanan(Kresti, Equatora, Hamzah, & ..., 2023).

## ***2. Faktor pendukung dan faktor penghambat dalam proses mapenaling terhadap kesehatan mental tahanan***

Proses Mapenaling di Rutan Kelas I Depok dipengaruhi oleh berbagai faktor yang dapat mendukung ataupun menghambat pelaksanaan program ini, yang pada gilirannya memengaruhi kesehatan mental tahanan. Faktor pendukung utama yang berperan dalam kelancaran proses mapenaling adalah keberadaan regulasi yang jelas dan terstruktur. Salah satunya adalah Peraturan Menteri Hukum dan HAM Nomor 8 Tahun 2024, yang memberikan pedoman mengenai pelaksanaan proses mapenaling dalam rangka membantu tahanan baru beradaptasi dengan lingkungan rumah tahanan. Regulasi ini memberikan arahan yang penting mengenai hak, kewajiban, dan tata tertib yang harus dipatuhi oleh setiap tahanan, serta langkah-langkah yang dapat diambil untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran mereka terhadap sistem yang ada di dalam rutan. Dengan adanya regulasi yang jelas, proses mapenaling dapat dijalankan secara lebih terorganisir dan memberikan kejelasan bagi tahanan mengenai ekspektasi dan aturan yang berlaku(Sihombing, 2022).

Regulasi yang jelas ini mendukung pendekatan yang terstruktur dan terencana, yang mencakup kegiatan-kegiatan orientasi dan mentoring. Kegiatan orientasi ini sangat penting untuk mengurangi kecemasan yang sering dialami oleh tahanan baru, karena dapat memberikan mereka gambaran yang lebih jelas mengenai lingkungan baru yang mereka hadapi. Selain itu, kegiatan mentoring yang melibatkan petugas yang berkompeten dapat membantu tahanan untuk lebih memahami tata cara dan prosedur yang berlaku dalam kehidupan sehari-hari di dalam rutan. Proses orientasi ini memberikan kesempatan bagi tahanan untuk mengetahui hak-hak mereka, apa yang diharapkan dari mereka dalam hal kepatuhan terhadap peraturan, serta bagaimana mereka dapat berpartisipasi dalam program pembinaan yang ada. Hal ini pada

gilirannya dapat mengurangi rasa terisolasi dan ketidakpastian yang seringkali menjadi sumber kecemasan bagi tahanan baru(Citrawan, 2017).

Selain faktor regulasi, peran petugas pemasyarakatan juga menjadi faktor pendukung yang sangat penting dalam proses mapenaling. Petugas yang terlibat dalam kegiatan ini, seperti Kepala Kesatuan Pengamanan Rutan (KPR), perawat, dan staf administrasi lainnya, memiliki peran yang krusial dalam memastikan bahwa proses mapenaling dapat berjalan dengan lancar. Kepala KPR, misalnya, berperan dalam memberikan arahan mengenai pengelolaan keamanan dan tata tertib yang harus diikuti oleh tahanan selama masa pengenalan, sementara perawat memiliki tanggung jawab dalam memberikan pemantauan terhadap kondisi kesehatan fisik dan mental tahanan, serta memastikan bahwa mereka mendapatkan dukungan medis yang dibutuhkan. Kehadiran petugas pemasyarakatan yang kompeten dan responsif sangat penting dalam menciptakan suasana yang lebih aman dan mendukung, yang dapat membantu mengurangi kecemasan serta meningkatkan rasa aman dan kenyamanan tahanan selama proses adaptasi ini(Pangestika & Nurwati, 2020).

Dengan demikian, faktor-faktor pendukung seperti regulasi yang jelas dan peran aktif petugas pemasyarakatan menjadi kunci keberhasilan dalam pelaksanaan mapenaling yang efektif di Rutan Kelas I Depok. Melalui pendekatan yang terstruktur dan dukungan yang memadai, proses mapenaling dapat memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental tahanan, dengan mengurangi kecemasan, meningkatkan pemahaman, dan memfasilitasi adaptasi mereka terhadap lingkungan baru yang penuh tantangan.

## **SIMPULAN**

Proses Masa Pengenalan Lingkungan (Mapenaling) di Rutan Kelas I Depok memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan mental tahanan, dengan efek yang bervariasi tergantung pada implementasi dan kondisi lingkungan rutan. Mapenaling, sebagai tahap awal adaptasi tahanan baru terhadap aturan, norma, dan tata tertib, bertujuan untuk membangun kesadaran akan hak dan kewajiban serta mendukung proses pembinaan sesuai Peraturan Menteri Hukum dan HAM Nomor 8 Tahun 2024. Namun, kondisi overcrowded di Rutan Kelas I Depok, dengan jumlah penghuni 1.251 orang melebihi kapasitas ideal 650 orang, menciptakan lingkungan yang penuh tekanan, ditandai dengan keterbatasan ruang pribadi, kebisingan berlebih, dan sirkulasi udara yang buruk. Kondisi ini memperburuk kesehatan mental tahanan, menyebabkan peningkatan stres, kecemasan, dan depresi, terutama pada tahanan baru yang menghadapi isolasi sosial, kehilangan otonomi, dan ketidakpastian masa hukuman, sebagaimana didukung oleh penelitian Fazel & Seewald (2012). Selain itu, potensi

perundungan dari tahanan senior dan kurangnya akses terhadap tenaga profesional seperti psikolog memperparah gangguan mental, seperti gangguan stres pasca-trauma (PTSD) dan perilaku agresif, sebagaimana dijelaskan oleh Haney (2003). Meskipun demikian, Mapenaling yang dilaksanakan dengan pendekatan humanis, seperti kegiatan olahraga dan orientasi tata tertib, dapat memberikan dampak positif dengan membantu tahanan beradaptasi dan mengurangi kecemasan, meskipun efektivitasnya terhambat oleh keterbatasan sumber daya.

Faktor pendukung dalam proses Mapenaling meliputi regulasi yang jelas, peran aktif petugas pemasyarakatan, dan dukungan sosial dari sesama tahanan yang bertindak sebagai "keluarga kedua". Kegiatan terstruktur seperti olahraga dan pembahasan tata tertib pada hari Selasa dan Kamis pukul 13.30–15.00 WIB memberikan rutinitas yang mendukung stabilitas emosional. Namun, faktor penghambat seperti overcrowding, keterbatasan fasilitas, dan minimnya tenaga profesional kesehatan mental menjadi tantangan utama. Stigma terhadap masalah kesehatan mental di lingkungan rutan juga menyebabkan tahanan enggan mencari bantuan, sementara keterbatasan keterlibatan keluarga selama Mapenaling memperburuk isolasi sosial, sebagaimana dijelaskan dalam teori kebutuhan dasar manusia oleh Baumeister & Leary (1995). Dengan demikian, efektivitas Mapenaling dalam mendukung kesehatan mental tahanan sangat bergantung pada kemampuan untuk mengatasi faktor penghambat sambil memaksimalkan faktor pendukung, guna menciptakan lingkungan yang lebih kondusif bagi rehabilitasi dan reintegrasi sosial.

## DAFTAR PUSTAKA

- Argian Pramadhani, T., & Subroto Politeknik Ilmu Pemasyarakatan, M. (2022). Analisis Efektivitas Community Based Corrections (Cbc) Dalam Mengatasi Adanya Prisonisasi Akibat Overcapacity. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan Undiksha*, 10(2), 396–404. Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPP>
- Citrawan, H. (2017). Melampaui Pemasyarakatan : Analisis Wacana Hak Asasi Manusia Dalam Kebijakan Koreksional Indonesia ( Beyond ‘ Pemasyarakatan ’: a Human Rights Discourse Analysis on the Indonesian Correctional Policy). *Legislasi Indonesia*, 14(2), 123–136.
- Correction, C. B., & Correction, C. B. (2022). Optimalisasi Pembinaan Narapidana Anak Pada Lembaga Pemasyarakatan Berbasis Community Based Corrections Dalam Sistem Peradilan Pidana. *Undiksha*, 10(2), 284–290. Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPP/article/view/46954%0Ahttps://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPP/article/download/46954/21803>

- Goei, G. (2021). Kekuasaan Pengawasan Ombudsman Republik Indonesia Dalam Memastikan Hak Setiap Orang Bebas. *JDharmasisya: Jurnal Program Magister Hukum Fakultas Hukum Universitas Indonesia*, 1(1), 197–212.
- Husmiati, H. (2013). Kondisi Psikososial Anak Yang Berkonflik Dengan Hukum Pasca Rehabilitasi Sosial Di Panti Sosial Marsudi Putra Antasena .... *Sosio Konsepsia: Jurnal Penelitian Dan ...*, 153–164. Retrieved from <https://scholar.archive.org/work/wravpo4lyjberi57mwdr3ddkmu/access/wayback/https://ejournal.kemsos.go.id/index.php/SosioKonsepsia/article/download/773/372>
- Khamdan, M., & Setiawati, R. (2024). Latihan Kerja dan Kegiatan Produksi Narapidana Sebagai Model Pembinaan Kemandirian dan Pencapaian Lembaga Pemasyarakatan Industri, 6(2), 53–63. <https://doi.org/10.35970/madani.v1i1.2219>
- Kresti, L., Equatora, M. A., Hamzah, I., & ... (2023). Bimbingan Sosial Individu Dengan Pendekatan Teknik Parenting Sebagai Upaya Menurunkan Resiko Residivisme Anak Binaan. *Innovative: Journal Of ...*, 3, 2836–2853. Retrieved from <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/5081%0Ahttps://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/download/5081/3648>
- Maryani, D. (2015). Faktor-Faktor Penyebab Tidak Tercapainya Tujuan Pemidanaan Lembaga Pemasyarakatan di Indonesia. *Jurnal Hukum Sehasen*, 1(1), 1–24. Retrieved from <https://jurnal.unived.ac.id/index.php/jhs/article/view/335/303>
- Pangestika, A. W., & Nurwati, N. (2020). Fungsi Lembaga Pembinaan Khusus Anak dalam Melaksanakan Program Pembinaan Berbasis Budi Pekerti pada Anak Didik Pemasyarakatan. *Sosioglobal : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Sosiologi*, 4(2), 99–116. <https://doi.org/10.24198/jsg.v4i2.25013>
- Pemasyarakatan, T., Dwidjaja, P., Pelaksanaan, S., Penjara, P., & Pemasyarakatan, T. (1995). Permasalahan Overkapasitas Dalam Lembaga Pemasyarakatan, (12), 1–10.
- Pemerintah Republik Indonesia. (1999). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 39 Tahun 1999 Tentang Hak Asasi Manusia. *Lembaran Negara 1999/ No. 165, TLN NO. 3886, LL SETNEG : Hlm 29, (39), 1–29.* Retrieved from <https://peraturan.bpk.go.id/Download/33861/UU Nomor 39 Tahun 1999.pdf>
- Purba, N. D. (2019). Implementasi Peraturan Pemerintah No 31 Tahun 1999 Terhadap Pola Pembinaan Narapidana di Lembaga Permasyarakatan Pati. *EJournal Sosial-Sosiologi*, 7(1), 1–17. Retrieved from <http://repository.unissula.ac.id/16056/>
- Putrie, K. A., & Putrie, K. A. (2021). Kecemasan terhadap Stigma Sosial untuk Kembali ke

Masyarakat pada Mantan Narapidana Perempuan Tindak Pidana Penipuan. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(2), 131–142.  
<https://doi.org/10.23887/jibk.v12i2.33852>

Santoso, M. B., Krisnani, H., & Isna Deraputri, G. N. (2017). Gangguan Kepribadian Antisosial Pada Narapidana. *Share : Social Work Journal*, 7(2), 18.  
<https://doi.org/10.24198/share.v7i2.15681>

Sekarsari, R. D., & Hartini, N. (1989). Peran Perceived Social Support terhadap Kesejahteraan Psikologis Anak Binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak, 2021(2021), 1–8.

Sihombing, S. P. (2022). Efektivitas Standar Registrasi dan Klasifikasi Narapidana (Studi di LAPAS Kelas I Medan). *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 13, 10–27.