



PERAN RESILIENSI SEBAGAI MEDIATOR ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN KECEMASAN PADA NARAPIDANA PEREMPUAN

¹Ulfiani Syam, ²Abdul Saman, ³Ahmad Yasser

^{1,2,3}Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar

ARTICLE INFORMATION

***Corresponding Author:**

Ulfiani Syam
ulfianisyam@gmail.com

Article History

Received 17 Januari 2026

Revised 25 Februari 2026

Accepted 1 Maret 2026

Kata Kunci

Dukungan sosial
Kecemasan
Narapidana wanita
Resiliensi

Cite this Article:

Syam, U., Saman, A., & Yasser, A. (2025). Peran resiliensi sebagai mediator antara dukungan sosial dan kecemasan pada narapidana wanita. *Jurnal Psikologi*, 18(2), 195 - 204 doi: <https://doi.org/10.35760/psi.2025.v18i2.455>

ABSTRAK

Kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang rentan dialami narapidana perempuan selama menjalani masa pidana. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran resiliensi sebagai mediator pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap kecemasan pada narapidana perempuan di Lembaga Pemasyarakatan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Responden penelitian berjumlah 172 narapidana perempuan yang dipilih melalui convenience sampling. Data dikumpulkan menggunakan Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), dan Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7). Analisis data dilakukan menggunakan PROCESS Hayes Model 4 dengan teknik bootstrapping 5.000 sampel. Hasil menunjukkan persepsi dukungan sosial berpengaruh positif terhadap resiliensi, resiliensi berpengaruh negatif terhadap kecemasan, dan efek total persepsi dukungan sosial terhadap kecemasan signifikan negatif. Setelah resiliensi dimasukkan, efek langsung menjadi tidak signifikan, sedangkan efek tidak langsung signifikan. Temuan menunjukkan resiliensi memediasi secara penuh hubungan persepsi dukungan sosial dan kecemasan. Program pembinaan psikologis di lapas perlu mengintegrasikan penguatan dukungan sosial dengan intervensi peningkatan resiliensi.

ABSTRACT

Anxiety is one of the psychological problems that female prisoners are susceptible to during their sentence. This study aims to determine the role of resilience as a mediator of the influence of perceived social support on anxiety in female prisoners in correctional institutions. The study used a quantitative approach with a survey method. The study respondents were 172 female prisoners selected through convenience sampling. Data were collected using the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), and the Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7). Data analysis was conducted using PROCESS Hayes Model 4 with a bootstrapping technique of 5,000 samples. The results show that perceived social support has a positive effect on resilience, resilience has a negative effect on anxiety, and the total effect of perceived social support on anxiety is significantly negative. After resilience is included, the direct effect becomes insignificant, while the indirect effect is significant. The findings indicate that resilience fully mediates the relationship between perceived social support and anxiety. Psychological development programs in correctional institutions need to integrate strengthening social support with resilience-enhancing interventions.

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang paling umum dan sangat relevan pada populasi yang terpapar tekanan psikososial berkepanjangan. Secara konseptual, kecemasan dipahami sebagai keadaan emosional yang berorientasi pada masa depan, ditandai oleh kekhawatiran, ketegangan, kewaspadaan, dan antisipasi terhadap kemungkinan terjadinya peristiwa buruk (Barlow & Durand, 2015; Spitzer dkk., 2006). Di dalam institusi pasyarakatan, kecemasan dapat muncul akibat hilangnya otonomi, keterpisahan dari keluarga, ketidakpastian masa depan, stigma setelah bebas, serta keterbatasan akses terhadap layanan psikologis. Tekanan tersebut dapat menjadi lebih kompleks pada narapidana perempuan karena pembedaan sering dikaitkan dengan ekspektasi gender terkait peran sebagai seorang ibu dalam keluarga, penerimaan sosial, dan tanggung jawab pengasuhan.

Di Indonesia, sistem pasyarakatan diharapkan mendukung pemulihan hidup, kehidupan, dan penghidupan warga binaan sebagaimana tercantum dalam UU No. 22 Tahun 2022 tentang Pasyarakatan. Akan tetapi, kebutuhan kesehatan mental narapidana belum diimbangi dengan ketersediaan layanan psikologis yang terstruktur. Data awal di Lapas Perempuan Kelas IIA Sungguminasa menunjukkan adanya proporsi narapidana perempuan dengan gejala kecemasan sedang hingga berat. Wawancara awal juga memperlihatkan kekhawatiran narapidana mengenai anak, kesehatan, masalah keluarga, stigma sosial, serta proses reintegrasi setelah bebas. Kondisi ini menunjukkan bahwa kecemasan pada narapidana perempuan bukan hanya respons emosional individual, melainkan juga konsekuensi dari konteks sosial dan institusional yang terbatas.

Persepsi dukungan sosial merupakan salah satu sumber daya eksternal yang dapat melindungi narapidana dari distress psikologis. Persepsi dukungan sosial merujuk pada keyakinan individu bahwa dirinya dicintai, dihargai, diterima, dan dapat memperoleh bantuan ketika membutuhkan (Taylor, 2018; Zimet dkk., 1988). Melalui *stress-buffering model*, Cohen dan Wills (1985) menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat mereduksi dampak negatif stres dengan mengubah penilaian individu terhadap situasi menekan dan memperkuat sumber daya koping. Dalam lingkungan lembaga pasyarakatan, kunjungan keluarga, komunikasi, serta interaksi positif dengan sesama warga binaan dapat menjadi sumber penting untuk menjaga stabilitas emosi selama menjalani pidana.

Namun, dukungan sosial tidak selalu bekerja secara sederhana dan langsung. Dampak dukungan terhadap kecemasan dapat dipengaruhi oleh bagaimana individu mengolah dukungan tersebut menjadi kekuatan psikologis. Di dalam psikologi positif, resiliensi dipahami sebagai proses dinamis yang memungkinkan individu beradaptasi secara positif ketika menghadapi kesulitan, tekanan, atau trauma (Masten, 2018; Southwick dkk., 2014). Connor dan Davidson

(2003) menempatkan resiliensi sebagai kapasitas yang berkaitan dengan kemampuan mengelola stres, mempertahankan kontrol diri, menerima perubahan, serta bertahan dalam situasi menantang. Dengan demikian, dukungan sosial berpotensi menurunkan kecemasan ketika dukungan tersebut terlebih dahulu memperkuat daya lenting individu. Sebagaimana penelitian oleh Yang dkk. (2025) serta Fang dan Xu (2025) yang menemukan bahwa dukungan sosial berperan dalam meningkatkan resiliensi dan selanjutnya menurunkan kecemasan melalui jalur mediasi.

Meskipun demikian, kajian mengenai model mediasi pada narapidana perempuan di Indonesia masih terbatas. Sebagian penelitian terdahulu lebih banyak memeriksa hubungan langsung antara dukungan sosial dan kecemasan (Aditya, 2024; Mu'jizatullah, 2019; Putri dkk., 2014), maupun hubungan resiliensi terhadap kecemasan (Sygit-Kowalkowska dkk., 2017), sementara mekanisme internal yang menjembatani hubungan tersebut belum banyak diuji pada konteks lembaga pemasyarakatan perempuan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran resiliensi sebagai mediator pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap kecemasan pada narapidana perempuan di Lembaga Pemasyarakatan.

METODE

Populasi penelitian adalah seluruh narapidana perempuan di Lapas Perempuan Kelas IIA Sungguminasa sebanyak 340 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 172 responden. Pengambilan sampel menggunakan *convenience sampling* karena adanya prosedur keamanan internal, keterbatasan akses ke blok hunian, serta jadwal kegiatan pembinaan yang telah ditentukan. Di dalam pelaksanaannya, peneliti berkoordinasi dengan petugas lapas dan distribusi kuesioner difasilitasi melalui 26 kepala kamar.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei *cross-sectional*. Desain ini dipilih karena penelitian bertujuan menguji hubungan langsung dan tidak langsung antara persepsi dukungan sosial sebagai variabel independen, resiliensi sebagai variabel mediator, dan kecemasan sebagai variabel dependen pada satu periode pengambilan data.

Persepsi dukungan sosial diukur menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) (Zimet dkk., 1988) yang telah disesuaikan dengan konteks lapas. Instrumen terdiri atas 12 aitem yang merepresentasikan tiga sumber dukungan, yaitu keluarga, teman, dan *significant others*. Koefisien daya beda item bergerak dari 0.622 sampai 0.772 dan reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0.921.

Resiliensi diukur menggunakan *Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) berdasarkan versi Indonesia yang disusun oleh Listyandini dan Akmal (2015), mencakup kompetensi personal, toleransi terhadap afek negatif, penerimaan positif terhadap perubahan,

kontrol diri, dan pengaruh spiritual. Skala ini terdiri atas 25 aitem, dengan koefisien daya beda item bergerak dari 0.554 sampai 0.733 dan reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0.958.

Kecemasan diukur menggunakan *Generalized Anxiety Disorder-7* (GAD-7) dari Spitzer dkk. (2006) yang terdiri atas tujuh gejala kecemasan, yaitu perasaan gugup, kesulitan mengendalikan kekhawatiran, kekhawatiran berlebihan, kesulitan rileks, kegelisahan, mudah tersinggung, dan perasaan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Koefisien daya beda item bergerak dari 0.539 sampai 0.709 dan reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0.864.

Analisis data dilakukan melalui analisis deskriptif, uji asumsi, dan uji hipotesis. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi skor kecemasan, persepsi dukungan sosial, dan resiliensi. Uji asumsi meliputi uji normalitas, linearitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas. Uji hipotesis dilakukan menggunakan analisis mediasi PROCESS Hayes versi 5.0 Model 4 pada SPSS 26. Pengujian mediasi menggunakan teknik bias-corrected *bootstrap* sebanyak 5.000 sampel dengan interval kepercayaan 95%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 172 narapidana perempuan dengan karakteristik demografi disajikan pada Tabel 1. Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada rentang usia produktif 22-39 tahun (57.6%), berstatus menikah (51.2%), dan memiliki tiga anak atau lebih (43%). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa narapidana perempuan tidak dapat dilepaskan dari peran keluarga dan tanggung jawab pengasuhan yang tetap melekat meskipun individu sedang menjalani pidana. Dari sisi sosial ekonomi, mayoritas responden berpendidikan SMA (45.9%) dan berstatus ibu rumah tangga (48.3%). Berdasarkan riwayat tindak pidana, sebagian besar responden melakukan tindak pidana untuk pertama kali (72.1%), terlibat perkara narkoba (73.8%), serta memiliki lama pidana lebih dari lima tahun (48.8%).

Kondisi masa pidana yang relatif panjang dapat memperkuat ketidakpastian tentang keluarga, masa depan, dan reintegrasi sosial. Meskipun 86.2% responden pernah memperoleh kunjungan, data tersebut tidak otomatis menunjukkan bahwa kualitas dukungan sosial yang dirasakan selalu memadai. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa dukungan sosial perlu dipahami sebagai persepsi mengenai ketersediaan dan kebermaknaan dukungan, bukan sekadar keberadaan kontak sosial (Zimet dkk., 1988).

Tabel 1
Karakteristik Demografi Responden

Karakteristik	Kategori	n	%
Usia	≤21	4	2.3
	22-39	99	57.6
	40-60	66	38.4
	>60	3	1.7
Status pernikahan	Belum menikah	29	16.9
	Menikah	88	51.2
	Cerai hidup	40	23.3
	Cerai meninggal	15	8.7
Jumlah anak	Tidak ada	43	25
	1-2 orang	55	32
	3 orang atau lebih	74	43
Pendidikan	Tidak Sekolah	2	1.2
	SD	26	15.1
	SMP	38	22.1
	SMA	79	45.9
	Diploma/Sarjana	27	15.7
Pekerjaan	Tidak Bekerja	17	9.9
	Ibu Rumah Tangga	83	48.3
	Buruh/Pekerja harian	9	5.2
	Pegawai/Karyawan	28	16.3
	Wiraswasta	35	20.3
Status pidana	Pertama	124	72.1
	Residivis	48	27.9
Perkara	Narkotika	127	73.8
	Tindak pidana khusus	14	8.1
	Kejahatan harta benda	23	13.4
	Kejahatan terhadap orang	4	2.3
	Kejahatan kesusilaan dan anak	4	2.3
Lama pidana	<1 tahun	5	2.9
	1-5 tahun	82	47,7
	>5 tahun	84	48,8
Riwayat kunjungan	Seumur hidup	1	0,6
	Pernah	148	86.2
	Tidak pernah	24	13.8

Hasil deskriptif menunjukkan bahwa skor kecemasan memiliki rerata empirik 7,77 (SD = 5.91) dari rentang 0-21. Secara kategoris, 37.21% partisipan berada pada kecemasan minimal, 25.58% pada kecemasan ringan, 23.26% pada kecemasan sedang, dan 13,95% pada kecemasan berat. Skor persepsi dukungan sosial memiliki rerata 32.32 (SD = 7.08) dari rentang empirik 15-48, dengan mayoritas berada pada kategori sedang (49.42%). Sementara itu, skor resiliensi memiliki rerata 64.55 (SD = 16.40) dari rentang empirik 28-100, dengan mayoritas berada pada kategori sedang (46.51%) dan tinggi (44.77%).

Tabel 2
tatistik Deskriptif dan Kategorisasi Variabel Penelitian

Variabel	Min	Max	Mean	SD	Kategorisasi
Kecemasan	0	21	7.77	5.91	Minimal: 64 (37,21%); Ringan: 44 (25,58%); Sedang: 40 (23,26%); Berat: 24 (13,95%)
Persepsi dukungan sosial	15	48	32.32	7.08	Rendah: 24 (13,95%); Sedang: 85 (49,42%); Tinggi: 63 (36,63%)
Resiliensi	28	100	64.55	16.40	Rendah: 15 (8,72%); Sedang: 80 (46,51%); Tinggi: 77 (44,77%)

Tabel 3
Hasil Analisis Pengaruh Langsung

Jalur	Koefisien	SE	t	p	LLCI	ULCI	Keterangan
X -> M (a)	1.7738	0.1143	15.5145	0.000	1.5481	1.9995	Signifikan
M -> Y (b)	-0.1828	0.0327	-5.5894	0.000	-0.2474	-0.1183	Signifikan
Total effect (c)	-0.4702	0.0520	-8.8844	0.000	-0.5747	-0.3657	Signifikan
Direct effect (c')	-0.1459	0.0758	-1.9245	0.056	-0.2955	0.0038	Tidak signifikan

Sebelum pengujian hipotesis, data telah melalui uji asumsi. Hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov terhadap residual menunjukkan nilai signifikansi 0.200 sehingga data memenuhi asumsi normalitas. Uji linearitas memperlihatkan bahwa hubungan persepsi dukungan sosial dengan kecemasan, persepsi dukungan sosial dengan resiliensi, dan resiliensi dengan kecemasan memiliki nilai *deviation from linearity* di atas 0,05. Uji multikolinearitas menunjukkan nilai *tolerance* 0.414 dan VIF 2.416, sedangkan uji heteroskedastisitas menunjukkan nilai signifikansi 0.407 untuk dukungan sosial dan 0.710 untuk resiliensi. Dengan demikian, model dinilai layak untuk dianalisis lebih lanjut.

Hasil analisis menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial berpengaruh positif signifikan terhadap resiliensi ($\beta = 1.7738$; $t = 15.5145$; $p < .01$; 95% CI [1.5481; 1.9995]). Artinya, semakin kuat persepsi dukungan sosial yang dirasakan narapidana perempuan, semakin tinggi resiliensi yang dimiliki. Resiliensi juga berpengaruh negatif signifikan terhadap kecemasan ($\beta = -0.1828$; $t = -5.5894$; $p < .01$; 95% CI [-0.2474; -0.1183]). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi resiliensi, semakin rendah tingkat kecemasan.

Efek total persepsi dukungan sosial terhadap kecemasan bersifat negatif signifikan ($\beta = -0.4702$; $t = -8.8844$; $p < .01$; 95% CI [-0.5747; -0.3657]). Namun, setelah resiliensi dimasukkan sebagai mediator, efek langsung persepsi dukungan sosial terhadap kecemasan menjadi tidak signifikan ($\beta = -0.1459$; $t = -1.9245$; $p = 0.056$; 95% CI [-0.2955; 0.0038]).

Tabel 4
Hasil Analisis Pengaruh Tidak Langsung

Jalur Mediasi	Koefisien	BootSE	BootLLCI	BootULCI	Keterangan
X -> M -> Y (a x b)	-0.3243	0.0586	-0.4482	-0.2183	Signifikan

Penurunan dari efek total ke efek langsung menunjukkan bahwa peran resiliensi penting dalam menjelaskan hubungan antara persepsi dukungan sosial dan kecemasan.

Hasil *bootstrap* menunjukkan bahwa efek tidak langsung persepsi dukungan sosial terhadap kecemasan melalui resiliensi signifikan ($\beta = -0.3243$; $BootSE = 0.0586$; 95% CI [-0.4482; -0.2183]). Interval kepercayaan tidak mencakup nol, sehingga resiliensi terbukti memediasi hubungan antara persepsi dukungan sosial dan kecemasan. Karena efek langsung menjadi tidak signifikan setelah mediator dimasukkan, maka pola mediasi yang terbentuk adalah mediasi penuh.

Temuan pertama menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial berhubungan positif dengan resiliensi narapidana perempuan. Hasil ini konsisten dengan pandangan bahwa dukungan sosial merupakan sumber daya eksternal yang memperkuat kapasitas adaptif individu (Cohen & Wills, 1985; Masten, 2018). Secara psikologis, dukungan yang dipersepsikan tersedia, hangat, dan dapat diandalkan, memberi individu rasa aman, diterima, serta tidak sendirian dalam menghadapi tekanan. Pada lingkungan lapas yang membatasi otonomi dan kontak sosial, persepsi bahwa keluarga, teman, atau figur signifikan tetap hadir menjadi sumber makna yang dapat memperkuat daya lenting. Temuan ini mendukung pandangan Taylor (2018) bahwa dukungan sosial tidak hanya berbentuk bantuan instrumental, tetapi juga mencakup keyakinan bahwa individu bernilai dan menjadi bagian dari jaringan relasi yang peduli.

Temuan kedua menunjukkan bahwa resiliensi berhubungan negatif dengan kecemasan. Artinya, semakin tinggi kemampuan narapidana untuk bertahan, mengelola emosi, menerima perubahan, dan mempertahankan kontrol diri, semakin rendah kecemasan yang dialami. Hasil ini konsisten dengan konsep resiliensi sebagai kapasitas adaptasi positif dalam menghadapi kesulitan (Masten, 2018; Southwick dkk., 2014). Di dalam kerangka kecemasan sebagai future-oriented mood state (Barlow & Durand, 2015), resiliensi membantu individu mengubah penilaian terhadap masa depan dari ancaman yang tidak terkendali menjadi tantangan yang dapat dihadapi.

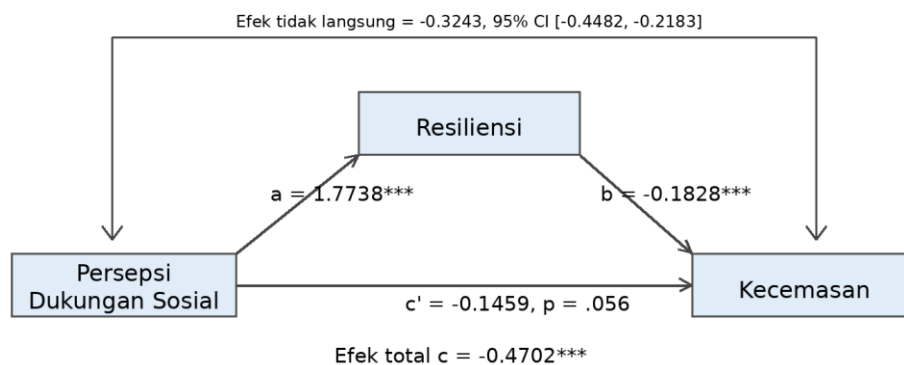
Temuan ketiga menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial memiliki efek total negatif terhadap kecemasan. Hal ini berarti narapidana yang merasa lebih didukung cenderung melaporkan kecemasan yang lebih rendah. Dalam lingkup pasyarakatan, dukungan sosial dapat menekan perasaan terasing, memperkuat harapan untuk kembali diterima, dan mengurangi beban psikologis akibat keterpisahan dari keluarga. Data deskriptif penelitian ini juga

menunjukkan bahwa 86.2% partisipan pernah mendapatkan kunjungan, yang dapat menjadi salah satu bentuk dukungan nyata dalam mempertahankan stabilitas psikologis selama masa pidana. Bagi narapidana perempuan, dukungan dari keluarga atau orang bermakna dapat mengurangi perasaan sendirian, memperkuat rasa aman, dan mengurangi tekanan emosional akibat keterpisahan. Dukungan keluarga juga penting bagi kesejahteraan narapidana karena kunjungan dan kontak sosial berkaitan dengan kondisi psikologis serta kesiapan menjalani reintegrasi sosial (De Claire & Dixon, 2017).

Temuan utama penelitian ini adalah peran mediasi penuh resiliensi. Setelah resiliensi dimasukkan ke dalam model, pengaruh langsung persepsi dukungan sosial terhadap kecemasan tidak lagi signifikan. Pola ini menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak secara otomatis menurunkan kecemasan, tetapi bekerja melalui penguatan kapasitas resiliensi. Dengan kata lain, dukungan sosial merupakan sumber daya eksternal yang perlu diinternalisasi menjadi ketangguhan psikologis agar mampu mereduksi kecemasan secara efektif. Temuan ini selaras dengan stress-buffering model, yang menempatkan dukungan sosial sebagai penyangga stres melalui perubahan appraisal, kontrol diri, dan sumber daya koping (Cohen & Wills, 1985).

Secara praktis, temuan ini mengarahkan intervensi pemyarakatan agar tidak berhenti pada penyediaan dukungan sosial secara administratif, seperti kunjungan atau komunikasi keluarga, tetapi perlu dilengkapi dengan program yang membantu narapidana mengolah dukungan tersebut menjadi kekuatan psikologis. Program yang dapat dikembangkan antara lain pelatihan regulasi emosi, manajemen stres, keterampilan koping, konseling kelompok, konseling keluarga, dan psikoedukasi untuk keluarga mengenai bentuk dukungan yang efektif. Petugas pemyarakatan juga dapat berperan sebagai lingkungan sosial suportif melalui komunikasi empatik, asesmen psikologis berkala, dan rujukan dini bagi narapidana dengan kecemasan sedang hingga berat.

Gambar 1
Model Mediasi



Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, desain *cross-sectional* hanya menangkap kondisi pada satu titik waktu sehingga tidak dapat memastikan urutan sebab-akibat secara kuat. Kedua, penggunaan convenience sampling membatasi generalisasi temuan ke seluruh populasi narapidana perempuan. Ketiga, pengukuran berbasis *self-report* berpotensi memunculkan bias respons sosial, terutama karena partisipan berada dalam institusi yang memiliki struktur otoritas kuat. Keempat, variabel kontekstual seperti kualitas program pembinaan, relasi dengan petugas, riwayat trauma, fase pidana, dan frekuensi aktual kunjungan keluarga belum dimasukkan ke dalam model. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal, sampling probabilitas, atau pendekatan mixed methods untuk menangkap dinamika dukungan sosial, resiliensi, dan kecemasan secara lebih mendalam.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial berpengaruh positif terhadap resiliensi, sedangkan resiliensi berpengaruh negatif terhadap kecemasan pada narapidana perempuan. Persepsi dukungan sosial juga memiliki efek total negatif terhadap kecemasan. Namun, ketika resiliensi dimasukkan ke dalam model, efek langsung persepsi dukungan sosial terhadap kecemasan menjadi tidak signifikan, sementara efek tidak langsung melalui resiliensi tetap signifikan. Dengan demikian, resiliensi berperan sebagai mediator penuh dalam hubungan antara persepsi dukungan sosial dan kecemasan.

Temuan ini menegaskan bahwa dukungan sosial perlu diarahkan untuk memperkuat kapasitas daya lenting narapidana sehingga mereka mampu mengelola tekanan pemidanaan secara lebih adaptif. Program pembinaan psikologis di lapas perlu mengintegrasikan penguatan dukungan keluarga, pelatihan resiliensi, regulasi emosi, dan layanan asesmen psikologis berkala sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan mental narapidana perempuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, R. (2024). *Pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap kecemasan pada tahanan di Rutan Kelas I Depok*. Skripsi (tidak diterbitkan). Universitas Negeri Jakarta
- Barlow, D. H., & Durand, V. M. (2015). *Abnormal psychology: An integrative approach* (7th ed.). Cengage Learning
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety, 18*(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- De Claire, K., & Dixon, L. (2017). The effects of prison visits from family members on prisoners' well-being, prison rule breaking, and recidivism: A review of research since

1991. *Trauma, Violence, & Abuse*, 18(2), 185-199.
- Fang, H., & Xu, X. (2025). The role of psychological resilience and career adaptability in the relationship between perceived social support and employment anxiety among college students. *Journal of Psychology in Africa*, 35(1), 151-157. <https://doi.org/10.32604/jpa.2025.065786>
- Listyandini, R. A., & Akmal, S. A. (2015). Hubungan antara kekuatan karakter dan resiliensi pada mahasiswa. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional Psikologi*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Pancasila.
- Masten, A. S. (2018). Resilience theory and research on children and families: Past, present, and promise. *Journal of Family Theory & Review*, 10(1), 12–31. <https://doi.org/10.1111/jftr.12255>
- Mu'jizatullah, W. S. (2019). Pengaruh penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap stres pada warga binaan pasyarakatan wanita. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2), 181-189. doi: <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i2.4772>
- Putri, D. E., Erwina, I., & Adha, H. (2014). Hubungan dukungan sosial dengan tingkat kecemasan narapidana di lembaga pasyarakatan kelas II A Muaro Padang tahun 2014. *NERS Jurnal Keperawatan*, 10(2), 118-135.
- Republik Indonesia. (2022). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2022 tentang Pasyarakatan*. Jakarta: Sekretariat Negara.
- Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B. W., & Lowe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: The GAD-7. *Archives of Internal Medicine*, 166(10), 1092–1097. <https://doi.org/10.1001/archinte.166.10.1092>
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1), 25338. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v5.25338>
- Sygit-Kowalkowska, E., Szrajda, J., Weber-Rajek, M., Porażyński, K., & Ziółkowski, M. (2017). Resilience as a predictor of mental health of incarcerated women. *Psychiatria Polska*, 51(3), 549-560
- Taylor, S. E. (2018). *Health Psychology* (10th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Yang, L., Wang, N., Li, D., Zhao, X., Wen, M., Zhang, Y., & Liu, Y. (2025). Social support and anxiety: A moderated mediating model. *Scientific Reports*, 15(1), 29390. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-14336-x>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41.