

SOSIALISASI AKAN PENTINGNYA DUKUNGAN EMOSIONAL KELUARGA PADA NARAPIDANA DI RUTAN PEREMPUAN KELAS II A MEDAN

Siska Dwi Ningsih¹, Dwi Nursiti²

^{1,2}Program Studi Psikologi Universitas Sari Mutiara Indonesia
email : siscadwiningsih@yahoo.co.id

ABSTRAK

Dukungan emosional merupakan jenis dukungan yang membantu mengangkat mereka secara psikologis atau secara emosional. Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Dukungan emosional dapat membantu seseorang untuk bangkit dan terhindar dari masalah psikologis. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk membantu para narapidana untuk bangkit dari masalah yang di alami dan memahami tentang pentingnya edukasi dukungan emosional keluarga pada narapidana di Rutan Kelas II A Medan. Metode pengabdian masyarakat ini dengan sosialisasi pentingnya dukungan emosional keluarga pada narapidana di Rutan Perempuan Kelas II A Medan dalam bentuk ceramah dan Tanya jawab. Hasil Pengabdian masyarakat ini adalah menambah pengetahuan para narapidana untuk lebih mengerti, memahami pengertian dukungan emosional. Faktor-faktor serta penerepannya. Diharapkan setelah dilakukan edukasi pentingnya dukungan emosional keluarga di Rutan Perempuan Kelas II A Medan pengetahuannya semakin meningkat.

Kata Kunci : edukasi, dukungan keluarga, dukungan emosional.

ABSTRACT

Emotional support is a type of support that helps lift them up psychologically or emotionally. Family support is the attitude, action and acceptance of the family towards its members. Emotional support can help someone to get up and avoid psychological problems. The purpose of this community service is to help convicts to recover from the problems they are experiencing and understand the importance of educating the importance of family emotional support for convicts in Class II A Detention Center in Medan. This method of community service involves socializing the importance of family emotional support for inmates at Class II A Women's Detention Center in Medan in the form of lectures and question and answer sessions. The result of this community service is to increase the knowledge of prisoners to better understand, understand the meaning of emotional support. The factors and their application. It is hoped that after education on the importance of family emotional support in the Class II A Women's Detention Center in Medan, their knowledge will increase.

Keywords: *education, family support, emotional support.*

PENDAHULUAN

Keluarga menjadi tonggak penting untuk setiap individu yang terlibat dalam masalah. Orang yang bermasalah sangat memerlukan dukungan terutama dari keluarganya. Dukungan keluarga yang dapat membuat masalah tersebut dapat di atasi oleh orang yang bermasalah tadi. Jadi dalam pembahasan kali ini psikologi akan membahas dukungan keluarga tersebut mulai dari fungsinya sampai bentuk dukungan keluarga tersebut. Dukungan emosional

merupakan jenis dukungan yang membantu mengangkat mereka secara psikologis atau emosional. Bentuk-bentuk dukungan secara emosional antara lain menunjukkan simpati, memberikan semangat, hingga menawarkan dorongan, kepastian, dan kasih sayang kepada orang yang tertimpa masalah.

Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Anggota keluarga dipandang sebagai bagian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan keluarga. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan (Friedman dkk, 2014). Ayuningtyas (2014) mengatakan bahwa dukungan keluarga adalah segala bantuan yang diterima salah satu anggota keluarga dari anggota keluarga lainnya dalam rangka menjalankan fungsi – fungsi yang terdapat di dalam sebuah keluarga, yaitu dukungan emosional, instrumental, informatif, maupun penilaian.

Sementara itu Maksud (2015) mengatakan Dukungan keluarga merupakan salah satu bentuk dari terapi keluarga, melalui keluarga berbagi masalah kesehatan bisa muncul sekaligus bisa diatasi. Menurut Ambari (2010) dukungan keluarga adalah suatu persepsi mengenai bantuan yang berupa perhatian, penghargaan, informasi, nasehat maupun materi. Dukungan orang tua adalah salah satu dari faktor yang paling kuat terkait dengan hasil akhir anak yang positif (Friedman dkk, 2014).

Dukungan emosional dapat membantu seseorang untuk bangkit dan terhindar dari masalah psikologis. Cara memberikannya bisa dengan tidak bersikap menghakimi, memuji di depan umum, mendengarkan cerita secara mendalam, hingga memberi nasihat hanya saat diminta.

Ketika seseorang tengah tertimpa masalah, terutama yang sangat berpengaruh terhadap hidup, dukungan orang-orang terdekat sangatlah diperlukan. Tak hanya secara fisik, dukungan secara emosional juga dibutuhkan. Bagi beberapa orang, dukungan emosional dapat membantu mereka untuk melewati masalah yang sedang dihadapi dengan baik.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Rutan Perempuan Kelas II A Medan. Dari hasil wawancara narapidana di Rutan Perempuan Kelas II A Medan dari 32 narapidana, 27 dari mereka kurang memiliki pengetahuan secara spesifik tentang apa itu dukungan emosional, faktor dan penerapannya, dan 5 dari mereka bisa memahami tentang dukungan emosional tetapi belum secara jelas.

Rendahnya tingkat pengetahuan dukungan emosional pada narapidana di Rutan Perempuan menunjukkan pentingnya dukungan emosional keluarga. Sehingga perlu dilakukan suatu upaya promotif berupa penyuluhan tentang “Edukasi Pentingnya Dukungan Emosional Keluarga Pada Narapidana di Rutan Perempuan Kelas II A Medan”.

METODE PELAKSANAAN

1. Tahap Persiapan

Tahap awal kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah melakukan kontrak kepada para narapidana yang telah disiapkan untuk bisa berpartisipasi aktif dalam Penyuluhan “Edukasi Pentingnya Dukungan Emosional Keluarga”, baik kontrak waktu dan kesediaannya sebagai peserta.

Persiapan awal lain adalah alat-alat yang digunakan yaitu seperti laptop, *Liquid crystal display* (LCD), layar proyektor, *sound system*, dan mikrofon. Pembuatan *Power Point* untuk materi Edukasi Pentingnya Dukungan Emosional Keluarga dibuat dengan menggunakan

materi yang mudah dimengerti.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan pengabdian masyarakat ini para Narapidana di Rutan Perempuan Kelas II A Medan terlebih dahulu mengisi daftar hadir yang diberikan oleh tim pengabdian masyarakat dan setelah itu salah seorang Fasilitator memberikan ucapan salam. Setelah itu memberikan pengetahuan tentang edukasi pentingnya dukungan emosional keluarga dalam hal ini pengertian dari *dukungan emosional*, faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga, manfaat dukungan keluarga, serta cara memberikan dukungan emosional ke orang lain.

3. Evaluasi

a. Struktur

Narapidana yang disiapkan sebanyak 32 orang dengan perantara usia 18-46 tahun. Tim pengabdian masyarakat berbagi tugas dimana 1 orang penyaji materi, video dan sekaligus yang membawakan acara penyuluhan ini, 1 orang bertugas untuk memberikan Pre test & post test sebelum dan setelah materi penyuluhan diberikan dan 1 orang lagi bertugas mendokumentasikan pengabdian Masyarakat ini. Tim juga melibatkan 2 orang mahasiswa untuk membantu tim pengabdian masyarakat sehingga kegiatan pengabdian masyarakat tentang Sosialisasi Akan Pentingnya Dukungan Emosional Keluarga Pada Narapidana di Rutan Perempuan Kelas II A Medan ini dapat berjalan dengan baik.

b. Proses

Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan sesuai jadwal dari pukul 8.30 s/d 10.20 wib dimana saat penyajian materi diselingi dengan tanya jawab.

c. Metode Evaluasi

Metode evaluasi dilakukan pada awal dan akhir penyampaian materi dan para narapidana mampu memahami dan mengerti tentang definisi, faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga, manfaat dukungan keluarga, serta cara memberikan dukungan emosional ke orang lain.

HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada Oktober 2019 dari pukul 8.30 sampai dengan 10.20 yang sarannya adalah Narapidana di Rutan Perempuan Kelas II A Medan. Pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh 3 orang tim dosen psikologi, serta dibantu oleh mahasiswa-mahasiswi Program Studi Psikologi.

Tahap awal pengabdian masyarakat ini tim pelaksana/fasilitator mengarahkan narapidana untuk berkumpul bersama di sebuah ruangan, setelah itu menjelaskan definisi dari dukungan emosional, faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga, manfaat dukungan keluarga, serta cara memberikan dukungan emosional ke orang lain.

Rendahnya tingkat pengetahuan tentang pentingnya edukasi dukungan emosional di Rutan Perempuan kelas II A Medan di sekolah disebabkan oleh kurangnya informasi dan lingkungan yang tidak mendukung.

Berdasarkan hasil melalui *pre test* yang diberikan oleh tim fasilitator pengabdian masyarakat sebelum materi penyuluhan diberikan didapatkan hasil 20% narapidana mengerti dan memahami tentang dukungan emosional namun belum secara jelas dan spesifik. Dan pemberian *Post Test* didapatkan hasil bahwa narapidana sudah memahami dan mengerti lebih spesifik materi tentang dukungan emosional dalam upaya Sosialisasi Pentingnya Dukungan

Emosional Keluarga di Rutan Perempuan Kelas II A Medan secara jelas yaitu 80 %. Hal ini didukung oleh informasi dari para staf di Rutan Perempuan Kelas II A Medan.



Gambar (1)

Memaparkan materi tentang “Pentingnya Dukungan Emosional Keluarga”.

Ketika fasilitator atau tim pelaksana memberikan materi tentang pengertian dari dukungan emosional, faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga, manfaat dukungan keluarga, serta cara memberikan dukungan emosional ke orang lain kepada narapidana, mereka menyimak dan fokus kearah depan namun ketika saat sesi tanya jawab hanya beberapa saja yang memberikan jawaban yang benar sehingga terlihat pengetahuan mereka akan informasi tentang edukasi dukungan emosional masih kurang akan tetapi mereka tetap semangat mengikuti materi sampai selesai.

1. Pengertian Dukungan Emosional Keluarga

Dukungan emosional merupakan jenis dukungan yang membantu mengangkat mereka secara psikologis atau emosional. Bentuk-bentuk dukungan secara emosional antara lain menunjukkan simpati, memberikan semangat, hingga menawarkan dorongan, kepastian, dan kasih sayang kepada orang yang tertimpa masalah.

Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Anggota keluarga dipandang sebagai bagian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan keluarga. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan (Friedman dkk, 2014). Ayuningtyas (2014) mengatakan bahwa dukungan keluarga adalah segala bantuan yang diterima salah satu anggota keluarga dari anggota keluarga lainnya dalam rangka menjalankan fungsi – fungsi yang terdapat di dalam sebuah keluarga, yaitu dukungan emosional, instrumental, informatif, maupun penilaian.

Sementara itu Dukungan keluarga merupakan salah satu bentuk dari terapi keluarga, melalui keluarga berbagi masalah kesehatan bisa muncul sekaligus bisa diatasi. Menurut Ambari (2010) dukungan keluarga adalah suatu persepsi mengenai bantuan yang berupa perhatian, penghargaan, informasi, nasehat maupun materi. Dukungan orang tua adalah salah satu dari faktor yang paling kuat terkait dengan hasil akhir anak yang positif (Friedman dkk, 2014).

2. Manfaat Dukungan Emosional Keluarga

Dukungan sosial keluarga adalah sebuah proses yang terjadi sepanjang masa kehidupan, sifat dan jenis dukungan sosial berbeda-beda dalam berbagai tahap-tahap siklus kehidupan. Namun demikian, dalam semua tahap siklus kehidupan, dukungan sosial keluarga membuat keluarga mampu berfungsi dengan berbagai kepandaian dan akal. Sebagai akibatnya, hal ini meningkatkan kesehatan dan adaptasi keluarga.

Wills (1985) dalam Friedman (1998) menyimpulkan bahwa baik efek-efek penyangga (dukungan sosial menahan efek-efek negatif dari stres terhadap kesehatan) dan efek-efek utama (dukungan sosial secara langsung mempengaruhi akibat-akibat dari kesehatan) pun ditemukan. Sesungguhnya efek-efek penyangga dan utama dari dukungan sosial terhadap kesehatan dan kesejahteraan boleh jadi berfungsi bersamaan. Secara lebih spesifik, keberadaan dukungan sosial yang adekuat terbukti berhubungan dengan menurunnya mortalitas, lebih mudah sembuh dari sakit dan dikalangan kaum tua, fungsi kognitif, fisik dan kesehatan emosi (Ryan dan Austin dalam Friedman, 1998).

3. Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Emosional Keluarga

Menurut Feiring dan Lewis (1984) dalam Friedman (1998), ada bukti kuat dari hasil penelitian yang menyatakan bahwa keluarga besar dan keluarga kecil secara kualitatif menggambarkan pengalaman- pengalaman perkembangan. Anak-anak yang berasal dari keluarga kecil menerima lebih banyak perhatian daripada anak-anak dari keluarga yang besar. Selain itu, dukungan yang diberikan orangtua (khususnya ibu) juga dipengaruhi oleh usia. Menurut Friedman (1998), ibu yang masih muda cenderung untuk lebih tidak bisa merasakan atau mengenali kebutuhan anaknya dan juga lebih egosentris dibandingkan ibu-ibu yang lebih tua.

Faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga lainnya adalah kelas sosial ekonomi orangtua. Kelas sosial ekonomi disini meliputi tingkat pendapatan atau pekerjaan orang tua dan tingkat pendidikan. Dalam keluarga kelas menengah, suatu hubungan yang lebih demokratis dan adil mungkin ada, sementara dalam keluarga kelas bawah, hubungan yang ada lebih otoritas atau otokrasi. Selain itu orang tua dengan kelas sosial menengah mempunyai tingkat dukungan, afeksi dan keterlibatan yang lebih tinggi daripada orang tua dengan kelas sosial bawah.

4. Cara Memberikan Dukungan Emosional Kepada Orang Lain

Bagi beberapa orang, dukungan secara emosional sangatlah diperlukan dalam melewati masalah. Bentuk dukungan ini dapat membantu mereka untuk bangkit dan terhindar dari masalah psikologis.

Berikut ini sejumlah cara memberikan dukungan emosional ke orang lain yang bisa Anda lakukan:

a. Menghargai perasaan orang lain

Menghargai perasaan orang lain merupakan salah satu cara memberikan dukungan emosional. Saat sedang tertimpa masalah, mengalami kekecewaan, atau kehilangan orang terdekat, beri tahu bahwa Anda selalu ada untuk mereka.

Apabila enggan bercerita, jangan pernah memaksa dan cobalah untuk memberikan mereka ruang. Memberi ruang untuk sendiri adalah salah satu cara untuk menunjukkan bahwa Anda peduli dengan mereka.

b. Memberikan pujian di depan umum

Memuji anggota keluarga, sahabat, atau pasangan di depan umum adalah salah satu bentuk dukungan emosional. Tindakan tersebut bisa membuat mereka nyaman dan percaya dengan diri sendiri. Tidak hanya itu, memberikan pujian di depan umum juga akan membuat perasaan mereka menjadi senang

c. Mendengarkan cerita mereka secara mendalam

Dukungan secara emosional dapat diberikan dengan cara mendengarkan cerita orang terdekat Anda secara mendalam. Ketika orang terdekat Anda bercerita, dengarkanlah secara mendalam. Selain itu, sesekali kutiplah perkataan mereka untuk memberitahukan bahwa Anda benar-benar mendengarkan dan peduli.

d. Jangan bersikap menghakimi

Tak ada orang yang suka dihakimi. Maka dari itu, jangan pernah menghakimi orang lain saat mereka tertimpa masalah. Tindakan penghakiman yang Anda lakukan nantinya malah dapat memperburuk keadaan.

Hindari memberi pertanyaan yang bisa membuat mereka merasa disalahkan atau tersudutkan. Selain itu, sampaikan juga perkataan Anda dengan suara dan nada yang penuh kasih sayang dan simpati saat berbicara.

e. Hindari memberi nasihat tanpa diminta

Kebanyakan orang seringkali memberikan nasihat kepada orang yang tertimpa masalah tanpa diminta. Mulai saat ini, hindari melakukan hal tersebut. Terkadang, beberapa orang hanya ingin didengarkan saja, bukan dinasihati. Jika Anda ingin membantu memberi solusi, tunggu hingga mereka memintanya sendiri.

f. Dukung solusi yang mereka miliki

Ketika orang terdekat telah menemukan solusi untuk masalah mereka, Anda mungkin memiliki keraguan tentang efektivitasnya. Jika solusi yang mereka ambil tidak berisiko dan berbahaya, cobalah untuk memberi dukungan. Hindarilah memberi tahu mereka apa yang menurut Anda harus dilakukan jika mereka tidak minta pendapat Anda.

KESIMPULAN

Bagi pihak lapas atau staf di Rutan Perempuan, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuannya akan pentingnya dukungan emosional keluarga dan memberikan kegiatan pembinaan pada narapidana seperti edukasi dukungan emosional. Serta mempromosikan edukasi pentingnya dukungan emosional keluarga pada narapidana dengan memanfaatkan media yang lebih menarik seperti menayangkan film/video pada saat dilakukan penyuluhan akan meningkatkan pengetahuan yang lebih baik bagi para narapidana.

Perlunya kerjasama di berbagai pihak terutama bagi staf di rutan perempuan yang memahami terkait permasalahan dukungan emosional keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- http www.sehatq.com. Cara Memberi Dukungan Emosional Untuk Bantu Orang Lain Melewati Masalah. Diakses: KAMIS 14 Juni 2019. <https://www.sehatq.com/artikel/dukungan-emosional>
- http www.dosenpsikologi.com. Teori Dukungan Keluarga. Diakses: KAMIS 14 Juni 2019. <https://dosenpsikologi.com/teori-dukungan-keluarga#>:
- http www.psychologymania.com. Pengertian Dukungan Keluarga. Diakses: KAMIS 17 Juli 2019. <https://www.psychologymania.com/2012/08/pengertian-dukungan-keluarga.html>
- http www.psychologymania.com. Pengertian Dukungan Keluarga. Diakses: KAMIS 14 Juli 2019. <https://www.psychologymania.com/2012/08/pengertian-dukungan-keluarga.html>