

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN *THINKING FOR A CHANGE*
TERHADAP *SELF REGULATION***

**(Studi Pada Warga Binaan Pemasyarakatan Kasus Penipuan
Di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Klas IIA Bandung)**

TESIS



UPT. PERPUSTAKAAN UNISBA

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
Guna memperoleh gelar Magister Psikologi
Pada Program Studi Magister Psikologi
Konsentrasi Psikologi Klinis

Oleh :

**ANNISA WARASTRI
NPM : 20050010004**

UPT. PERPUSTAKAAN UNISBA
No. Inok : 16 5021
No. Klas : ISS.2 WAR e
Subjek : psikologi kepri-
basaan



**PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS ISLAM BANDUNG
BANDUNG**

2014



UNIVERSITAS ISLAM BANDUNG
PROGRAM PASCASARJANA
PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI



UPT. PERPUSTAKAAN UNISBA

PERSETUJUAN 16 5021

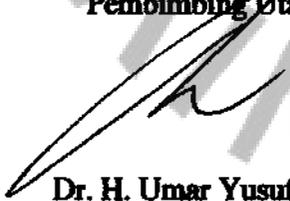
**EFEKTIVITAS PEMBERIAN *THINKING FOR A CHANGE*
TERHADAP *SELF REGULATION*
(Studi Pada Warga Binaan Pemasyarakatan Kasus Penipuan Di
Lembaga Pemasyarakatan Wanita Klas IIA Bandung)**

Oleh :
ANNISA WARASTRI
NPM : 20050010004

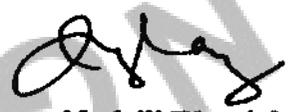
Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
Guna memperoleh gelar Magister Psikologi
Pada Program Studi Magister Psikologi
Konsentrasi Psikologi Klinis

Bandung, Juli 2014

Pembimbing Utama,

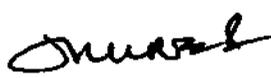

Dr. H. Umar Yusuf, M.Si.

Pembimbing Pendamping,


Eneng Nurlaili Wangi, M.Psi.

Mengetahui,

Ketua Program Studi Magister Psikologi


Dra. Hj. Makmuroh Sri Rahayu, M.Si.



PENGESAHAN

Judul : **EFEKTIVITAS PEMBERIAN *THINKING FOR A CHANGE* TERHADAP *SELF REGULATION* (Studi Pada Warga Binaan Pemasyarakatan Kasus Penipuan Di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas IIA Bandung)**

Oleh
Nama Mahasiswa : **Annisa Warastri**
Nomor Pokok Mahasiswa : **20050010004**
Pembimbing Utama : **Dr. H. Umar Yusuf, M.Si.**
Pembimbing Pendamping : **Eneng Nurlaili Wangi, M.Psi**
Diujikan Tanggal : **21 Mei 2014**

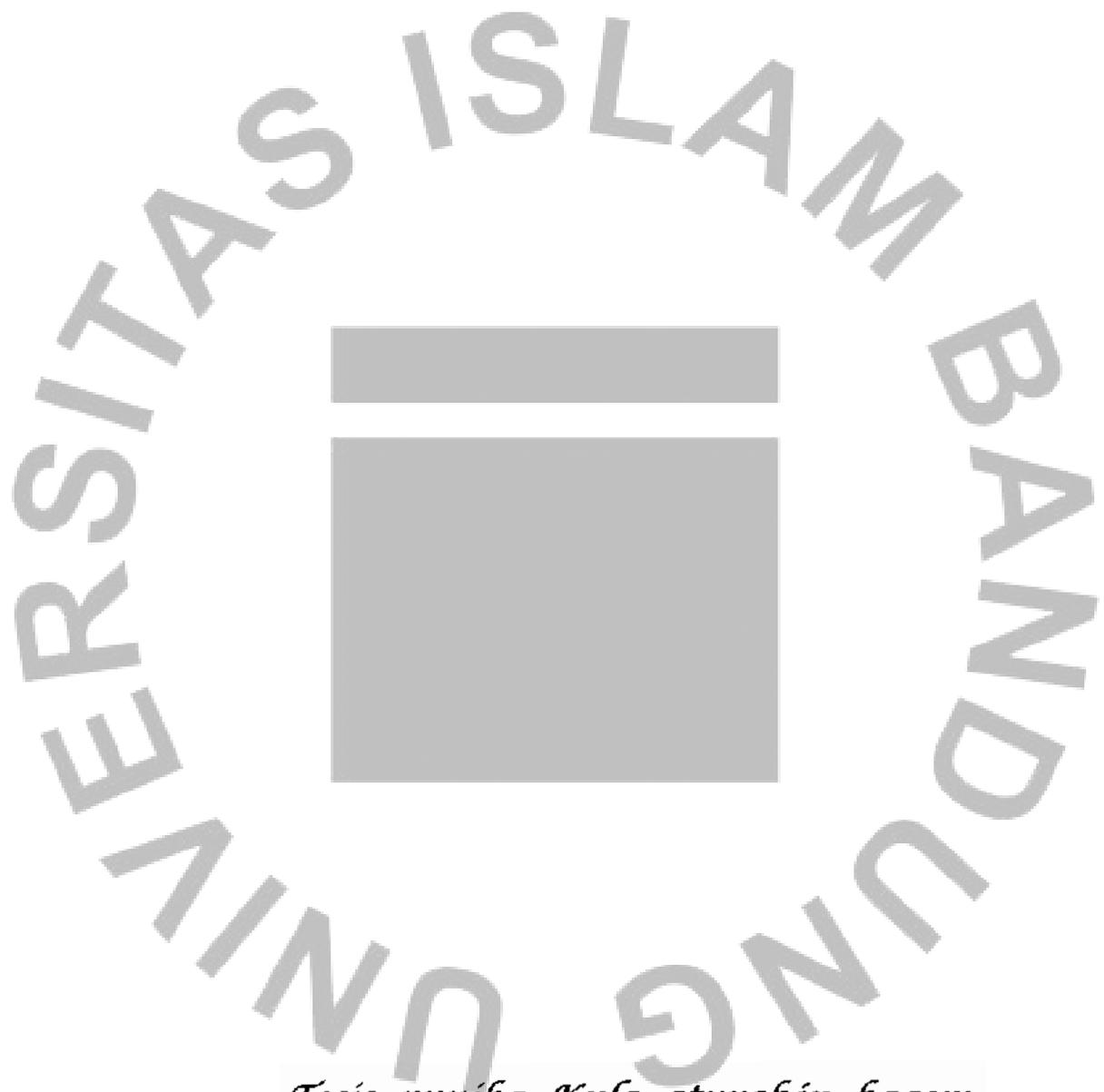
Telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Magister Psikologi pada Program Studi Magister Psikologi Konsentrasi Psikologi Klinis

Bandung, *15 Juli 2014*

Direktur



[Signature]
Prof. Dr. H. Dey Ravena, S.H., M.H.,



*Tesis punika Kula aturakén kagem
Romo, Ibu, Adik
sarto tiang ingkang Kula tresnani.....*

وَتِلْكَ الْأَمْثَلُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ وَمَا يَعْقِلُهَا إِلَّا الْعَالِمُونَ ﴿٤٣﴾

"And these examples We present to the people, but none will understand them except those of knowledge"

~Al-Ankabut, Q.S 29:43~

*"Our greatest glory consist not in never falling,
But in raising everytime we fall"*

~Anonym~

"Dulce et decorum est pro patria mori"

Anonym~

SURAT PERNYATAAN

Bismilahirrahmanirrahim,

Yang bertanda tangan dibawah ini saya .

Nama : Annisa Warastri
Nomor Pokok Mahasiswa : 20050010004
Program Pendidikan : Magister Psikologi

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Tesis yang saya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (Sarjana, Magister dan/atau Doktor), baik di Universitas Islam Bandung maupun di Perguruan Tinggi lain;
2. Tesis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, kecuali arahan dan saran Pembimbing utama, pembimbing pendamping dan penguji;
3. Dalam Tesis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara tertulis sudah dicantumkan dalam daftar pustaka

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan aturan yang berlaku di perguruan tinggi ini

Bandung, Juli 2014

Yang Membuat pernyataan,

METERAI
TEMPEL
PAJAK PEMANFAATAN MAHASISWA
TGA

CAF15ACF360336115
ENAM RIBU RUPIAH

6000

DJP

Annisa Warastri

NPM. 20050010004

ABSTRAK

Dalam waktu sepuluh tahun terakhir ini muncul beberapa kasus kejahatan yang melibatkan wanita sebagai tersangka utamanya. Hal ini berdampak pada meningkatnya jumlah Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) wanita di berbagai Lapas Wanita di Indonesia. Ada dua jenis WBP yang diberlakukan di Indonesia, yaitu Narapidana dan Tahanan. Jawa Barat menempati posisi pertama dalam jumlah Narapidana terbanyak yakni 17.453. LAPAS Wanita Kelas IIA Bandung, merupakan Lapas Wanita satu-satunya di Provinsi Jawa Barat. Peningkatan jumlah WBP yang paling signifikan adalah WBP yang didakwa kasus penipuan. Adapun hasil wawancara terhadap beberapa WBP tersebut mengenai alasan mereka melakukan tindak kejahatan dikarenakan ketidakmampuan mereka dalam menyusun langkah-langkah atau strategi untuk mencapai tujuan atau keinginan mereka. Adapun kemampuan seorang individu untuk menyusun langkah-langkah untuk mencapai suatu tujuan disebut *Self Regulation* (Miller & Brown (dalam Neal & Carey, 2005)). Jadi dengan kata lain para WBP ini memiliki *self regulation* yang rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan sejumlah data empirik mengenai seberapa efektif *Thinking For a Change* (TFAC) terhadap *self regulation* pada WBP kasus penipuan di LAPAS Wanita Kelas IIA Bandung. Fokus TFAC adalah mengubah pikiran dan keyakinan WBP yang disfungsi menjadi fungsional. Penelitian ini menggunakan metode *Quasi Experiment* dengan desain *One-Group Pretest-Posttest*. *Self regulation* diukur dengan menggunakan skala *self regulation* rancangan Miller & Brown yang terdiri tujuh aspek, yaitu *Receiving, Evaluating, Triggering, Searching, Formulating, Implementing* dan *Assessing*. Berdasarkan uji validitas alat ukur, diperoleh 48 item valid dengan tingkat realibilitas sebesar 0,898. Subjek dalam penelitian ini adalah dua orang WBP kasus penipuan di LAPAS Wanita Kelas IIA Bandung. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi, terjadi peningkatan *self regulation* dari rendah ke sedang pada subjek penelitian dengan besar perubahan rata-rata 33,22%. Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa pemberian *Thinking For a Change* (TFAC) terbukti efektif dalam meningkatkan *self regulation* pada WBP kasus penipuan di LAPAS Wanita Kelas IIA Bandung.

Kata Kunci : *Self Regulation, Thinking For a Change, Warga Binaan Pemasyarakatan Kasus Penipuan.*

ABSTRACT

Within the last ten years some criminality case that involving women as prime suspect are appearing. This matter affects the increasing number of female criminal offender in prison in Indonesia. There are two kinds of criminal offender that applied in Indonesia, prisoner and resistance. West Java ranks in the number of the prisoner as many as 17,543 prisoner. Female Penitentiary Class IIA Bandung is the only one prison in West Java. The most significant increase in the number of the criminal offender was those whom convicted of fraud. As for the result of some criminal offender's interview about the reason why they commit crimes caused by their inability to formulate the strategies to achieve their goals or desires.

As for the ability of an individual to formulate the strategies to achieve goals called Self-Regulation (Miller & Brown (in Neal & Carey, 2005). So in other words, these criminal offender have the low self-regulation. This study aims to obtain some empirical data about how effective Thinking For A Change (TFAC) towards self-regulation, on criminal offender that convicted in fraud, at the Female Penitentiary Class IIA Bandung. The focus of TFAC is to change the criminal offender's disfunctional thoughts and beliefs to be fungsional.

This study used Quasi Experiment method with One-Group Pretest-Posttest design. Self-regulation measured by self-regulation scale, designed by Miller & Brown that consist of seven aspects, receiving, evaluating, triggering, searching, formulating, implementing, and assessing. Based on validity test of measuring instrument, there are 48 valid item with a reliability level of 0.898. Subject of this study is two criminal offender that convicted in fraud, at Female Penitentiary Class IIA Bandung. The result of this study showed that after intervention, the level of criminal offender's self-regulation was increased from low to medium, with the average changes in 33.22%. based on the result it can be concluded that thinking for a change (TFAC) treatment was effective to increase the criminal offender's self-regulation in Female Penitentiary Class IIA Bandung.

Key Words : *Self Regulation, Thinking For a Change, criminal offender whom convicted of fraud*

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Syukur Alhamdulillah, puji syukur tak terhingga bagi Allah SWT, Sang Maha Agung kiranya seindah-indah ungkapan yang harus terucap atas selesainya penulisan tesis ini. Shalawat dan salam diucapkan kepada Baginda Nabi Besar Muhammad SAW sebagai suri tauladan bagi umatnya.

Masa studi dalam program pascasarjana merupakan suatu pengalaman yang tidak ternilai bagi peneliti. Setiap langkah yang dilalui peneliti dalam menyelesaikan studi ini tidak lepas dari berbagai macam peristiwa baik suka maupun duka. Dukungan, semangat dan doa selalu didapat oleh peneliti baik dari lingkungan keluarga maupun lingkungan kuliah. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ayahandaku Prawoto Soemardjo dan Ibundaku Sri Sulistari, serta Ananda Ken Zahra A. Kalian adalah jiwaku, darahku, nafasku, semangatku dan satu-satunya alasan bagiku agar bisa menjadi individu yang lebih baik. *Without you, I'm nothing. Without you, I'm loosing.*
2. Irwan Novianto, *Thank you so much for always beside me whatever the condition. Show to people that We can pass it through together darl.*
3. Keluarga Besar R.H. Soemardjo dan R.H. Sardjono yang tidak bosan menyemangatiku.
4. Prof. Dr. Dey Ravena, S.H., M.H., selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Islam Bandung

5. Dra. Hj Makmuroh Sri Rahayu, M Si., selaku Ketua Program Studi Magister Psikologi yang telah memberikan dukungannya kepada peneliti.
6. Dr. H. Umar Yusuf., M.Si., dan Eneng Nurtaili Wangi, M.Psi., selaku pembimbing utama dan pembimbing pendamping peneliti. Terimakasih tidak terhingga peneliti ucapkan atas bimbingannya selama ini dalam membentuk pola pikir yang baru agar dapat lebih memahami sistematisasi suatu penelitian ilmiah. Selain itu, waktu, dukungan, semangat, kesabaran dan perhatian yang selalu diberikan ketika peneliti berada dalam titik jenuh. Terimakasih telah menjadi tempat bagi peneliti untuk berkeluh kesah. Sungguh peneliti tidak menyesal telah menjadi anak bimbing dari dosen terbaik yang pernah saya kenal. *I couldn't finish it without u and May Allah always bless both of u, Amien.*
7. Eppy Sapri R., Drs., M.Si , selaku dosen Program Magister Profesi Psikologi Universitas Islam Bandung yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing peneliti dalam membentuk pola pikir klinis. Semoga Allah mengangkat segala beban penyakit dan beban hati yang menyertaimu akang. *You are one of a great lecturer I've ever know.*
8. Dyah, Vitria, Rizka, Fiqri yang telah memberikan berbagai macam 'pengalaman' yang sangat bernilai bagi peneliti. Khususnya untuk Inyek a.k.a Keke, teman seperjuangan tesis. Terimakasih selalu mendorongku, sabar menghadapiku ketika aku tidak mengerti dan menyemangatiku.
9. Teman-teman Magister Profesi Psikologi UNISBA Ank 2010. khususnya Mutia, Adit, Cindy dan Rachma a.k.a Mbe. Terimakasih telah memberi banyak kenangan yang indah bagi peneliti

10. Seluruh Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Lapas Wanita Kelas IIA Bandung, khususnya bagi WBP yang telah bersedia meluangkan waktu untuk berdiskusi dan mengikuti proses terapi dan membantu peneliti untuk menyelesaikan tesis ini. Semoga teman-teman semua menjadi manusia yang bijak dan mampu belajar dari kegagalan yang ada.

11. Kepala Lapas Wanita Kelas IIA Bandung, beserta jajaran stafnya, khususnya Inna Imaniati, S.Psi., M.Si., selaku Ketua Bidang Bimbingan Kemasyarakatan (BIMKEMASY) yang dari awal telah bersedia mensupervisi peneliti, memberikan kemudahan bagi peneliti untuk melakukan penelitian tesis di institusi tersebut.

12. Seluruh Keluarga Besar Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung baik staf pengajar maupun staf administrasi yang telah banyak memberikan ilmu, wawasan, bantuan serta dukungan kepada peneliti sehingga tesis ini selesai.

Tidak banyak yang peneliti harapkan atas karya kecil ini, semoga bukan merupakan kesia-siaan dan dapat memberi manfaat sebanyak-banyaknya. Amiin.

Bandung, Juli 2014

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PERSEMBAHAN

MOTTO

LEMBAR PERNYATAAN

ABSTRAK..... i

ABSTRACT..... ii

KATA PENGANTAR..... iii

DAFTAR ISI..... vi

DAFTAR TABEL..... x

DAFTAR GRAFIK..... xii

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah 1

1.2 Identifikasi Masalah 10

1.3 Tujuan Penelitian..... 13

1.4. Kegunaan Penelitian..... 13

BAB II TINJAUAN TEORI

2.1 *Self Regulation* 14

2.1.1 *Pengertian Self Regulation* 14

2.1.2. *Aspek-Aspek Self Regulation* 16

2.1.3 *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Self Regulation*..... 18

2.1.4	Kaitan <i>Self Regulation</i> dan Kepribadian.....	22
2.1.5	Perkembangan <i>Self Regulation</i>	24
2.2	Warga Binaan Pemasyarakatan.....	25
2.2.1	Pengertian Warga Binaan Pemasyarakatan.....	25
2.2.2	Pengertian Narapidana.....	25
2.3	Kejahatan Penipuan.....	26
2.3.1	Pengertian Kejahatan.....	26
2.3.1.1	Bentuk-Bentuk Kejahatan.....	27
2.3.1.2	Teori-Teori Kejahatan.....	28
2.3.2	Pengertian Penipuan.....	31
2.3.2.1	Unsur Objektif dan Unsur Subjektif Penipuan.....	31
2.4	<i>Thinking for a Change</i> (TFAC).....	39
2.4.1	Pengertian <i>Thinking for a Change</i> (TFAC).....	39
2.4.2	Pendekatan <i>Cognitive Behaviour Therapy</i> (CBT).....	51
2.4.2.1	Pengertian CBT.....	51
2.4.2.2	Karakteristik CBT.....	52
2.4.2.3	Tahapan Kognitif.....	55
2.4.2.4	Otak dan Perilaku.....	61
2.5	Kerangka Pikir.....	67
2.6	Hipotesis Penelitian.....	75
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN		
3.1	Rancangan Penelitian.....	77
3.2	Variabel Penelitian.....	80
3.2.1	Variabel Bebas (<i>Independent Variable</i>).....	81
3.2.2	Variabel Terikat (<i>Dependent Variable</i>).....	81

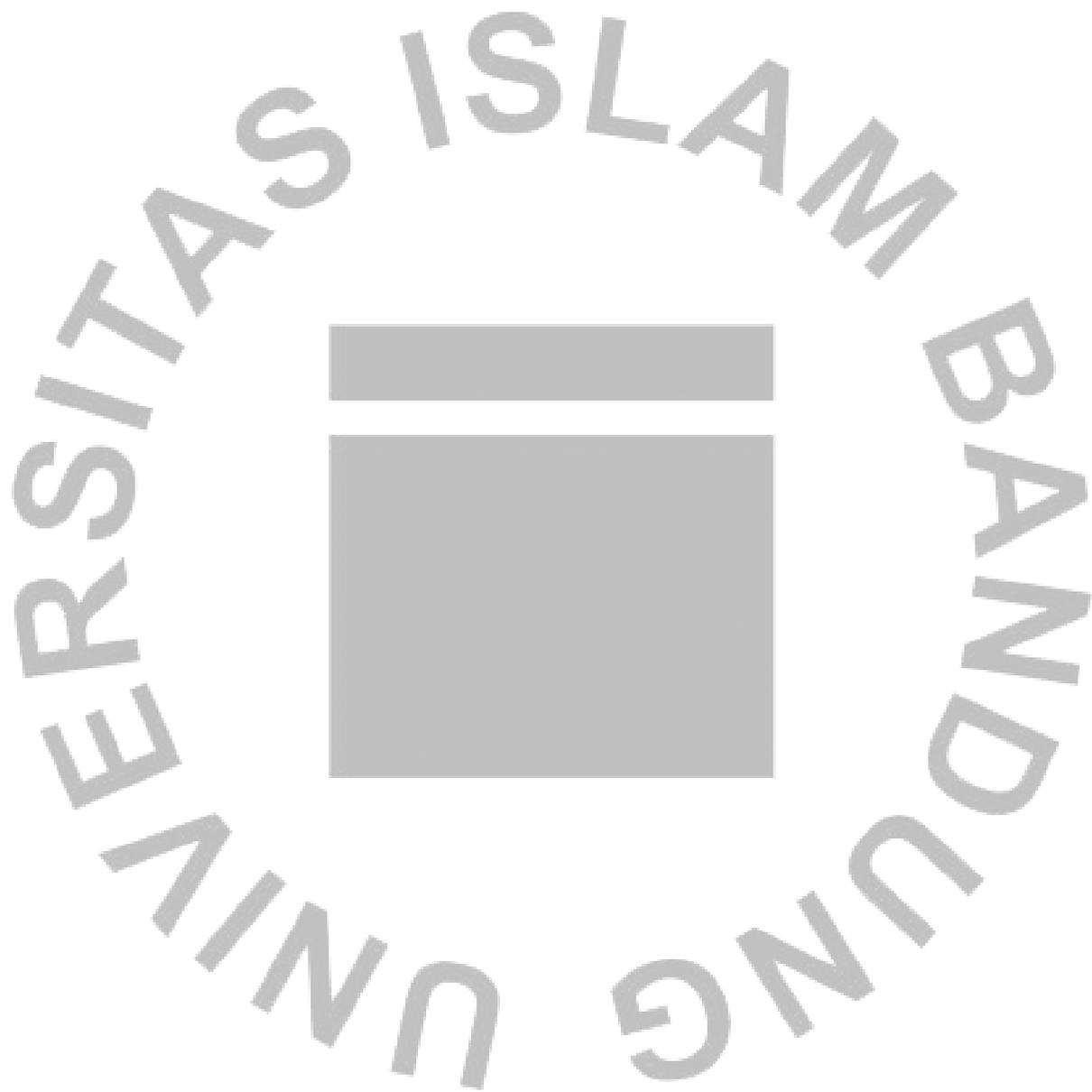
3.2.3	Definisi Variabel Penelitian	81
3.2.3.1	Definisi Konseptual	81
3.2.3.2	Definisi Operasional	82
3.3.	Validitas Penelitian	87
3.3.1.	Validitas Internal	87
3.3.1.1	Variabel Terkontrol	88
3.3.1.2	Variabel Tidak Terkontrol	88
3.3.2.	Validitas Eksternal	89
3.4	Subjek Penelitian	90
3.4.1	Teknik Pengambilan Subjek Penelitian	90
3.4.2	Karakteristik Subjek Penelitian	90
3.5.	Alat Ukur	91
3.5.1	Kisi-Kisi Alat Ukur	91
3.5.2	Validitas Alat Ukur	93
3.5.3	Reliabilitas Alat Ukur	95
3.5.4	Norma Alat Ukur	97
3.6	Teknik Pengumpulan Data	102
3.7	Rancangan Intervensi	104
3.8	Teknik Analisis Data	110
3.8.1.	Analisis Data Kuantitatif	110
3.8.2.	Analisis Data Kualitatif	111
3.9.	Prosedur Pelaksanaan Penelitian	112
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		
4.1.	Hasil Penelitian	114
4.1.1.	Gambaran Subjek Penelitian	114

4.1.2.	Hasil Penelitian Keseluruhan	115
4.1.2.1.	Hasil Pengukuran <i>Self Regulation</i>	115
4.1.2.2.	Hasil Perubahan <i>Beliefs</i>	119
4.1.3.	Hasil Penelitian Subjek I	122
4.1.3.1.	Hasil Pengukuran <i>Self Regulation</i> Subjek I	122
4.1.3.2.	Hasil Perubahan <i>Beliefs</i> Subjek I	128
4.1.3.3.	Hasil <i>Self Monitoring</i> Subjek I	130
4.1.4.	Hasil Penelitian Subjek II	132
4.1.4.1.	Hasil Pengukuran <i>Self Regulation</i> Subjek II	132
4.1.4.2.	Hasil Perubahan <i>Beliefs</i> Subjek II	138
4.1.4.3.	Hasil <i>Self Monitoring</i> Subjek II	140
4.2.	Pembahasan Penelitian	142
4.2.1.	Pembahasan Penelitian Keseluruhan	142
4.2.2.	Pembahasan Kasus Subjek I	150
4.2.3.	Pembahasan Kasus Subjek II	158
BAB V SIMPULAN DAN SARAN		
5.1.	Simpulan	167
5.2.	Saran	168
DAFTAR PUSTAKA		xiii
LAMPIRAN		xvi

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	<i>One Group PreTest PostTest Design</i>	79
Tabel 3.2	Variabel Terkontrol	88
Tabel 3.3	Variabel Tidak Terkontrol	88
Tabel 3.4	Alternatif Jawaban	91
Tabel 3.5	Kisi-Kisi Alat Ukur <i>Self Regulation</i>	92
Tabel 3.6	Uji Validitas <i>Self Regulation Scale</i>	94
Tabel 3.7	Norma Nilai dan Tingkat Reliabilitas	96
Tabel 3.8	<i>Reliability Statistics</i>	96
Tabel 3.9	Norma <i>Self Regulation Total</i>	97
Tabel 3.10	Norma <i>Self Regulation Aspek Receiving</i>	98
Tabel 3.11	Norma <i>Self Regulation Aspek Evaluating</i>	99
Tabel 3.12	Norma <i>Self Regulation Aspek Triggering</i>	99
Tabel 3.13	Norma <i>Self Regulation Aspek Searching</i>	100
Tabel 3.14	Norma <i>Self Regulation Aspek Formulating</i>	100
Tabel 3.15	Norma <i>Self Regulation Aspek Implementing</i>	101
Tabel 3.16	Norma <i>Self Regulation Aspek Assessing</i>	101
Tabel 3.17	Tahapan Intervensi	105
Tabel 4.1	Identitas Subjek Penelitian	115
Tabel 4.2	Perubahan <i>Self Regulation</i> Kedua Subjek	117
Tabel 4.3	Perubahan Tingkat Keyakinan Distorsi Kognitif Kedua Subjek	120
Tabel 4.4	Perubahan <i>Intermediate Beliefs</i> Kedua Subjek	121
Tabel 4.5	Perubahan Skor <i>Self Regulation</i> Subjek I	122
Tabel 4.6	Perubahan Aspek <i>Self Regulation</i> Subjek I	123
Tabel 4.7	Perubahan <i>Intermediate Beliefs</i> Subjek I	130

Tabel 4.8	Perubahan Skor <i>Self Regulation</i> Subjek II	133
Tabel 4.9	Perubahan Aspek <i>Self Regulation</i> Subjek II	134
Tabel 4.10	Perubahan <i>Intermediate Beliefs</i> Subjek II	141



DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1	Perubahan <i>Self Regulation</i> Kedua Subjek	117
Grafik 4.2	Perubahan Skor <i>Self Regulation</i> Subjek I	122
Grafik 4.3	Perubahan Aspek <i>Self Regulation</i> Subjek I	124
Grafik 4.4	Perubahan Distorsi Kognitif Subjek I	129
Grafik 4.5	Keadaan <i>Self Regulation</i> Subjek I Melalui <i>Self Monitoring</i>	131
Grafik 4.6	Perubahan Skor <i>Self Regulation</i> Subjek II	133
Grafik 4.7	Perubahan Aspek <i>Self Regulation</i> Subjek II	135
Grafik 4.8	Perubahan Distorsi Kognitif Subjek II	140
Grafik 4.9	Keadaan <i>Self Regulation</i> Subjek II Melalui <i>Self Monitoring</i>	142

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Setiap manusia tentunya memiliki harapan, impian, atau tujuan yang ingin dicapai. Untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkan tentunya diperlukan suatu cara tertentu dengan mempertimbangkan kualitas dan kemampuan diri untuk melaksanakan strategi tersebut. Namun tidak semua manusia bisa mencapai setiap keinginannya. Pada individu yang mengalami kegagalan dalam mencapai keinginan atau tujuannya, akan muncul perasaan rendah diri, mudah menyerah dan tidak mampu berpikir panjang terhadap langkah yang diambil (**Boekarts & Pintrich: 2000**). Kondisi ini akan membuat individu menganggap bahwa diri mereka tidak mampu, tidak mampu bersaing dengan orang lain, bodoh dan menganggap orang lain lebih baik. Selanjutnya, ketika mereka memiliki suatu keinginan, maka keinginan tersebut harus segera terpenuhi bagaimanapun caranya. Akibatnya, individu sering tergesa-gesa dalam menyusun langkah-langkah untuk mendapatkan keinginannya dan juga tidak mampu untuk berpikir panjang tentang akibat dari sikap mereka ke depannya.

Salah satu cara yang bisa dilakukan individu untuk mendapatkan keinginannya adalah dengan melakukan suatu tindakan yang menguntungkan dirinya namun merugikan orang lain, seperti melakukan tindak kejahatan. Hal ini bertentangan dengan ciri-ciri manusia yang sehat mental berdasarkan **WFMH (World Federation for Mental Health)** yang mendefinisikan manusia yang sehat

mental adalah “Suatu kondisi yang memungkinkan adanya perkembangan pribadi yang optimal baik secara fisik, intelektual dan emosional sepanjang hal tersebut tidak bertentangan dengan kepentingan orang lain.” Dari definisi tentang kesehatan tersebut dapat disimpulkan bahwa individu yang sehat itu tidaklah cukup dikatakan dia bebas dari penyakit fisik, tapi juga bebas dari penyakit psikis, yaitu melakukan suatu hal tanpa mengganggu orang lain.

Hierchi dan Gottredson (1990) menyatakan bahwa individu yang orientasi masa depannya singkat serta kurang memiliki kemampuan perencanaan tentang tujuan yang akan dicapainya di masa depan lebih rentan menjadi seorang pelaku kejahatan di masa yang akan datang.

Dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir ini muncul beberapa kasus kejahatan yang melibatkan wanita sebagai tersangka utamanya misalnya kasus seorang wanita yang berinisial MD yang menjadi tersangka utama dalam kasus penipuan dan juga penggelapan dana nasabah di sebuah bank swasta. Selain itu, ada juga kasus lain seperti penipuan ratusan juta rupiah lewat situs jejaring sosial dengan tersangka berinisial SY. Kemudian maraknya kasus korupsi dimana melibatkan wakil rakyat atau aparat pemerintah yang bergender perempuan sebagai tersangka utamanya.

Meningkatnya kasus kejahatan yang melibatkan wanita menjadi tersangka utamanya menjadi perhatian tersendiri bagi peneliti. Fenomena ini bertolak belakang dengan teori psikologi wanita dari **Carrol Gilligan (1993)**, dimana dalam teori tersebut disebutkan bahwa wanita mendasari perilakunya atas kepeduliannya kepada orang lain. Sifat wanita digambarkan sebagai sosok yang

perduli pada orang lain, enggan menyakiti dan merugikan orang lain, lemah lembut dll.

Meningkatnya pelanggaran hukum yang dilakukan oleh kaum wanita dapat dilihat dengan meningkatnya jumlah Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di masing-masing LAPAS Wanita di setiap daerah.

Umumnya ada dua jenis WBP yang diberlakukan di Indonesia, yaitu Narapidana dan Tahanan. Narapidana adalah seseorang yang terbukti bersalah dan telah dijatuhi vonis bersalah oleh pengadilan dan harus menjalani hukuman di LAPAS untuk masa tertentu. Sedangkan Tahanan adalah seseorang yang diduga keras melakukan kejahatan, karenanya untuk sementara dimasukkan ke dalam tahanan untuk kepentingan penyelidikan, penyidikan dan pemeriksaan dari perkara yang dituduhkan kepadanya. Dengan kata lain, seorang tahanan belum tentu bersalah dan bisa saja lepas dari tuduhan.

Saat ini, menurut **Dedi Sutardi** Kadiv Kemasyarakatan Kanwil Kumham, Jawa Barat menempati posisi pertama dalam jumlah narapidana terbanyak, yakni 17.453 narapidana, dimana jumlah tersebut melebihi daya tampung LAPAS yang hanya bisa menampung 8750 narapidana.

LAPAS Wanita Kelas IIA Bandung merupakan satu-satunya Lapas Wanita di Provinsi Jawa Barat dan hingga saat ini dihuni oleh 397 Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) yang terdiri dari 355 Narapidana dan 42 Tahanan. Sedangkan daya tampung LAPAS ini adalah 325 WBP. Jumlah WBP ini terlihat terus meningkat sejak tahun 2009. Peningkatan jumlah WBP yang paling signifikan terlihat dari jumlah WBP yang didakwa karena kasus penipuan.

Jumlah ini meningkat sejak tahun 2008 sebanyak 30%. Tahun ini, WBP yang didakwa kasus penipuan berjumlah 180 orang.

Dari wawancara yang dilakukan peneliti kepada WBP kasus penipuan didapat kesimpulan bahwa umumnya para WBP ini melakukan kejahatan karena tidak mampu dalam menyusun langkah-langkah untuk mencapai tujuan atau keinginan mereka. Selain itu, mereka juga merasa bodoh, tidak yakin akan kemampuan diri dan merasa tidak mampu. Sehingga ketika mereka memiliki suatu keinginan, mereka sering tergesa-gesa ingin memenuhi keinginannya tersebut. Salah satu cara yang sering mereka lakukan adalah dengan melakukan tindak kejahatan. Tindak kejahatan ini sering mereka lakukan sejak mereka menginjak usia remaja.

Adapun kemampuan seorang individu untuk menyusun langkah-langkah untuk mencapai suatu tujuan disebut *Self Regulation*. **Miller & Brown (dalam Neal & Carey, 2005)** menyatakan bahwa *Self Regulation* adalah kemampuan individu untuk mengarahkan, dan memonitor perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu dengan melibatkan unsur fisik, kognitif, emosional, dan sosial.

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara mendalam dengan beberapa WBP, salah satunya adalah WBP berinisial M (26 tahun) yang didakwa bersalah karena melakukan penipuan di perusahaan tempat ia bekerja. Alasan M melakukan penipuan adalah karena M menginginkan barang-barang seperti hp, perhiasan, tas, baju, dll. Hasil penipuan diakui M langsung digunakan semuanya untuk membeli barang-barang tersebut

Tindak pelanggaran yang ia lakukan di kantor selama bekerja tidak hanya penipuan, contoh lain M sering mendapat teguran dari atasan karena beberapa hal seperti, tidak mampu menyelesaikan secara tuntas pekerjaan yang diberikan. Kemudian, M juga selalu merasa tidak fokus dan mudah teralihkan pikirannya ketika menyelesaikan tugas. Hal lain, M seringkali ceroboh atau kurang hati-hati dalam menyelesaikan pekerjaan yang diberikan.

Berdasarkan pengakuan M, M tercatat beberapa kali pindah pekerjaan dengan masa kerja dalam satu perusahaan paling lama 6 bulan. M mengakui bahwa dirinya seringkali berubah keinginan akan cita-citanya. M juga tidak mampu mengambil keputusan dalam rangka merealisasikan keinginannya.

M merasa dirinya bodoh dan tidak mampu, sehingga ketika menghadapi masalah, M cenderung mudah menyerah. M juga merasa bahwa setiap masalah yang dihadapinya selalu berat sehingga M seringkali ingin mencari jalan pintas dan tidak berpikir panjang guna menyelesaikan masalah yang ada.

Saat ini di LAPAS, M yang terbiasa merajut mendapat tugas untuk menyelesaikan hasil rajutannya. M berpikir bahwa dirinya tidak mungkin menyelesaikan tugasnya tersebut, meski ia terbiasa merajut. Menurut keyakinannya, ia tidak akan bisa menyelesaikan tugas apapun yang diberikan kepadanya. Pikiran tersebut membuat dirinya merasa malas, tidak bersemangat dan mengambil jalan pintas agar tugasnya segera terselesaikan yaitu dengan cara mengambil hasil karya rajutan orang lain. Situasi lain, M mendapat giliran untuk membagikan jatah makan siang kepada seluruh penghuni LAPAS. M berpikir bahwa ia tidak akan mampu untuk melakukan tugas tersebut. Pikiran M tersebut

membuat M membayar temannya untuk menggantikan dirinya dalam mengerjakan tugas di LAPAS. Situasi lainnya, M diminta untuk mengerjakan tugas menyusun laporan status ke dalam komputer di bagian administrasi. Namun, M merasa bahwa ia tidak akan mampu mengerjakan tugas tersebut karena ia bodoh. Pikiran itu membuat M berpura-pura sakit agar temannya yang lain mengerjakan tugasnya.

Kemudian WBP lain berinisial S (27 thn) yang didakwa karena kasus penipuan di tempatnya ia bekerja. Hasil penipuan yang ia lakukan digunakan untuk berfoya-foya bersama teman-temannya. Selain itu, uang hasil penipuan digunakan untuk membeli perhiasan. Menurut S, dirinya menyadari resiko perbuatannya, namun S tidak bisa mengendalikan keinginan dalam dirinya sendiri.

S mengaku tidak hanya sekali ini ia merasa bosan dengan pekerjaannya, S tercatat beberapa kali pindah pekerjaan. S mengaku bahwa dirinya seringkali berubah keinginan atau cita-cita. Namun dari semua keinginan yang diharapkan tidak satupun yang terwujud. Menurut pengakuan S, S sering merasa ragu dan sulit memulai suatu langkah dalam mendapatkan apa yang ia inginkan. Kemudian, S juga sering kali mengalami kesulitan dalam mengatasi hambatan untuk merealisasikan keinginannya tersebut. S juga seringkali mudah menyerah ketika menemukan hambatan dalam mendapatkan keinginannya.

Saat ini di LAPAS, S mendapat giliran tugas untuk membersihkan toilet LAPAS. S berpikir bahwa ia tidak akan bisa mengerjakan tugas tersebut dengan baik. Ia meyakini bahwa jika dirinya tidak menyelesaikan tugas dengan baik

artinya ia bodoh. Pikiran tersebut membuat ia menjadi malas dan tidak bersemangat. S pun membayar rekannya untuk menggantikan dirinya dalam mengerjakan tugasnya untuk membersihkan toilet. Situasi lain, S menginginkan HP seperti yang dimiliki oleh petugas LAPAS. S berpikir bahwa ia tidak akan bisa mendapatkan uang yang cukup dari keluarganya untuk membeli HP tersebut. Situasi tersebut membuat ia merasa sedih dan akhirnya memutuskan untuk mengambil HP tersebut. Kemudian situasi lain, S sebagai kepala kamar memiliki tugas untuk menyusun jadwal piket kamar. S berpikir bahwa ia tidak bisa menyusun jadwal piket tersebut dengan sempurna. Situasi tersebut membuat dirinya malas, tidak bersemangat dan akhirnya S memilih untuk membayar dan mentraktir teman sekamarnya agar temannya tersebut mau mengerjakan tugasnya untuk menyusun jadwal piket kamar.

Berdasarkan wawancara pada kedua WBP tersebut mengindikasikan adanya *Self Regulation* yang rendah.

Miller & Brown mengkonsepkan tujuh tahapan dalam *Self Regulation*, yaitu *Receiving relevant information, Evaluating the information and comparing it to norms, Triggering change, Searching for options, Formulating a plan, Implementing the plan and Assessing the plan's effectiveness.*

Self Regulation para WBP yang rendah dilatarbelakangi oleh adanya suatu keyakinan yang salah (*Core Beliefs*) pada diri WBP. *Core beliefs* ini akan menghasilkan distorsi kognitif ketika WBP ini menghadapi situasi yang rentan akan stres. Distorsi kognitif ini merupakan hasil dari adanya pikiran dan perasaan yang salah dalam memaknai suatu situasi. Antara *Core Belief* dan distorsi

kognitif ini terdapat suatu tahap yang disebut *intermediate beliefs* yang berisi asumsi, sikap dan aturan. Menurut **Beck**, Asumsi adalah suatu pemikiran yang belum tentu kebenarannya, yang berhubungan dengan situasi tertentu yang membatasi kehidupan seseorang. Sikap merupakan sesuatu yang diambil sehubungan dengan *core belief*nya. Aturan merupakan sesuatu yang dibuat untuk memfasilitasi asumsi.

Dalam perspektif kognitif, terdapat dua jenis *Core Beliefs* yang diyakini seseorang yaitu *Unlovable* dan *Uncompetence*.

Pada penelitian ini, para WBP meyakini bahwa dirinya rendah diri, bodoh, tidak berdaya, lemah dan tidak mampu terutama ketika mereka menghadapi suatu hambatan dalam rangka mencapai tujuan yang diinginkan. Dengan kata lain, para WBP ini memiliki *core beliefs Uncompetence*.

Terdapat beberapa penelitian yang membahas program intervensi untuk meningkatkan *self regulation*, diantaranya *Time Management Practices Program on College Students* (A. Tessor & B.K Britton), *Self-Instructional Strategy Training* (K.R. Harris & S. Graham), Program Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Regulasi Diri Pada Siswa SMK (Novi Ferlinita Sari, Tri Umari, Abu Asyari), Pengaruh Penerapan Metode Modifikasi Perilaku *Token Economy* Terhadap Regulasi Diri Siswa (Anita A'isah, Prasetyo Budi Widodo, Imam Setyawan). Namun, dari program-program intervensi yang ada belum dirasakan efektif dan tidak memiliki efek yang lama kepada individu untuk meningkatkan *self regulation*. Hal ini lebih disebabkan karena subjek-subjek dalam penelitian tersebut kurang diberikan fasilitas yang berupa *assignment* atau tugas-tugas agar

subjek tersebut mampu secara mandiri melatih dan menguasai materi yang sudah didapatkan selama proses terapi berlangsung secara terus-menerus.

Menurut **Boekarts & Pintrich**, *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) dinilai efektif untuk meningkatkan kemampuan *Self Regulation*. CBT dianggap efektif dikarenakan dalam CBT, klien terus diberikan *assignment* dan PR agar mampu menguasai materi dan melatih kemampuan yang sudah didapat secara terus-menerus. Selain itu, salah satu tujuan CBT adalah membantu klien *relearn* reaksi yang tidak diinginkan dan belajar cara baru untuk bereaksi. Adapun model pembelajaran dalam CBT mengarah pada hasil jangka panjang (*transferring perceptual to procedural*).

Oleh karena itu, berdasarkan literatur penelitian yang ada dan juga paparan dari WBP, maka peneliti memutuskan untuk memberi program intervensi *Thinking for a Change Training (TFAC)* sebagai upaya untuk meningkatkan *self regulation* pada diri WBP.

TFAC merupakan suatu intervensi yang dibentuk berdasarkan perspektif CBT dan dirancang untuk pelaku kejahatan. Dalam TFAC individu akan dibekali beberapa keterampilan diantaranya adalah *Cognitive Self-Change, Social Skills and Problem Solving Skills*. Namun, dalam penelitian ini, program terapi TFAC yang akan diberikan akan lebih fokus pada pemberian keterampilan-keterampilan dalam *problem solving*. Hal ini dikarenakan pertama sesuai dengan kebutuhan klien yang memiliki masalah dalam usaha untuk memecahkan masalah (*problem solving*), kedua dalam program terapi TFAC, keterampilan-keterampilan yang ada

di dalam *problem solving skills* sudah termasuk *cognitive self change* dan *social skills*.

Salah satu penelitian yang membahas tentang efektivitas TFAC adalah penelitian yang dilakukan Lowenkamp di tahun 2009 yang bernama "*A Quasi Experimental Evaluation of Thinking for a Change, a 'Real World' application for Criminal justice and behaviour.*" Hasil dari penelitian tersebut menyebutkan bahwa dari 121 orang pelaku kejahatan yang diberi terapi TFAC, 96 orang diantaranya menunjukkan peningkatan dalam pengendalian sikap dan emosi.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk membuat suatu penelitian dengan judul:

"Efektivitas Pemberian *Thinking for a Change (TFAC)* Terhadap Peningkatan *Self Regulation* (Studi Pada Warga Binaan Pemasyarakatan Kasus Penipuan Di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Klas II A Bandung)".

1.2. Identifikasi Masalah

Thinking for a Change (TFAC) adalah suatu program intervensi yang dikembangkan dari *Cognitive Behavior Therapy (CBT)*. TFAC awalnya dikembangkan oleh **Barry Glick, Jack Bush, dan Juliana Taymans** dan telah berkembang lebih dari sepuluh tahun. TFAC dirancang sebagai suatu intervensi bagi individu yang terlibat suatu kejahatan.

Salah satu penelitian yang membahas tentang efektivitas TFAC adalah penelitian yang dilakukan **Lowenkamp** di tahun 2009 yang bernama "*A Quasi*

Experimental Evaluation of Thinking for a Change, a 'Real World' application for Criminal justice and behaviour.”

Dalam penelitian ini, program terapi TFAC akan lebih memfokuskan pada pemberian keterampilan-keterampilan *problem solving* kepada klien. Tujuan dari program terapi TFAC dalam penelitian ini adalah agar klien dapat keluar dari permasalahan yang ada dan dapat menghasilkan solusi permasalahan yang efektif.

Anggapan dasar perspektif kognitif dalam TFAC ini adalah bahwa setiap manusia memiliki pandangan atau keyakinan (*Beliefs*) terhadap diri mereka sendiri, terlepas baik *beliefs* tersebut bernilai positif atau negatif (*Core belief*). *Beliefs* individu tersebut merupakan hasil dari proses belajar (pengalaman) individu sejak kecil dalam merespon berbagai stimulus dari lingkungannya. Adanya keyakinan salah (*Core Beliefs*) pada diri seseorang akan menimbulkan suatu pikiran otomatis yang salah (distorsi kognitif) ketika individu tersebut menghadapi suatu situasi yang rentan akan stres. Distorsi kognitif merupakan hasil dari adanya pikiran dan perasaan yang salah dalam memaknakan suatu situasi. Antara *Core Belief* dan distorsi kognitif ini terdapat suatu tahap yang disebut *intermediate beliefs* yang berisi asumsi, sikap dan aturan. Menurut Beck, Asumsi adalah suatu pemikiran yang belum tentu kebenarannya, yang berhubungan dengan situasi tertentu yang membatasi kehidupan seseorang. Sikap merupakan sesuatu yang diambil sehubungan dengan *core belief*nya. Aturan merupakan sesuatu yang dibuat untuk memfasilitasi asumsi

Dalam perspektif kognitif, terdapat dua jenis *core beliefs* yang diyakini seorang individu, yaitu *Unlovable* dan *Uncompetence*.

Pada penelitian ini, TFAC akan diberikan pada WBP yang menunjukkan adanya indikasi *self regulation* yang rendah. Adapun perilaku WBP yang menunjukkan *self regulation* yang rendah adalah tidak memiliki tujuan yang tetap, kurang mampu menyusun strategi guna mencapai tujuan yang telah ditentukan, kurang berpikir panjang, sering menunda tugas, tidak fokus ketika menyelesaikan tugas, sering melakukan kesalahan ketika menyelesaikan tugas, tidak tuntas dalam penyelesaian tugas, ragu-ragu dalam mengambil langkah untuk mencapai tujuan yang diinginkan, sulit mengambil keputusan, mudah menyerah dll.

Self Regulation para WBP yang rendah dilatarbelakangi oleh adanya suatu keyakinan yang salah (*Core Beliefs*) pada diri WBP. Para WBP meyakini bahwa dirinya rendah diri, bodoh, tidak berdaya, lemah dan tidak mampu terutama ketika mereka menghadapi suatu hambatan dalam rangka mencapai tujuan yang diinginkan. Dengan kata lain, para WBP ini memiliki *core beliefs Uncompetence*.

Menurut **Milkman & Wanberg** terapi kognitif untuk pelaku kejahatan mempunyai target bagaimana pikiran, pilihan, sikap dan makna yang mereka hayati sehingga mereka menampilkan perilaku antisosial dan menyimpang. Dengan mengubah distorsi kognitif tersebut, maka pelaku kejahatan dapat melihat diri mereka sehingga mereka dapat berpikir panjang terhadap apa yang akan mereka lakukan.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk membuat suatu penelitian dengan judul:

"Efektivitas Pemberian *Thinking for a Change (TFAC)* Terhadap Peningkatan *Self Regulation* (Studi Pada Warga Binaan Pemasyarakatan Kasus Penipuan Di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Bandung)".

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran seberapa besar efektivitas pemberian *Thinking for a Change (TFAC)* terhadap peningkatan *Self Regulation* pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) dengan kasus penipuan di LAPAS Wanita Kelas IIA Bandung. Selanjutnya, diharapkan program terapi ini akan berguna dalam program pembinaan di LAPAS Wanita Kelas IIA Bandung.

1.4. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini memiliki kegunaan antara lain :

1. Menambah wawasan dan pemahaman mengenai efektivitas TFAC dalam meningkatkan *self regulation* pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP).
2. TFAC dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi untuk menangani permasalahan Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP)
3. Memperkaya hasil penelitian sebelumnya tentang efektivitas pemberian TFAC pada kasus-kasus tertentu, terutama kasus kejahatan.
4. Sebagai salah satu referensi bagi penelitian selanjutnya, yang tertarik untuk membahas lebih lanjut mengenai keefektifan TFAC dalam lingkup kejahatan.