BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini, peneliti menyimpulkan jawaban dari permasalahan penelitian. Selanjutnya akan dikemukakan saran teoritis dan praktis yang diharapkan dapt berguna bagi berbagai pihak dan dapat dijadikan pertimbangan dan pengetahuan bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti dukungan sosial, *self-esteem* dan kecemasan menjelang bebas pada narapidana.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan tentang pengaruh dukungan sosial dan *self-esteem* terhadap kecemasan narapidana wanita menjelang bebas Lembaga Pemasyrakatan Klas II B Padang, yaitu:

1. Hasil data menyatakan bahwa secara bersama-sama dukungan sosial dan *self-esteem* memberikan pengaruh sebanyak 50% dengan arah negatif terhadap kecemasan menjelang bebas pada narapidana wanita Lembaga Pemasyarakatan Klas II B Muaro Padang. Hal ini berarti semakin rendah nilai dukungan sosial dan *self-esteem* yang dimiliki oleh narapidana, maka tingkat kecemasan akan semakin tinggi.
2. Secara umum dapat diketahui bahwa kecemasan menjelang bebas pada narapidana wanita Lembaga Pemasyarakatan Klas II B Muaro Padang berada pada kategori sedang, yang artinya sebagian besar narapidana memiliki reaksi negatif pada fisik, perilaku, emosi dan kognitif yang menyebabkan

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA

narapidana merasakan keadaan yang kurang nyaman, tidak menyenangkan, mengancam dan menegangkan.

3. Sebagian besar narapidana wanita menjelang bebas Lembaga Pemasyarakatan Klas II B Muaro Padang memiliki dukungan sosial yang berada pada kategori sedang. Artinya secara umum narapidana sudah memiliki cukup dukungan, bantuan dan nasehat positif dari relasi atau hubungan yang dimilikinya dengan orang lain untuk mengatasi tekanan yang di dalam hidupnya, namun masih harus ditingkatkan.
4. Sebagian besar narapidana wanita menjelang bebas Lembaga Pemasyarakatan Klas II B Muaro Padang memiliki *self-esteem* yang berada pada kategori rendah. Artinya bahwa sebagian besar narapidana menilai dirinya negatif yang menunjukkan bahwa narapidana merasa tidak percaya bahwa dirinya penting, mampu, berharga dan berhasil.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini, maka ada beberapa saran yang diberikan peneliti untuk menyempurnakan penelitian selanjutnya, antara lain:

5.2.1 Saran Metodologis

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan, pada peneliti mengajukan beberapa saran metodologis untuk penelitian selanjutnya, yaitu:

1. Persentasi kontribusi *self-esteem* dan dukungan sosial secara bersamaan adalah sebesar 50% yang menandakan kontribusi antar variabel cukup besar.

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA

Namun, peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti variabel lain yang mempengaruhi kecemasan pada narapidana menjelang bebas.

2. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan metode lain seperti kualitatif untuk memperdalam hasil penelitian tentang kecemasan menjelang bebas pada narapidana wanita.

5.2.2 Saran Praktis

a) Pada Narapidana Wanita

Berdasakan hasil penelitian *self-esteem* yang dimiliki narapidana rendah dan dukungan sosial yang dimiliki oleh narapidana ada pada kategori sedang. Namun narapidana masih harus meningkatkan dukungan antar sesama narapidana untuk membantunya keluar dari permasalahan dan mengatasi kecemasan menjelang bebas.

b) Pada Keluarga Narapidana

Berdasarkan hasil penelitian *self-esteem* yang dimiliki oleh narapidana rendah. Peneliti berharap keluarga narapidana memberikan dukungan terhadap narapidana sehingga narapidana merasa bahwa dirinya bagian dari keluarga sehingga narapidana merasa bahwa dirinya berharga dan dapat mengatasi tekanan yang dialami dalam menghadapi masa pembebasan.

c) Pada Lembaga Pemasyarakatan

Berdasarkan hasil, pembahasan dan kesimpulan yang didapat, sebaiknya pihak Lembaga Pemasyarakatan dapat mengupayakan untuk mengadakan program-program dan kegiatan yang dapat meningkatkan *self-esteem* dengan cara pemberian konseling dasar maupun intervensi seperti *cognitive*

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA

behaviour therapy (CBT) untuk membantunya keluar dari permasalahan dan mengatasi kecemasan menjelang bebas. Kemudian dilakukan penyuluhan kepada keluarga narapidana untuk dapat meningkatkan dukungan yang diberikan kepada narapidana. Sehingga narapidana menjadi lebih siap dalam menghadapi masa pembebasan dan mengatasi hal-hal yang dapat menyebabkan narapidana merasakan kecemasan dalam menghadapi masa pembebasan.

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA