

BAB V

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Tempat Penelitian

Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Bandar Lampung diresmikan pada tahun 1985, memiliki kapasitas dengan daya tampung 620 orang yang dioperasionalkan dengan fungsi perlakuan yaitu: Perlakuan sesudah putusan pengadilan dalam hal ini melaksanakan pembinaan-pembinaan terhadap narapidana selaku warga binaan.

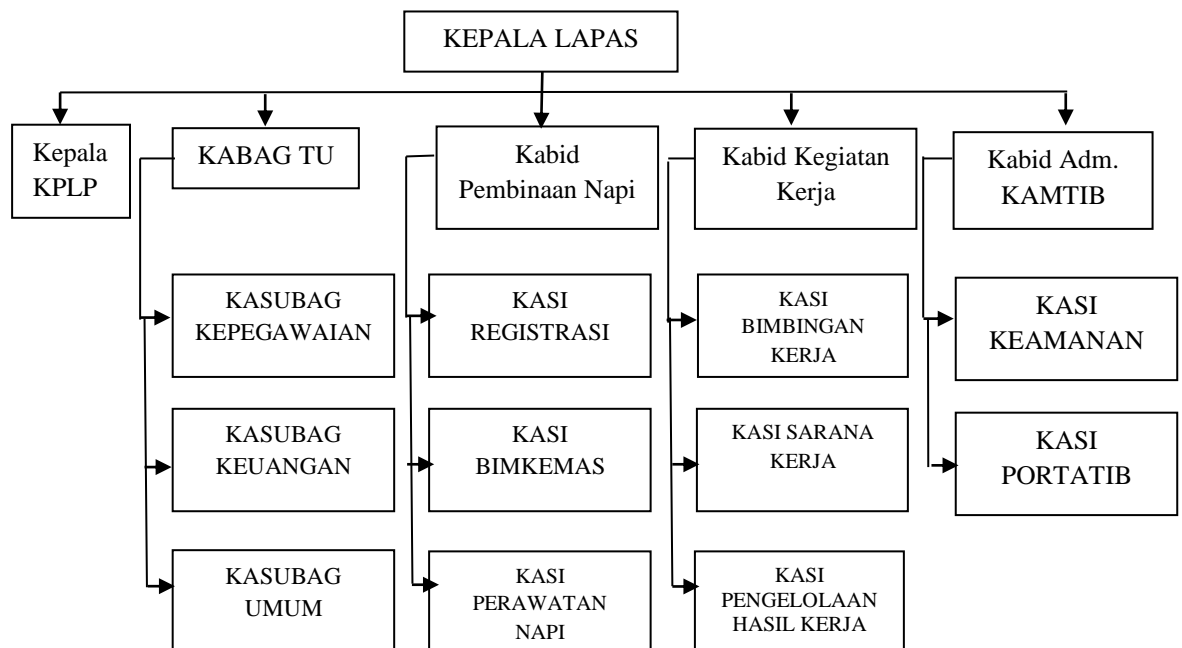
Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Bandar Lampung mempunyai luas area tanah yang merupakan pemberian Hibah dari Gubernur Provinsi Lampung pada tahun 1980 dengan sertifikat hak Guna Pakai dengan luas area tanah sebesar 48.050 m². Seluas 11.110 m² meliputi bangunan hunian, bangunan kantor dan sarana pembinaan, sedangkan sisanya untuk lahan pertanian dan rumah dinas Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Bandar Lampung. Kapasitas isi yang ideal Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Bandar Lampung adalah 620 orang, namun pada kenyataannya Lembaga Pemasyarakatan ini selalu menampung penghuni melebihi kapasitas ideal. Lapas Kelas I Bandar Lampung ini, memiliki 162 pegawai yang terbagi dalam regu pengamanan dan staf administrasi perkantoran. Untuk jumlah blok terdiri dari 10 blok hunian dan telah diisi Warga Binaan sejumlah 1060 orang (Data diambil tanggal 13 November 2023).

Lapas mempunyai tugas untuk perawatan, bimbingan, dan pembinaan narapidana sesuai dengan peraturan atau perundang-undangan yang berlaku.

Tabel 5.1 Tugas dan Fungsi Lembaga Pemasyarakatan

TUGAS	FUNGSI
Melaksanakan pemasyarakatan narapidana/ anak didik	<ol style="list-style-type: none"> Melakukan pembinaan narapidana/anak didik Memberikan bimbingan, mempersiapkan sarana dan mengelola hasil kerja Melakukan bimbingan sosial/ kemandirian narapidana/anak didik Melakukan pemeliharaan keamanan dan tata tertib Lembaga Pemasyarakatan Melakukan urusan tata usaha dan rumah tangga

Gambar 5.1 Struktur Organisasi Lapas Kelas I Bandar Lampung



B. Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

a. Usia

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Usia Responden di Lembaga Pemasarakatan Kelas 1 Bandar Lampung Tahun 2024

Usia	Intervensi		Kontrol		Jumlah
	n	%	n	%	
20-29 Tahun	5	38,5	6	46,2	11
30-39 Tahun	6	46,2	4	30,8	10
40-49 Tahun	2	15,3	3	23,0	5
Jumlah	13	100,0	13	100,0	26

Berdasarkan tabel 5.2 diketahui bahwa usia responden di Lembaga Pemasarakatan Kelas 1 Bandar Lampung Tahun 2024 sebagian besar adalah 20-29 tahun yaitu sebanyak 11 responden (38,5%).

b. Pendidikan

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Pendidikan Responden di Lembaga Pemasarakatan Kelas 1 Bandar Lampung Tahun 2024

Pendidikan	Intervensi		Kontrol		Jumlah
	n	%	n	%	
Tamat SD	4	30.8	4	30.8	8
Tamat SMP	1	7.7	2	15.4	3
Tamat SMA	5	38.5	2	15.4	7
Perguruan Tinggi	3	23.1	5	38.5	8
Jumlah	13	100.0	13	100.0	26

Berdasarkan tabel 5.3 diketahui bahwa pendidikan responden di Lembaga Pemasarakatan Kelas 1 Bandar Lampung Tahun 2024 sebagian besar adalah tamat SD dan tamat perguruan tinggi sebanyak 8 responden (30,7%).

c. Pekerjaan

Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Pekerjaan Responden di Lembaga Pemasarakatan Kelas 1 Bandar Lampung Tahun 2024

Pekerjaan	Intervensi		Kontrol		Jumlah
	n	%	n	%	
Tidak Bekerja	3	23.1	3	23.1	6
PNS	2	15.4	2	15.4	4
Pegawai Swasta	1	7.7	2	15.4	3
Wiraswasta	1	7.7	3	23.1	4
Buruh	5	38.5	1	7.7	6
Lain-lain	1	7.7	2	15.4	3
Jumlah	13	100.0	13	100.0	26

Berdasarkan tabel 5.4 diketahui bahwa pekerjaan responden di Lembaga Pemasarakatan Kelas 1 Bandar Lampung Tahun 2024 sebagian besar adalah tidak bekerja dan buruh yaitu sebanyak 6 responden (26,1%).

2. Analisis Univariat

a. Kecemasan Sebelum Relaksasi Otot Progresif

Tabel 5.5 Rata-rata kecemasan pada narapidana menjelang bebas sebelum relaksasi otot progresif di Lembaga Pemasarakatan Kelas 1 Bandar Lampung Tahun 2024

Kecemasan	Mean	SD	Min-Max	95% CI
- Intervensi	22.85	1,676	21-26	21,83-23,86
- Kontrol	23.15	1,864	21-27	22,03-24,28

Hasil analisis didapatkan rata-rata kecemasan sebelum diberikan relaksasi otot progresif pada narapidana menjelang bebas di Lembaga Pemasarakatan Kelas 1 Bandar Lampung pada kelompok intervensi adalah 22,85, dengan SD 1,676. Dan pada kelompok kontrol rata-rata kecemasan sebesar 23,15 dengan standar deviasi 1,864.

b. Kecemasan Sesudah Relaksasi Otot Progresif

Tabel 5.6 Rata-rata kecemasan pada narapidana menjelang bebas sesudah relaksasi otot progresif di Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Bandar Lampung Tahun 2024

Kecemasan	Mean	SD	Min-Max	95% CI
- Intervensi	11,69	1,251	9-13	10,94-12,45
- Kontrol	17,23	1,964	14-21	16,04-18,42

Hasil analisis didapatkan rata-rata kecemasan sesudah diberikan relaksasi otot progresif pada narapidana menjelang bebas di Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Bandar Lampung pada kelompok intervensi adalah 11,69, dengan SD 1,251. Dan pada kelompok kontrol rata-rata kecemasan sebesar 17,23 dengan standar deviasi 1,964.

3. Uji Normalitas

Uji Normalitas data bertujuan untuk mendeteksi distribusi data dalam suatu variabel yang akan digunakan dalam penelitian. Data yang baik dan layak untuk membuktikan model-model penelitian tersebut adalah data yang memiliki distribusi normal. Cara untuk mendeteksi normalitas distribusi data, salah satunya menggunakan uji *Shapiro-Wilk*.

Dengan menggunakan alat bantu olah data SPSS versi 26.0, diperoleh output sebagai berikut:

Tabel 5.7 Hasil Uji Normalitas

	Kelompok	Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.
Kecemasan_Pre	Intervensi	.891	13	.101
	Kontrol	.911	13	.189
Kecemasan_Post	Intervensi	.885	13	.082
	Kontrol	.926	13	.301

Tabel diatas menunjukkan bahwa uji normalitas nilai Sig. Uji *Shapiro-Wilk* > 0,05, maka semua data berdistribusi normal.

4. Analisis Bivariat

Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Kecemasan

Tabel 5.8 Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Narapidana Menjelang Bebas di Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Bandar Lampung Tahun 2024

Penurunan Kecemasan	Mean	Mean Difference	SD	ρ Value	N
Intervensi	11.46	5,538	2,270	0,000	13
Kontrol	5.92	5,538	2,178		13

Hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata penurunan kecemasan pada kelompok yang diberi relaksasi otot progresif adalah 11,46, dengan SD 2,270. Sedangkan rata-rata penurunan kecemasan pada kelompok yang diberi relaksasi nafas dalam (kontrol) adalah 5,92, dengan SD 2,178. Hasil uji statistik didapatkan nilai $\rho = 0,000$ ($p \text{ hitung} < \alpha$), artinya pada $\alpha = 5\%$ dapat diartikan ada pengaruh relaksasi otot progresif dalam menurunkan kecemasan pada narapidana menjelang bebas di Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Bandar Lampung Tahun 2024.

4.2.5 Analisis Multivariat

Tabel 5.9 Hasil Uji Anova Kecemasan terhadap Kelompok intervensi maupun kontrol serta variabel *Counfounding* usia, pendidikan, pekerjaan

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: Kecemasan_Post

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	216.869 ^a	4	54.217	23.923	.000
Intercept	347.689	1	347.689	153.417	.000
Umur	.217	1	.217	.096	.760
Pendidikan	11.582	1	11.582	5.111	.035
Pekerjaan	3.263	1	3.263	1.440	.244
Kelompok	188.336	1	188.336	83.103	.000
Error	47.592	21	2.266		
Total	5702.000	26			
Corrected Total	264.462	25			

a. R Squared = .820 (Adjusted R Squared = .786)

Tabel 5.12 di atas hasil berdasarkan uji Anova Kecemasan terhadap kelompok intervensi maupun kontrol serta *variabel counfounding* didapatkan hasil *Corrected Model* 0,000 yang artinya ada perbedaan perubahan nilai rata-rata kecemasan antara kelompok intervensi maupun kontrol. Nilai korelasi model sebesar 78,6%. Dari semua model menunjukkan adanya peran variabel (Pendidikan) terhadap perubahan kecemasan.