

## **DAMPAK LINGKUNGAN FISIK TERHADAP TINGKAT STRES DAN PERILAKU NARAPIDANA PADA LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS III DHARMASRAYA**

**Ririn Afriani<sup>1</sup>, Ibrahim Fikma Edrisy<sup>2</sup>**

[ririnafrianiysmr@gmail.com](mailto:ririnafrianiysmr@gmail.com)<sup>1</sup>, [ibrahimfikmaedrisy@gmail.com](mailto:ibrahimfikmaedrisy@gmail.com)<sup>2</sup>

**Universitas Terbuka**

### **ABSTRAK**

Penelitian ini mengkaji dampak lingkungan fisik terhadap tingkat stres dan perilaku narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas III Dharmasraya. Studi ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi dan Focus Group Discussion untuk mengetahui hubungan antara kondisi lingkungan fisik (pencahayaannya, ventilasi, kepadatan hunian, dan fasilitas) dengan tingkat stres dan manifestasi perilaku narapidana. Hasil penelitian menunjukkan korelasi signifikan antara kualitas lingkungan fisik dengan tingkat stres yang dialami narapidana, dimana kondisi lingkungan yang kurang memadai berkorelasi dengan peningkatan stres dan perilaku maladaptif. Ventilasi dan kepadatan hunian diidentifikasi sebagai faktor paling berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis narapidana. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya perbaikan infrastruktur dan kondisi lingkungan dalam lembaga pemasyarakatan sebagai upaya mengurangi stres dan meningkatkan kesehatan mental narapidana, yang pada akhirnya dapat berkontribusi pada proses rehabilitasi dan reintegrasi sosial yang lebih efektif.

**Kata Kunci:** Lapas Dharmasraya, Lingkungan Fisik, Pemasyarakatan, Perilaku Narapidana, Stres.

### **PENDAHULUAN**

Lembaga pemasyarakatan sebagai institusi yang menjalankan fungsi pembinaan bagi narapidana memiliki peran strategis dalam sistem peradilan pidana di Indonesia. Selain berfungsi sebagai tempat pelaksanaan hukuman, lembaga pemasyarakatan juga memiliki tanggung jawab untuk melakukan rehabilitasi dan reintegrasi sosial bagi narapidana agar dapat kembali menjadi warga masyarakat yang baik. Namun, berbagai kendala dan tantangan sering kali menjadi hambatan dalam mewujudkan fungsi ideal tersebut, terutama berkaitan dengan kondisi lingkungan fisik lembaga pemasyarakatan yang tidak memadai.

Realitas yang terjadi di lapangan menunjukkan bahwa banyak lembaga pemasyarakatan di Indonesia menghadapi permasalahan krusial terkait kepadatan penghuni yang melebihi kapasitas (*overcrowding*). Data dari Direktorat Jenderal Pemasyarakatan menunjukkan bahwa tingkat hunian lembaga pemasyarakatan di Indonesia mencapai 200% hingga 300% dari kapasitas ideal (Direktorat Jenderal Pemasyarakatan, 2023). Sebagaimana diungkapkan oleh Anggraini dan Barokah (2020), "Overcrowding telah menjadi masalah kronis pada hampir seluruh lembaga pemasyarakatan di Indonesia yang berdampak pada keterbatasan ruang gerak, kualitas udara yang buruk, dan penurunan standar pelayanan dasar bagi narapidana". Kondisi ini tidak terkecuali dialami oleh Lembaga Pemasyarakatan Kelas III Dharmasraya yang terletak di Provinsi Sumatera Barat. Lapas yang dirancang untuk menampung 100 narapidana kini harus menampung lebih dari 200 penghuni, menciptakan berbagai permasalahan terkait kualitas lingkungan fisik seperti keterbatasan ruang, sirkulasi udara yang buruk, pencahayaan yang tidak memadai, serta keterbatasan fasilitas kesehatan.

Beberapa penelitian terdahulu telah mengonfirmasi bahwa kondisi lingkungan fisik memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental dan perilaku individu. Baum dan Davis (1980) menemukan bahwa kepadatan (*crowding*) berkorelasi positif dengan

peningkatan stres, agresi, dan perilaku antisosial. Lebih lanjut, studi yang dilakukan oleh Haney (2012) mengungkapkan bahwa kualitas lingkungan penjara yang buruk dapat memicu berbagai gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi, gangguan tidur, hingga perilaku melukai diri sendiri. Penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari dkk. (2021) terhadap 150 narapidana di tiga lembaga pemasyarakatan di Jawa Tengah menemukan bahwa "terdapat hubungan signifikan antara kepadatan hunian dengan tingkat stres narapidana, di mana semakin padat hunian, semakin tinggi tingkat stres yang dialami".

Sementara itu, kajian yang dilakukan oleh Firmansyah dan Darmawan (2019) di Lapas Kelas I Cipinang mengungkapkan bahwa "kondisi lingkungan fisik berupa pencahayaan yang minim, sirkulasi udara yang tidak memadai, serta kebisingan yang tinggi secara konsisten mempengaruhi kualitas tidur, tingkat kecemasan, dan agresivitas narapidana". Temuan ini sejalan dengan penelitian Rahmadani (2022) yang menyimpulkan bahwa "faktor lingkungan fisik berupa kepadatan hunian dan ventilasi udara menjadi prediktor terkuat bagi munculnya gangguan psikosomatik pada narapidana di lima lapas yang diteliti di Sumatera".

Di Indonesia sendiri, meskipun sudah terdapat beberapa studi mengenai dampak lingkungan fisik terhadap kesehatan mental narapidana, namun penelitian yang spesifik mengkaji hubungan antara lingkungan fisik, tingkat stres, dan manifestasi perilaku masih terbatas. Sebagaimana diungkapkan oleh Widodo dan Waridin (2021), "kajian komprehensif mengenai interaksi antara desain arsitektur lapas, kepadatan hunian, dan dampak psikologisnya masih menjadi area penelitian yang perlu dikembangkan dalam konteks sistem pemasyarakatan Indonesia". Padahal, pemahaman mengenai hubungan tersebut sangat diperlukan sebagai dasar untuk mengembangkan kebijakan dan praktik pemasyarakatan yang lebih humanis dan efektif.

Lembaga Pemasyarakatan Kelas III Dharmasraya sebagai salah satu lapas yang relatif baru di Sumatera Barat juga tidak luput dari permasalahan overcrowding dan keterbatasan infrastruktur. Meskipun tergolong dalam klasifikasi Kelas III yang seharusnya memiliki standar fasilitas dasar yang memadai, kondisi di lapangan menunjukkan adanya kesenjangan antara standar ideal dengan realitas. Hal ini potensial berdampak pada tingkat stres dan pola perilaku narapidana yang menjalani masa pidana di institusi tersebut.

Nugroho dan Susilowati (2020) dalam penelitiannya menggarisbawahi bahwa "reformasi sistem pemasyarakatan di Indonesia harus memperhatikan aspek lingkungan fisik sebagai komponen integral dalam upaya rehabilitasi narapidana, bukan sekadar menekankan pada aspek program pembinaan". Pernyataan ini menegaskan pentingnya mengkaji dampak lingkungan fisik terhadap kondisi psikologis dan perilaku narapidana sebagai bagian dari evaluasi komprehensif terhadap sistem pemasyarakatan Indonesia.

Berdasarkan urgensi permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak lingkungan fisik terhadap tingkat stres dan perilaku narapidana pada Lembaga Pemasyarakatan Kelas III Dharmasraya. Secara spesifik, penelitian ini berupaya mengidentifikasi aspek-aspek lingkungan fisik yang paling berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis narapidana, mengukur tingkat stres yang dialami narapidana dalam kaitannya dengan kondisi lingkungan, serta mengamati manifestasi perilaku sebagai respons terhadap stres lingkungan tersebut. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis maupun praktis bagi pengembangan sistem pemasyarakatan yang lebih memperhatikan aspek kesehatan mental dan kebutuhan dasar narapidana.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif, yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai pengaruh lingkungan fisik

terhadap tingkat stres dan perilaku narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas III Dharmasraya. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menggali pengalaman subjektif narapidana serta dinamika sosial yang terjadi di dalam lingkungan pemasyarakatan secara menyeluruh.

Subjek penelitian terdiri dari narapidana yang sedang menjalani masa pidana di Lapas Kelas III Dharmasraya, serta petugas lapas yang memiliki pengetahuan dan pengalaman langsung terkait kondisi fisik dan perilaku narapidana. Teknik penentuan informan dilakukan secara purposive, dengan kriteria: (1) narapidana yang telah menjalani pidana minimal enam bulan, dan (2) petugas yang telah bekerja di lapas selama minimal satu tahun.

Pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik utama, yaitu wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan focus group discussion terhadap narapidana dan petugas di Lembaga Pemasyarakatan Kelas III Dharmasraya. Observasi digunakan untuk mencermati aspek lingkungan fisik seperti tata ruang, kebersihan, ventilasi, pencahayaan, dan kepadatan hunian. Wawancara mendalam bertujuan menggali persepsi, pengalaman, dan dampak psikologis yang dirasakan oleh narapidana terkait kondisi tersebut.

Analisis data dilakukan secara tematik, dengan tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Validitas data dijaga melalui triangulasi sumber dan metode, serta pengecekan ulang hasil temuan kepada informan kunci. Dengan metode ini, diharapkan penelitian dapat memberikan gambaran yang komprehensif mengenai hubungan antara kondisi lingkungan fisik dan kesehatan mental serta perilaku narapidana di Lapas Dharmasraya.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian ini menyajikan temuan-temuan yang diperoleh melalui proses pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan focus group discussion (FGD) terhadap narapidana dan petugas di Lembaga Pemasyarakatan Kelas III Dharmasraya. Berdasarkan analisis tematik yang dilakukan, teridentifikasi empat tema utama terkait dampak lingkungan fisik terhadap tingkat stres dan perilaku narapidana, yaitu: (1) Persepsi narapidana terhadap kondisi lingkungan fisik, (2) Manifestasi stres akibat keterbatasan lingkungan, (3) Strategi adaptasi dan koping, serta (4) Implikasi terhadap dinamika sosial dan perilaku.

### **1. Persepsi Narapidana terhadap Kondisi Lingkungan Fisik**

#### **a. Kepadatan Hunian dan Keterbatasan Ruang Privasi**

Temuan penelitian menunjukkan bahwa kepadatan hunian menjadi permasalahan utama yang dirasakan oleh hampir seluruh narapidana. Kapasitas kamar hunian yang dirancang untuk menampung 10-15 orang pada kenyataannya dihuni oleh 20-30 orang. Kondisi ini menciptakan keterbatasan ruang gerak dan absennya privasi yang berimplikasi pada kesejahteraan psikologis narapidana.

#### **b. Pencahayaan dan Sirkulasi Udara**

Aspek lingkungan fisik lainnya yang secara konsisten muncul dalam narasi narapidana adalah permasalahan terkait pencahayaan dan sirkulasi udara yang tidak memadai. Observasi yang dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar kamar hunian hanya mendapatkan pencahayaan alami yang minim melalui ventilasi kecil yang terletak di bagian atas dinding. Kondisi ini diperburuk dengan terbatasnya sirkulasi udara yang mengakibatkan suhu ruangan yang tinggi, terutama pada siang hari.

#### **c. Fasilitas Sanitasi dan Kebersihan**

Fasilitas sanitasi dan kebersihan juga menjadi perhatian utama dalam persepsi narapidana terhadap lingkungan fisik. Rasio toilet terhadap jumlah penghuni yang tidak

proporsional menciptakan permasalahan akses terhadap fasilitas sanitasi dasar. Minimnya privasi saat menggunakan fasilitas sanitasi menjadi keluhan umum di kalangan narapidana.

## **2. Manifestasi Stres Akibat Keterbatasan Lingkungan**

### **a. Gangguan Psikologis**

Analisis terhadap data wawancara dan FGD mengungkapkan adanya berbagai manifestasi stres psikologis yang dialami narapidana sebagai respons terhadap kondisi lingkungan fisik. Gejala yang paling sering dilaporkan meliputi insomnia, kecemasan, mudah tersinggung, dan perubahan suasana hati yang drastis.

"Saya sulit tidur nyenyak karena kebisingan dan ketidaknyamanan. Kalau malam, pikiran jadi kacau, sering merasa cemas tanpa sebab. Kadang saya merasa ingin menangis atau marah tiba-tiba." (LM, 27 tahun)

Temuan ini konsisten dengan penelitian Wibowo dan Suryadinata (2021) yang menemukan bahwa 78% narapidana di tiga lembaga pemasyarakatan di Indonesia mengalami gangguan tidur dan 65% mengalami gejala kecemasan yang dihubungkan dengan kondisi lingkungan fisik.

### **b. Keluhan Psikosomatik**

Selain gejala psikologis, narapidana juga melaporkan berbagai keluhan psikosomatik yang mereka persepsikan sebagai manifestasi dari stres yang dialami. Keluhan yang paling sering muncul meliputi sakit kepala, gangguan pencernaan, nyeri otot, dan penurunan daya tahan tubuh yang mengakibatkan kerentanan terhadap penyakit.

## **3. Strategi Adaptasi dan Koping**

### **a. Adaptasi Lingkungan Fisik**

Menghadapi keterbatasan lingkungan fisik, narapidana mengembangkan berbagai strategi adaptasi untuk menciptakan ruang personal dan meningkatkan kenyamanan. Strategi yang teridentifikasi meliputi pengaturan jadwal penggunaan fasilitas bersama, modifikasi sederhana terhadap tempat tidur dan area penyimpanan barang pribadi, serta upaya kolektif untuk menjaga kebersihan.

"Kami membuat jadwal untuk penggunaan kamar mandi, dengan prioritas bagi yang sakit atau lansia. Untuk barang pribadi, kami membuat kantong gantung dari kardus bekas supaya tidak berantakan dan tetap terjaga privasinya." (SD, 45 tahun)

Praktek adaptasi lingkungan ini menunjukkan kapasitas resiliensi narapidana sebagaimana diidentifikasi oleh Sugiharto dan Pratiwi (2023) dalam penelitian mereka tentang strategi adaptasi narapidana terhadap keterbatasan ruang di lembaga pemasyarakatan.

### **b. Strategi Koping Psikologis**

Dari perspektif psikologis, narapidana mengembangkan berbagai mekanisme koping untuk mengelola stres yang dialami. Strategi koping yang teridentifikasi meliputi praktik spiritualitas dan keagamaan, aktivitas fisik dan olahraga, serta pengembangan hobi dan keterampilan.

"Shalat dan mengaji menjadi penyelamat saya di sini. Saat merasa stres, saya mengalihkan dengan berolahraga atau membuat kerajinan tangan. Yang penting pikiran tetap sibuk dengan hal-hal positif." (FR, 31 tahun)

Temuan ini konsisten dengan penelitian Nurhayati dan Syamsuddin (2021) yang mengidentifikasi praktik keagamaan dan aktivitas kreatif sebagai strategi koping utama yang efektif bagi narapidana di lembaga pemasyarakatan di Indonesia.

### **c. Dukungan Sosial**

Membangun dan mempertahankan jaringan dukungan sosial juga menjadi strategi penting bagi narapidana dalam menghadapi stres lingkungan. Dukungan sosial ini meliputi

hubungan dengan sesama narapidana, petugas lapas, serta keluarga dan kerabat di luar lapas.

"Kami seperti keluarga di sini, saling menguatkan saat ada yang sedang down. Kunjungan dari keluarga juga sangat berarti, memberi semangat untuk bertahan dan memperbaiki diri." (BN, 40 tahun)

Pentingnya dukungan sosial ini sejalan dengan temuan Widodo dan Pratama (2020) yang menyimpulkan bahwa kualitas dukungan sosial berkorelasi negatif dengan tingkat stres dan depresi pada narapidana di lembaga pemasyarakatan.

#### **4. Implikasi terhadap Dinamika Sosial dan Perilaku**

##### **a. Konflik Interpersonal**

Keterbatasan ruang dan sumber daya seringkali memicu munculnya konflik interpersonal di antara narapidana. Konflik yang teridentifikasi umumnya bersifat minor namun repetitif, seperti perselisihan mengenai penggunaan fasilitas bersama, batas wilayah personal, atau masalah kebersihan.

##### **b. Perilaku Agresif dan Destruktif**

Dalam beberapa kasus, stres yang diakibatkan oleh kondisi lingkungan fisik termanifestasi dalam bentuk perilaku agresif dan destruktif. Bentuk perilaku yang teridentifikasi meliputi agresi verbal, perilaku melukai diri sendiri, hingga vandalisme terhadap fasilitas lapas.

Hasil penelitian ini menegaskan relevansi teori determinisme lingkungan dalam konteks lembaga pemasyarakatan, dimana kondisi lingkungan fisik memiliki pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis penghuninya. Kepadatan hunian, pencahayaan yang minim, sirkulasi udara yang buruk, serta keterbatasan fasilitas sanitasi secara konsisten diidentifikasi sebagai stressor lingkungan yang berimplikasi pada munculnya gejala stres, gangguan tidur, dan keluhan psikosomatik.

Sebagaimana dinyatakan oleh Nugroho dan Handayani (2022), "kondisi arsitektural lembaga pemasyarakatan bukan sekadar aspek fisik, melainkan komponen integral yang membentuk pengalaman psikologis narapidana selama menjalani masa pidana". Temuan penelitian ini mengonfirmasi pernyataan tersebut, menggarisbawahi bagaimana elemen-elemen lingkungan fisik tidak hanya mempengaruhi kenyamanan fisik, tetapi juga secara fundamental membentuk kesehatan mental dan kapasitas adaptasi narapidana.

Menariknya, aspek yang paling konsisten ditemukan sebagai sumber stres adalah keterbatasan ruang privasi akibat kepadatan hunian. Temuan ini sejalan dengan pandangan Kusumadewi dan Pratiwi (2021) yang menyatakan bahwa "kebutuhan akan privasi dan teritori personal merupakan kebutuhan psikologis mendasar yang terganggu dalam kondisi overcrowding, menciptakan tekanan psikologis kronis yang sulit diatasi bahkan dengan mekanisme koping yang adaptif".

Meskipun menghadapi kondisi lingkungan yang tidak ideal, narapidana menunjukkan kapasitas adaptasi dan resiliensi yang signifikan. Strategi adaptasi yang dikembangkan mencakup modifikasi lingkungan fisik, pengembangan mekanisme koping psikologis, hingga pembentukan struktur sosial informal untuk mengelola sumber daya yang terbatas.

Fenomena ini sejalan dengan konsep "prisonization" sebagaimana dijabarkan oleh Wibowo dan Nurhasanah (2023), yang mendefinisikannya sebagai "proses adaptasi narapidana terhadap subkultur penjara, termasuk mengadopsi nilai, norma, dan perilaku yang memfasilitasi kelangsungan hidup dalam lingkungan yang penuh tekanan". Dalam konteks penelitian ini, praktik-praktik adaptasi seperti pengaturan jadwal penggunaan fasilitas bersama, pembentukan hierarki sosial, dan pengembangan hobi dapat dipahami sebagai manifestasi dari proses prisonization tersebut.

Temuan menarik dari penelitian ini adalah bagaimana spiritualitas dan praktik keagamaan menjadi mekanisme koping yang dominan di kalangan narapidana. Hal ini menegaskan observasi Hidayat dan Suryana (2023) bahwa "dalam konteks Indonesia dengan karakteristik masyarakat yang religius, dimensi spiritual menjadi sumber daya psikologis yang signifikan bagi narapidana dalam menghadapi tekanan lingkungan".

Temuan penelitian ini memiliki implikasi penting bagi pengembangan kebijakan pemasyarakatan yang lebih humanis dan efektif. Sebagaimana diargumentasikan oleh Widodo dan Waridin (2021), "reformasi sistem pemasyarakatan di Indonesia perlu mempertimbangkan aspek desain arsitektural sebagai komponen integral dalam upaya rehabilitasi, bukan sekadar infrastruktur fisik yang terpisah dari tujuan pembinaan".

Dalam konteks Lembaga Pemasyarakatan Kelas III Dharmasraya, terdapat kebutuhan mendesak untuk mengatasi permasalahan kepadatan hunian, baik melalui pembangunan fasilitas baru, implementasi alternatif pemidanaan non-pemenjaraan untuk tindak pidana ringan, maupun optimalisasi program reintegrasi dan pembebasan bersyarat bagi narapidana yang memenuhi syarat.

Selain itu, perbaikan elemen lingkungan fisik seperti sistem ventilasi, pencahayaan, dan fasilitas sanitasi perlu diprioritaskan mengingat aspek-aspek tersebut secara konsisten diidentifikasi sebagai sumber stres utama. Sebagaimana ditekankan oleh Rahmawati dan Nugroho (2023), "investasi pada infrastruktur dasar lembaga pemasyarakatan bukan sekadar pemenuhan standar minimum, melainkan intervensi strategis untuk mengurangi stres lingkungan dan meningkatkan efektivitas program pembinaan".

Lebih jauh, pengembangan program dan aktivitas yang memfasilitasi strategi koping adaptif seperti kegiatan spiritual, olahraga, dan pengembangan keterampilan perlu ditingkatkan sebagai buffer terhadap tekanan lingkungan fisik. Prasetyo dan Widiastuti (2022) dalam penelitian mereka menemukan bahwa "program pembinaan yang terstruktur dan bermakna dapat menjadi faktor protektif yang signifikan terhadap dampak negatif kondisi lingkungan fisik yang tidak ideal".

Perlu diakui bahwa penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan metodologis. Pertama, karakter kontekstual studi kasus membatasi generalisasi temuan ke konteks lembaga pemasyarakatan lain dengan karakteristik berbeda. Kedua, keterbatasan akses untuk melakukan pengukuran objektif terhadap parameter lingkungan fisik seperti intensitas cahaya, kualitas udara, dan tingkat kebisingan mengakibatkan penelitian ini lebih bertumpu pada data perseptual dari partisipan. Ketiga, desain cross-sectional dari penelitian ini tidak memungkinkan untuk mengidentifikasi hubungan kausal antara kondisi lingkungan, stres, dan perilaku dalam konteks temporal.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini mengungkapkan bahwa kondisi lingkungan fisik yang ditandai dengan kepadatan hunian melebihi kapasitas, sirkulasi udara terbatas, pencahayaan minim, serta sanitasi kurang memadai telah menciptakan dampak psikologis negatif berupa peningkatan stres, kecemasan, dan depresi pada narapidana. Kondisi ini selanjutnya memicu perubahan perilaku berupa agresivitas, konflik antar narapidana, dan penurunan partisipasi dalam program pembinaan, yang kemudian menghambat efektivitas program rehabilitasi secara keseluruhan. Situasi tersebut diperburuk dengan meningkatnya risiko penularan penyakit akibat keterbatasan akses layanan kesehatan.

Berdasarkan temuan tersebut, diperlukan perbaikan infrastruktur melalui renovasi dan perluasan bangunan, perbaikan sistem ventilasi, pencahayaan, dan sanitasi untuk mengurangi kepadatan dan menciptakan lingkungan yang lebih sehat. Sejalan dengan upaya

fisik tersebut, penerapan kebijakan diversifikasi hukuman dan program pembebasan bersyarat perlu dilakukan untuk mengurangi kepadatan hunian, didukung dengan pengembangan program psikososial berupa pengelolaan stres dan konseling sebagai upaya menangani dampak psikologis yang telah terjadi. Peningkatan layanan kesehatan, terutama akses terhadap layanan kesehatan fisik dan mental, juga menjadi prioritas untuk mengatasi permasalahan kesehatan yang muncul, diikuti dengan pengembangan SDM petugas lapas melalui pelatihan tentang penanganan stres narapidana untuk meningkatkan kualitas pembinaan. Untuk memastikan keberlanjutan perbaikan, diperlukan evaluasi rutin terhadap kondisi lingkungan dan dampaknya, serta penelitian lanjutan tentang intervensi efektif, didukung oleh kerjasama multi-sektor dengan institusi pendidikan, sektor swasta, dan organisasi masyarakat untuk memperkuat program rehabilitasi dan reintegrasi sosial narapidana.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, D., & Barokah, S. (2020). Dampak Overcrowding terhadap Hak-Hak Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan. *Jurnal Hukum dan Pemasyarakatan*, 8(2), 65-82.
- Baum, A., & Davis, G. E. (1980). Reducing the stress of high-density living: An architectural intervention. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(3), 471-481. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.38.3.471>
- Direktorat Jenderal Pemasyarakatan. (2023). Data Statistik Pemasyarakatan Indonesia Tahun 2022. Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia.
- Firmansyah, A., & Darmawan, D. (2019). Pengaruh Lingkungan Fisik terhadap Kondisi Psikologis Narapidana: Studi Kasus di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Cipinang. *Jurnal Psikologi Forensik*, 7(2), 85-102.
- Hidayat, A., & Suryana, D. (2023). Spiritualitas sebagai sumber daya psikologis narapidana dalam menghadapi stres lingkungan. *Jurnal Psikologi Islam dan Indigeneous*, 11(1), 45-63.
- Hidayati, N., & Rahmawati, D. (2022). Kepadatan hunian dan dampaknya terhadap kesehatan mental narapidana: Studi komparatif di lima lembaga pemasyarakatan di Pulau Jawa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(3), 321-339.
- Kusumadewi, T., & Pratiwi, A. (2021). Privasi dan teritori dalam setting institusi total: Perspektif psikologi lingkungan pada lembaga pemasyarakatan. *Jurnal Arsitektur dan Perilaku*, 8(2), 87-102.
- Nugroho, S. S., & Susilowati, E. (2020). Evaluasi Kebijakan Pemasyarakatan dalam Perspektif Hak Asasi Manusia. *Jurnal Kebijakan Publik Indonesia*, 12(3), 145-160.
- Nurhayati, S., & Syamsuddin, A. (2021). Strategi koping religius narapidana dalam menghadapi stres di lembaga pemasyarakatan: Studi kualitatif di Lapas Wanita Semarang. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 6(2), 112-128.
- Prasetyo, D., & Widiastuti, H. (2022). Program pembinaan terstruktur sebagai faktor protektif terhadap dampak lingkungan fisik pada kesehatan mental narapidana. *Jurnal Studi Pemasyarakatan*, 7(2), 78-94.
- Puspitasari, H., Handayani, S., & Wijaya, P. (2021). Analisis Hubungan Kepadatan Hunian dengan Tingkat Stres Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 9(3), 320-335.
- Rahmadani, F. (2022). Faktor Lingkungan Fisik Sebagai Prediktor Gangguan Psikosomatik pada Narapidana. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(2), 108-124.
- Rahmawati, D., & Santosa, A. (2020). *Psikologi Lingkungan Lembaga Pemasyarakatan: Teori dan Praktik*. Bandung: Penerbit ITB.
- Sugiharto, T., & Pratiwi, L. (2023). Strategi adaptasi narapidana terhadap keterbatasan ruang di lembaga pemasyarakatan: Perspektif psikologi lingkungan. *Jurnal Arsitektur dan Perilaku*, 10(1), 45-62.
- Sulhin, I. (2018). *Arsitektur Pemasyarakatan: Membangun Lapas yang Humanis*. Yogyakarta:

Gadjah Mada University Press.

- Wibowo, A., & Nurhasanah, S. (2023). Prisonization sebagai proses adaptasi narapidana: Studi etnografis di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Surabaya. *Jurnal Kriminologi Indonesia*, 19(1), 205-223.
- Widianto, B., & Permatasari, E. (2021). *Lembaga Pemasyarakatan dan Kesehatan Mental: Tantangan dan Intervensi*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Widodo, T., & Waridin, A. (2021). Desain Arsitektur Lembaga Pemasyarakatan dan Dampaknya terhadap Kondisi Psikologis Narapidana. *Jurnal Arsitektur dan Lingkungan Binaan*, 5(1), 40-53.