

**HUBUNGAN *RUMINATION* DENGAN *PSYCHOLOGICAL DISTRESS*
PADA NARAPIDANA LEMBAGA PEMASYARAKATAN (LAPAS)
KELAS II B LANGSA**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

**RENITA WIJAYANTI
NIM. 210901031**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN *RUMINATION* DENGAN *PSYCHOLOGICAL DISTRESS*
PADA NARAPIDANA LEMBAGA PEMASYARAKATAN (LAPAS)
KELAS II B LANGSA**

SKRIPSI

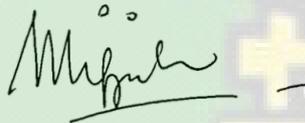
**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
UIN Ar-Raniry Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

Oleh:

**Renita Wijayanti
NIM. 210901031**

Disetujui Oleh:

Pembimbing I



**Dr. Miftahul Jannah, S.Ag., M.Si
NIP. 197601102006042002**

Pembimbing II



Mhd. Ricky Darusman, S.Psi., M.Psi., Psikolog

**HUBUNGAN *RUMINATION* DENGAN *PSYCHOLOGICAL DISTRESS*
PADA NARAPIDANA LEMBAGA PEMASYARAKATAN
KELAS II B LANGSA**

SKRIPSI

**Telah Dinilai oleh Tim Munaqasyah Skripsi
Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh
dan Dinyatakan Lulus Serta Disahkan sebagai
Tugas Akhir untuk Memperoleh Gelar
Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

Diajukan Oleh:

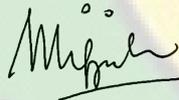
**Renita Wijayanti
NIM. 210901031**

**Rabu, 30 April 2025 M
2 Zulkaidah 1446 H**

di

**Darussalam – Banda Aceh
Tim Munaqasyah Skripsi**

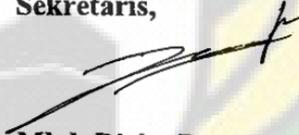
Ketua,



**Dr. Miftahul Jannah, S.Ag., M.Si.
NIP. 197601102006042002
Penguji I,**

**Prof. Dr. Safrilisyah, S.Ag., M.Si
NIP.197004201997031001**

Sekretaris,

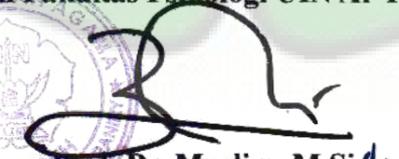


**Mhd. Ricky Darusman, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Penguji II,**

**Marina Ulfah, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 199011022019032024**

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry



**Prof. Dr. Muslim, M.Si
NIP. 196610231994021001**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Renita Wijayanti

NIM : 210901031

Prodi : Psikologi UIN Ar-Raniry

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak pernah terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Banda Aceh, 25 April 2025

Yang Menyatakan,



Handwritten signature of Renita Wijayanti.

Renita Wijayanti
NIM. 210901031

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis persembahkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat serta karunia-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam tercurahkan kepada Rasulullah SAW, keluarga dan sahabatnya.

Penulisan dan penyusunan skripsi ini, penulis telah banyak mendapat arahan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, terutama dosen pembimbing. Penulis menyampaikan ribuan terimakasih yang tulus kepada Pembimbing Utama Ibu Dr. Miftahul Jannah, S.Ag., M.Si dan Bapak Mhd. Ricky Darusman, S.Psi., M.Si., Psikolog sebagai Pembimbing Pendamping.

Selanjutnya, pada kesempatan ini penulis juga menyampaikan terima kasih

1. Ayahanda Rusman dan Ibunda Siti Mutiah, terima kasih atas segala dukungan, semangat dan doa yang tak terhingga untuk penulis.
2. Bapak Rektor UIN Ar-Raniry Banda Aceh, Prof. Dr. Mujiburrahman, M.Ag.
3. Bapak Prof. Dr. Muslim, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
4. Bapak Julianto, S.Ag., M.Si., selaku Ketua Program Studi Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
5. Ibu Cut Rizka Aliana, S.Psi., M.Si selaku Sekretaris Program Studi Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
6. Ibu Dr. Miftahul Jannah, S.Ag., M.Si., selaku penasehat akademik.

7. Petugas Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Langsa yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini.
8. Responden yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.
9. Seluruh dosen dan civitas akademika Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry.
10. Terkhusus Rahmat Haikal, Ummyul Husni, Khairiani, Kiswah, Hasrarul Zikri, Arkasa Trimaulana Darwis, Daffa Asyi, Irsyad Aqil, Nurul Husna, Aini Guci, Gray Nuansa dan Hauzil Hayati selaku sahabat penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Seluruh teman-teman seperjuangan lainnya yang saling memberikan dukungan layaknya keluarga selama di rantau.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, karena sesungguhnya kesempurnaan hanyalah milik Allah SWT, sehingga saran dan kritik dari pembaca sangat diharapkan. Harapan penulis, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada banyak pihak, terutama bagi mahasiswa Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Banda Aceh, 25 April 2025
Penulis,

Renita Wijayanti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORI	10
A. <i>Psychological Distress</i>	10
1. Definisi <i>Psychological Distress</i>	10
2. Aspek-Aspek <i>Psychological Distress</i>	11
3. Faktor Yang Mempengaruhi <i>Psychological Distress</i>	13
B. <i>Rumination</i>	16
1. Definisi <i>Rumination</i>	16
2. Dimensi-dimensi <i>Rumination</i>	17
C. Hubungan <i>Rumination</i> dengan <i>Psychological Distress</i>	18
D. Hipotesis	20
BAB III METODE PENELITIAN	20
A. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	20
B. Identifikasi Dan Operasional Variabel	20
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	21
1. <i>Rumination</i>	21
2. <i>Psychological Distress</i>	21
D. Subjek Penelitian	22
1. Populasi	22
2. Sampel	22

E. Teknik Pengumpulan Data	23
1. Alat Ukur Penelitian	23
2. Uji Validitas Alat Ukur	26
3. Uji Daya Beda Aitem	28
4. Uji Reliabilitas.....	31
F. Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	33
1. Teknik Pengolahan Data.....	33
2. Teknik Analisis Data	34
3. Uji Hipotesis	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	36
A. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian	36
1. Administrasi Penelitian	36
2. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur Penelitian.....	36
3. Pelaksanaan Penelitian	36
B. Deskripsi Data Penelitian	37
1. Demografi Penelitian.....	37
2. Data Kategorisasi.....	38
C. Pengujian Hipotesis	42
1. Hasil Uji Asumsi	42
2. Hasil Uji Hipotesis	44
D. Pembahasan	45
BAB V PENUTUP.....	48
A. Kesimpulan.....	48
B. Saran	48
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN	53

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Aitem Skala <i>Rumination</i> dan <i>Psychological Distress</i>	23
Tabel 3.2 Aspek dan Indikator <i>Rumination</i>	24
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> sebaran aitem <i>Rumination</i>	24
Tabel 3.4 Aspek dan Indikator <i>Psychological Distress</i>	25
Tabel 3.5 <i>Blueprint</i> sebaran aitem <i>Psychological Distress</i>	26
Tabel 3.6 Koefisien CVR Skala <i>Rumination</i>	27
Tabel 3.7 Koefisien CVR Skala <i>Psychological Distress</i>	28
Tabel 3.8 Interpretasi Daya Pembeda	29
Tabel 3.9 Koefisien Uji Daya Beda Aitem Skala <i>Rumination</i>	29
Tabel 3.10 Blue Print Akhir Skala <i>Rumination</i>	30
Tabel 3.11 Koefisien Uji Daya Beda Aitem Skala <i>Psychological Distress</i>	30
Tabel 3.12 <i>Blue print Psychological Distress</i> Akhir	31
Tabel 3.13 Klasifikasi <i>Reliabilitas Alpha Cronbach</i>	32
Tabel 4.1 Data Demografi Sampel Penelitian Kategori Jenis Kelamin.....	37
Tabel 4.2 Data Demografi Sampel Penelitian Kategori Usia	38
Tabel 4.3 Data Demografi Sampel Penelitian Kategori Lama Masa Tahanan	38
Tabel 4.4 Deskripsi Data Penelitian Skala <i>Rumination</i>	39
Tabel 4.5 Kategorisasi Skala <i>Rumination</i>	40
Tabel 4.6 Deskripsi Data Penelitian <i>Psychological Distress</i>	41
Tabel 4.7 Kategorisasi Skala <i>Psychological Distress</i>	42
Tabel 4.8 Uji Normalitas Data Penelitian	43
Tabel 4.9 Hasil Uji Linieritas Penelitian.....	43
Tabel 4.10 Uji Hipotesis Data Penelitian	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual 19



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I	: SK Pembimbing Skripsi	54
Lampiran II	: Surat Izin Penelitian.....	55
Lampiran III	: Surat Selesai Penelitian.....	56
Lampiran IV	: Kuisisioner Penelitian.....	57
Lampiran V	: Tabulasi Data Penelitian.....	63
Lampiran VI	: Analisis Data <i>Try Out</i>	76
Lampiran VII	: Analisis Data Penelitian.....	79
Lampiran VIII	: Daftar Riwayat Hidup	82

**HUBUNGAN RUMINATION DENGAN PSYCHOLOGICAL DISTRESS
PADA NARAPIDANA LEMBAGA PEMASYARAKATAN
KELAS II B LANGSA**

ABSTRAK

Narapidana cenderung mengalami *psychological distress* karena berbagai faktor, seperti keterbatasan kebebasan, stigma sosial, serta kondisi lingkungan yang terbatas. Salah satu faktor yang diketahui berperan dalam meningkatkan *psychological distress* adalah *ruminatio*n. *Ruminatio*n merupakan kecenderungan untuk terus-menerus memikirkan kejadian negatif secara berulang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara *ruminatio*n dengan *psychological distress* pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan (LAPAS) Kelas II B Langsa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Sampel penelitian terdiri dari 149 narapidana yang dipilih secara *quota sampling* di LAPAS Kelas II B Langsa. Alat ukur yang digunakan meliputi Skala *Ruminatio*n dan *Psychological Distress*. Analisis data dilakukan dengan uji korelasi *Pearson* untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara *ruminatio*n dan *psychological distress* sebesar $r = 0,724$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *ruminatio*n, maka semakin tinggi pula tingkat *psychological distress* pada narapidana di LAPAS Kelas II B Langsa.

Kata Kunci: *ruminatio*n, *psychological distress*, narapidana, lembaga pemasyarakatan.

**THE RELATIONSHIP OF RUMINATION WITH PSYCHOLOGICAL
DISTRESS IN PRISONERS IN LEMBAGA PEMASYARAKATAN
CLASS II B LANGSA**

ABSTRACT

Prisoners tend to experience psychological distress due to various factors, such as restricted freedom, social stigma, and limited environmental conditions. One factor known to influence psychological distress is rumination. Which refers to the tendency to continuously and repeatedly think about negative events. This study aims to examine the relationship between rumination and psychological distress among prisoners at the Class II B Langsa Correctional Facility. This research employed a quantitative approach with a correlational method. The study sample consisted of 149 prisoners selected through quota sampling. The measurement instruments used were the Rumination Scale and the Psychological Distress Scale. Data analysis used Pearson correlation tests to determine the relationship between the two variables. The results showed a significant positive relationship between rumination and psychological distress ($r = 0.724$, $p = 0.000$; $p < 0.05$), indicating that the higher the level of rumination, the higher the level of psychological distress among prisoners at the Class II B Langsa Correctional Facility.

Keywords: *rumination, psychological distress, prisoners, correctional facility.*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kasus kriminal seperti pencurian, penganiayaan, dan narkoba adalah jenis kejahatan terbesar di Indonesia, terdapat 413.037 tindak kejahatan sepanjang tahun 2024 (PUSIKNAS, 2024). Para pelaku kejahatan tersebut akan mendapat hukuman dan pembinaan dibalik tembok Lembaga Pemasyarakatan (Rahmad, 2024). Berdasarkan UU Nomor 22 Tahun 2022, Narapidana adalah terpidana yang sedang menjalani pidana penjara untuk waktu tertentu dan seumur hidup atau terpidana mati yang sedang menunggu pelaksanaan putusan, yang sedang menjalani pembinaan di Lembaga Pemasyarakatan.

Lembaga Pemasyarakatan (LAPAS) adalah tempat untuk melaksanakan pembinaan narapidana dan anak didik pemasyarakatan (Suandika & Wirasatya, 2021). Sebelum dikenal istilah LAPAS di Indonesia, tempat tersebut disebut dengan istilah penjara. Lembaga Pemasyarakatan ini merupakan Unit Pelaksana Teknis dibawah Direktorat Jenderal Pemasyarakatan Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia (Departemen Kehakiman). Menurut data dari Kementerian Hukum dan HAM tahun 2023 terdapat 526 Lembaga pemasyarakatan dan rumah tahanan yang tersebar di seluruh indonesia.

Sebagai lembaga yang berperan aktif dalam proses pembinaan terhadap narapidana, LAPAS mempunyai tugas dan wewenang yang sangat kompleks. LAPAS mempunyai peran untuk melaksanakan pembangunan nasional dalam meningkatkan standar sumber daya manusia di Indonesia, tujuan itu antara lain telah dinyatakan oleh Ummah (2019) sistem pemasyarakatan menurut UU RI No.12 tahun 1995 tentang Pemasyarakatan tersebut sebagai berikut: Sistem pemasyarakatan adalah suatu tatanan mengenai arah dan batas serta cara pembinaan warga binaan pemasyarakatan (narapidana) berdasarkan Pancasila yang dilaksanakan secara terpadu, antara pembina yang dibina dan masyarakat untuk meningkatkan kualitas warga binaan pemasyarakatan agar menyadari kesalahan, memperbaiki diri, dan tidak mengulangi tindak pidana, sehingga dapat diterima kembali oleh lingkungan masyarakat, dapat aktif berperan dalam pembangunan, dan dapat hidup secara wajar sebagai warga yang baik dan bertanggung jawab. Agar terwujudnya peranan LAPAS di butuhkan tindakan tegas dan menjadi teladan sehingga keberadaan Negara Indonesia sebagai Negara Hukum harus di buktikan dengan eksisnya lembaga-lembaga kekuasaan negara.

Selain peran LAPAS, kondisi narapidana juga menjadi penting untuk diperhatikan. Salah satunya adalah kesehatan mental. Narapidana banyak mengalami masalah kesehatan mental akibat mengalami isolasi sosial dan kurangnya dukungan psikososial karena stigma dan sumber daya yang terbatas. Hal ini menunjukkan bahwa layanan kesehatan mental harus ditingkatkan di LAPAS. Sisi lain, sistem pemasyarakatan menghadapi masalah seperti jumlah

narapidana yang besar dan fasilitas yang tidak memadai sehingga menghambat program rehabilitasi (Aziz & Zakir, 2022).

Kehidupan narapidana di dalam penjara tentu berbeda dengan kehidupan di luar penjara. Kehilangan kemerdekaan meliputi hilangnya hubungan heteroseksual, hilangnya kebebasan (*loos of self*), hilangnya pelayanan (*loos of good and service*), dan hilangnya keamanan intelektual (*loss of self*) seperti akibat prasangka sosial yang buruk atau penolakan moral masyarakat terhadap narapidana (Sinuraya & Subroto, 2021).

Selanjutnya menurut Sinuraya & Subroto (2021) menjelaskan penahanan yang terjadi di kalangan narapidana seringkali menimbulkan perasaan rendah diri dan minimnya kontak dengan dunia luar. Isolasi yang dialami oleh para tahanan berarti tidak adanya partisipasi sosial di dalam penjara. Kondisi ini dapat menyebabkan kecenderungan untuk menarik diri dan berusaha melarikan diri dari kenyataan yang traumatis. Kesejahteraan psikologis dapat memberikan gambaran tentang tingkat tertinggi fungsi individu sebagai manusia dan apa yang mereka inginkan sebagai makhluk yang memiliki tujuan dan akan berjuang untuk hidup mereka. Kesejahteraan psikologis merupakan keterbalikan dari tekanan psikologis (*psychological distress*).

Menurut Salsabila,et.al., (2022) *Psychological distress* merupakan suatu ketidakstabilan kondisi yang berdampak pada masalah ketidaknyamanan emosi, kognisi, perilaku, dan perasaan individu seperti kecemasan, suasana hati depresi, kepenatan atau kelelahan, dorongan untuk selalu bergerak tanpa istirahat, dan ketidakberhargaan diri individu. Dalam penelitiannya Hairina & Kumarasari

(2017) memperoleh hasil mengenai perubahan kondisi narapidana yang terbagi dalam empat aspek. Pertama, dari segi kognisi, narapidana rentan mengalami disfungsi kognitif terkait kemampuan daya tangkap. Kehilangan konsentrasi, dalam ranah emosional, narapidana digambarkan sebagai orang yang memiliki kesedihan yang mendalam, terlalu curiga dan waspada, depresi dan cemas. Selanjutnya dari sisi sosial, narapidana menunjukkan perilaku menarik diri dari interaksi sesama narapidana, dan dari sisi psikomotorik, perilaku maladaptif diwujudkan dalam bentuk gangguan tidur, kurang semangat, kehilangan minat terhadap nafsu, bahkan memiliki keinginan untuk mengakhiri hidup.

Potensi munculnya berbagai masalah baru pada lingkungan penjara juga berpengaruh pada tingkat *psychological distress* pada narapidana. Hal ini diperburuk oleh ketidakmampuan mereka untuk menghadapi tekanan emosional, ketidakpastian mengenai masa depan, isolasi sosial, dan perasaan bersalah menjadi faktor utama yang memperparah *psychological distress* mereka. Banyak sekali faktor yang dikemukakan oleh para ahli teori *psychological distress* untuk memoderasi hubungan antara stres dan tekanan. Salah satu faktor tersebut: *ruminati* (Sukmah, et.al., (2024) Meningkatnya *psychological distress* dapat terjadi ketika individu menggunakan ruminasi sebagai strategi koping kognitif. Selama merenung, individu terus memikirkan penyebab dan konsekuensi dari peristiwa yang telah terjadi di masa lalu (Nuharini & Musabiq, 2020).

Menurut Faizah & Purnomo (2019) *ruminati* bukanlah gangguan mental emosional, melainkan gaya berpikir seseorang dalam mengatasi masalah, namun jika tidak segera ditindak lanjuti maka akan menyebabkan gangguan psikologis. Pada sebagian orang, *ruminati* dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis, berkontribusi terhadap peningkatan tingkat kecemasan, depresi, dan gangguan psikologis lainnya. Fenomena ini biasanya lebih sering terjadi pada individu yang mengalami tingkat stres tinggi, seperti pada narapidana di LAPAS.

Fenomena tersebut juga dirasakan oleh narapidana LAPAS Kelas II B Langsa. Hal ini peneliti temukan pada saat melaksanakan wawancara dengan sipir yang bertugas di LAPAS Kelas II B Langsa. Berikut hasil data yang didapatkan:

Cuplikan wawancara 1:

“Saya melihat banyak diantara mereka yang curhat ke saya, tentu mereka pertama menyesali perbuatannya, kedua mereka cenderung sering merenung, menangis ke saya, karena teringat kesalahan mereka. Saya juga hiba kan, tapi saya tetap harus profesional saya tidak boleh memiliki hubungan emosional yang terlalu dekat dengan mereka. Itulah kenapa, kami sesekali membuat program edukasi ke mereka”. (C, PR Wawancara personal, 10 Oktober 2024).

Cuplikan wawancara 2:

“Pasti mereka merasa tertekan, apalagi tahanan baru, bahkan yang gilak ada. Hahaha.. Cuma mereka ga selamanya di kurung, ada jamnya dibukak, ada pengajian, olahraga, buat tempe, ngelas, buat tas dari kulit, sama menjahit.” (DA, LK Wawancara personal, 2 Desember 2024).

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, peneliti tertarik untuk menganalisis hubungan antara *ruminati* dengan *psychological distress* pada narapidana di Lapas Kelas II B Langsa. Diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan tentang bagaimana *ruminati* dapat mempengaruhi kondisi psikologis narapidana, serta membantu pihak lapas dalam merancang

program rehabilitasi psikologis yang lebih efektif untuk mengurangi *distress* psikologis di antara narapidana.

Dengan memahami hubungan ini, diharapkan dapat ditemukan intervensi yang tepat untuk membantu narapidana mengatasi kecenderungan *ruminatio*n, yang pada gilirannya akan berkontribusi pada perbaikan kesejahteraan psikologis mereka selama menjalani masa hukuman.

B. Rumusan Masalah

Adapun berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: Apakah ada hubungan *ruminatio*n dengan *psychological distress* pada narapidana di LAPAS Kelas II B Langsa?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *ruminatio*n dengan *psychological distress* pada narapidana di LAPAS Kelas II B Langsa.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat memberikan pengetahuan di bidang psikologi, khususnya dalam bidang psikologi sosial dan psikologi klinis mengenai kajian *ruminatio*n dan *psychological distress*.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat memberikan pandangan mengenai timbulnya ruminasi dan menanggapi *psychological distress* pada narapidana, serta menjadi bahan rekomendasi pihak lapas dalam merancang program rehabilitasi psikologis yang lebih efektif untuk mengurangi *distress* psikologis bagi narapidana.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini dibuat berdasarkan pada hasil beberapa penelitian terdahulu yang mana penelitian tersebut memiliki karakteristik yang relatif sama dalam hal topik dan kajian, meskipun berbeda dalam hal kriteria subjek, jumlah, posisi variabel penelitian, dan metode analisis yang digunakan.

Beberapa penelitian mengenai *ruminati* dan *psychological distress* diantaranya: Fitria, Y. F. (2022) "Gagal 'Move On': Peran Ruminasi pada Kesepian dengan Kesejahteraan Psikologis di Masa Perceraian". Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional, yang bertujuan untuk menguji hubungan antara ruminasi, kesepian, dan kesejahteraan psikologis pada individu yang sedang mengalami masa perceraian. Sampel penelitian terdiri dari 120 partisipan yang sedang berada dalam proses perceraian atau baru saja bercerai dengan teknik *purposive sampling*. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara ruminasi dan kesepian dengan kesejahteraan psikologis. Perbedaan jurnal ini dengan penelitian yang akan diteliti adalah terletak pada subjek, lokasi dan variabel kesejahteraan psikologis yang merupakan kebalikan dari *psychological distress*.

Selanjutnya penelitian Nuharini & Musabiq (2020) mengenai Hubungan antara sub tipe ruminasi dan distres psikologis pada mahasiswa di negara kesatuan Republik Indonesia. Dengan penelitian kuantitatif korelasional, sampel penelitian merupakan 200 mahasiswa dari berbagai universitas di Indonesia yang dipilih dengan teknik *convenience sampling*. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sub tipe *ruminati* (*brooding dan reflection*) dengan *psychological distress*. Penelitian ini menyimpulkan bahwa *brooding* adalah sub tipe *ruminati* yang lebih terkait dengan distres psikologis dibandingkan dengan *reflection*. Namun begitu, penelitian ini berbeda dengan yang akan peneliti lakukan. Perbedaan terletak pada subjek dan lokasi penelitian.

Penelitian yang hampir sama juga dilakukan Satiti (2019), tentang hubungan *self compassion* dengan *psychological distress* pada Narapidana Perempuan di Lembaga Perasyarakatan Kelas IIA Semarang. Sampel penelitian ini berjumlah 195 orang dengan menggunakan teknik sampling yaitu *cluster random sampling*. Metode analisis data yang digunakan adalah korelasi *Pearson* yang dikerjakan dengan bantuan *software* olah data. Penelitian ini memiliki persamaan pada lokasi penelitian di Lembaga Perasyarakatan (LAPAS), namun berbeda pada variabel X yaitu *self compassion*.

Berdasarkan beberapa penelitian di atas, penelitian ini memiliki keaslian karena menggabungkan variabel yang belum banyak dikaji secara bersamaan dalam konteks lokal, yaitu hubungan *ruminati* terhadap *psychological distress* pada narapidana LAPAS Kelas II B Kota Langsa. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang lebih sering dilakukan di negara-negara Barat, penelitian ini

menambah wawasan baru dalam memahami fenomena *ruminatio*n dan *distres psikologis* narapidana dengan mempertimbangkan faktor-faktor budaya dan situasional. Oleh karena itu, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih relevan mengenai adanya hubungan *ruminatio*n dengan *psychological distress* narapidana yang disesuaikan dengan kebutuhan lokal.

