

**MOTIVASI NARAPIDANA TERORISME MENGIKUTI PEMBINAAN KEMANDIRIAN DALAM MENGATASI LEARNED HELPLESSNESS DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KHUSUS KELAS IIA GUNUNG SINDUR**

**Aura Syahira Nugroho<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Politeknik Pengayoman Indonesia

[syahira.aura22@gmail.com](mailto:syahira.aura22@gmail.com)

---

**ABSTRACT;** *This study examines the motivation of terrorism inmates in participating in the independence development program at the Class IIA Gunung Sindur Special Penitentiary as an effort to address learned helplessness. The study employed qualitative methods with a descriptive approach through interviews and participant observation. The results indicate that development programs such as hydroponics and catfish cultivation were able to revitalize inmates' motivation, as reflected in increased enthusiasm, active involvement, and optimism for the future. Inmates experienced a shift from passivity and pessimism to greater self-confidence, and demonstrated improvements in both cognitive and emotional aspects. Despite obstacles such as limited facilities and uneven participation, overall, the independence development program proved effective in providing practical skills while also supporting psychological rehabilitation.*

**Keywords:** *Terrorism Inmates, Independence Development, Learned Helplessness, Motivation.*

**ABSTRAK;** Penelitian ini membahas motivasi narapidana terorisme dalam mengikuti program pembinaan kemandirian di Lembaga Pemasyarakatan Khusus Kelas IIA Gunung Sindur sebagai upaya mengatasi *learned helplessness*. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif melalui wawancara dan observasi partisipatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program pembinaan seperti hidroponik dan budidaya ikan patin mampu menumbuhkan kembali motivasi narapidana, yang tercermin dari meningkatnya semangat, keterlibatan aktif, dan rasa optimisme terhadap masa depan. Narapidana mengalami perubahan dari sikap pasif dan pesimis menjadi lebih percaya diri, serta menunjukkan perbaikan dalam aspek kognitif maupun emosional. Kendati terdapat hambatan berupa keterbatasan sarana dan partisipasi yang belum merata, secara keseluruhan pembinaan kemandirian terbukti efektif dalam memberikan keterampilan praktis sekaligus membantu proses rehabilitasi psikologis.

**Kata Kunci:** *Narapidana Terorisme, Pembinaan Kemandirian, Learned Helplessness, Motivasi.*

**PENDAHULUAN**

Narapidana terorisme merupakan kelompok warga binaan dengan karakteristik khusus yang memerlukan penanganan berbeda dibanding narapidana pada umumnya. Mereka ditempatkan di Lembaga Pemasyarakatan Khusus dengan pengawasan ketat serta pembatasan interaksi, yang dimaksudkan untuk mengurangi risiko penyebaran ideologi radikal serta mencegah terbentuknya jaringan baru di dalam lapas. Akan tetapi, pembatasan yang berlangsung dalam jangka panjang justru menimbulkan dampak psikologis yang signifikan. Salah satu fenomena yang dapat muncul adalah *learned helplessness*, yakni kondisi ketika individu merasa tidak berdaya untuk mengubah situasi, kehilangan motivasi, serta menurunkan semangat untuk memperbaiki diri.

Konsep *learned helplessness* pertama kali diperkenalkan oleh Martin Seligman, yang menjelaskan bahwa kondisi ini terbentuk karena pengalaman kegagalan yang terus berulang dan tidak dapat dikendalikan oleh individu (Miller, Rosellini, & Seligman, 2018). Terdapat tiga aspek utama dalam terbentuknya kondisi ini, yaitu penurunan motivasi, penurunan kemampuan kognitif, dan penurunan kondisi emosional. Penurunan motivasi ditunjukkan dengan sikap pasif, tidak adanya usaha baru, serta respon yang semakin rendah terhadap tuntutan atau tantangan. Penurunan kognitif tercermin dari munculnya pikiran negatif, keyakinan bahwa segala upaya tidak akan membawa perubahan, serta kesulitan dalam belajar respon baru yang lebih adaptif. Sedangkan penurunan emosional muncul dalam bentuk rasa takut, cemas, agresi yang rendah, dan ketidakmampuan mengendalikan perasaan ketika menghadapi situasi tertekan.

Pada narapidana terorisme, *learned helplessness* terbentuk karena kondisi kehidupan yang penuh pembatasan di dalam lapas. Minimnya interaksi dengan pihak luar, tekanan psikologis akibat stigma masyarakat, serta lamanya masa pidana membuat mereka merasa tidak memiliki kendali atas kehidupannya. Beberapa narapidana menjadi apatis, enggan mengikuti kegiatan, dan menolak keterlibatan dalam program pembinaan. Mereka cenderung menilai bahwa apapun yang dilakukan tidak akan membawa perubahan, sehingga memilih untuk menyerah pada keadaan. Bila tidak diatasi, kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan mental narapidana, tetapi juga dapat menghambat keberhasilan program deradikalisasi dan meningkatkan risiko kembalinya mereka pada sikap radikal setelah bebas.

Program pembinaan kemandirian tidak hanya difokuskan pada pemberian keterampilan kerja, seperti hidroponik, budidaya ikan patin, dan kegiatan wirausaha, tetapi juga diarahkan

---

untuk memulihkan kondisi psikologis narapidana. Melalui kegiatan ini, narapidana dilatih untuk beraktivitas secara teratur, memiliki tujuan yang jelas, dan merasakan manfaat nyata dari setiap usaha yang dilakukan. Aktivitas seperti merawat tanaman hingga panen atau membesarkan ikan sampai siap dipasarkan menjadi sarana pembelajaran bahwa usaha yang konsisten dapat membawa hasil. Hal ini secara bertahap mampu mengurangi sikap pasif, mengembalikan motivasi, serta menumbuhkan optimisme narapidana dalam memandang masa depan.

Dengan demikian, penelitian mengenai motivasi narapidana terorisme dalam mengikuti pembinaan kemandirian menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai bagaimana pembinaan mampu mengatasi fenomena *learned helplessness* yang dialami narapidana, serta menunjukkan sejauh mana program kemandirian berperan dalam membangun kembali rasa percaya diri, kemandirian, dan kesiapan narapidana untuk kembali ke masyarakat.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk menggali motivasi narapidana terorisme mengikuti pembinaan kemandirian di Lembaga Pemasyarakatan Khusus Kelas IIA Gunung Sindur, dengan fokus pada upaya mengatasi *learned helplessness*. Pengumpulan data meliputi wawancara mendalam, observasi partisipatif pada kegiatan pembinaan kemandirian.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Motivasi narapidana terorisme dalam mengikuti pembinaan kemandirian di Lembaga Pemasyarakatan Khusus Kelas IIA Gunung Sindur cukup baik. Hal ini terlihat dari antusiasme narapidana dalam mengikuti kegiatan, keinginan untuk belajar keterampilan baru, serta munculnya harapan terhadap masa depan. Secara lebih rinci, hasil penelitian dapat dijelaskan sebagai berikut:

### **1. Motivasi Narapidana dalam Mengikuti Pembinaan Kemandirian**

Narapidana terorisme menunjukkan motivasi yang tinggi dalam mengikuti pembinaan kemandirian. Mereka merasa bahwa kegiatan seperti hidroponik dan budidaya ikan patin memberikan manfaat nyata, baik untuk mengisi waktu selama menjalani pidana maupun sebagai bekal keterampilan setelah bebas. Beberapa narapidana menyampaikan bahwa kegiatan ini membantu mereka merasa lebih produktif, tidak hanya sekadar menunggu waktu

---

berjalan. Kegiatan tersebut juga membuat mereka merasa memiliki tujuan setiap hari, sebab ada pekerjaan yang harus diselesaikan dan tanggung jawab yang perlu dijalankan. Dengan demikian, narapidana tidak lagi merasa kosong atau terjebak dalam rutinitas yang monoton, melainkan lebih terarah dan terlibat dalam aktivitas yang bermakna.

Selain itu, kegiatan pembinaan memberikan kesempatan untuk belajar hal baru yang sebelumnya belum pernah mereka coba. Sebagian besar narapidana mengaku tidak memiliki pengalaman dalam bidang pertanian maupun perikanan sebelum masuk lapas. Oleh karena itu, program ini dianggap sebagai peluang untuk memperluas wawasan dan menambah keterampilan yang bermanfaat. Rasa ingin tahu, keinginan untuk bisa, serta adanya hasil nyata dari setiap usaha menjadikan mereka semakin bersemangat dalam mengikuti program. Saat tanaman yang mereka rawat tumbuh subur atau ikan yang dipelihara berkembang dengan baik, narapidana merasakan kepuasan tersendiri. Pencapaian kecil tersebut memberikan motivasi tambahan bahwa apa yang mereka lakukan tidak sia-sia, sekaligus menumbuhkan rasa percaya diri bahwa mereka mampu berkontribusi.

## 2. Analisis dengan Teori *Learned helplessness*

Berdasarkan analisis dengan teori *learned helplessness* dari Martin Seligman, kondisi ketidakberdayaan yang sebelumnya dialami para narapidana perlahan mulai berkurang. Pada awal masa tahanan, banyak di antara mereka merasa tidak memiliki kendali atas hidupnya. Lingkungan penjara yang penuh pembatasan, jarak dari keluarga, serta lamanya masa pidana membuat sebagian besar narapidana memilih bersikap pasif dan enggan terlibat dalam kegiatan apa pun. Mereka menilai setiap usaha tidak akan membawa perubahan berarti, sehingga menolak mengikuti program pembinaan yang ditawarkan. Pandangan ini sejalan dengan konsep *learned helplessness*, di mana individu yang berulang kali menghadapi situasi yang tidak bisa ia kendalikan akhirnya menyerah dan berhenti berusaha.

Namun seiring waktu, melalui keikutsertaan dalam pembinaan kemandirian, perlahan muncul perubahan yang terasa nyata. Narapidana mulai melihat sendiri bahwa setiap upaya yang mereka lakukan menghasilkan sesuatu yang konkret. Ketika tanaman hidroponik yang mereka rawat tumbuh subur dan siap dipanen, atau ketika ikan patin yang mereka pelihara berkembang hingga layak jual, timbul rasa bangga dan keyakinan baru bahwa usaha yang konsisten membawa hasil. Proses ini menumbuhkan kepercayaan bahwa mereka sebenarnya memiliki kendali atas sebagian hidupnya, walau masih berada di balik jeruji.

---

Perubahan tersebut tidak hanya terlihat dari hasil kerja, tetapi juga dari cara mereka memandang diri sendiri. Narapidana yang dulu menundukkan kepala, enggan berinteraksi, kini lebih terbuka dalam berbicara, mau bertukar pengalaman, dan mengekspresikan pendapat. Mereka mengaku bahwa kegiatan pembinaan memberi arti pada hari-hari yang semula terasa kosong. Keberhasilan kecil seperti memanen sayur segar atau melihat ikan tumbuh sehat menciptakan rasa optimisme yang menular ke aspek lain dalam hidup mereka. Rasa percaya diri perlahan tumbuh, mengantikan pikiran pesimis yang selama ini membelenggu.

Dengan demikian, program pembinaan kemandirian bukan sekadar mengajarkan keterampilan teknis, tetapi juga menjadi sarana pemulihan psikologis. Narapidana belajar kembali bahwa upaya dan ketekunan akan membawa perubahan, sejalan dengan inti teori Seligman bahwa rasa kendali dan pengalaman keberhasilan dapat memutus lingkaran ketidakberdayaan. Perubahan sikap ini menjadi fondasi penting bagi mereka untuk melangkah ke tahap hidup berikutnya dengan pandangan yang lebih positif dan penuh harapan.

### 3. Analisis dengan *Goal setting theory*

Jika dikaitkan dengan *goal setting theory*, program pembinaan kemandirian memberikan arah yang jelas bagi para narapidana untuk melangkah. Setiap kegiatan dirancang dengan target yang nyata dan terukur, misalnya tanaman hidroponik yang harus tumbuh subur hingga waktu panen atau ikan patin yang perlu dipelihara sampai mencapai ukuran tertentu. Kejelasan tujuan ini memberi mereka pegangan, semacam peta yang menuntun hari-hari mereka di dalam lapas. Narapidana tidak lagi sekadar mengisi waktu, tetapi memiliki sasaran yang harus dicapai dan jadwal yang diikuti, sehingga aktivitas sehari-hari menjadi lebih bermakna.

Rasa memiliki tujuan itu menumbuhkan semangat baru. Saat melihat tunas sayuran mulai tumbuh atau berat ikan bertambah sesuai target, mereka merasakan kepuasan yang nyata, seolah setiap keberhasilan kecil menjadi bukti bahwa usaha mereka tidak sia-sia. Pencapaian ini bukan hanya sekadar hasil kerja, tetapi juga menjadi pengalaman emosional yang memberi dorongan positif. Banyak narapidana mengaku merasa bangga ketika tugas yang ditetapkan berhasil diselesaikan, karena itu menandakan mereka mampu memegang tanggung jawab dan mengendalikan prosesnya.

Selain memunculkan kebanggaan, keberhasilan mencapai tujuan juga memperkuat rasa percaya diri. Mereka belajar bahwa dengan perencanaan, ketekunan, dan kerja sama, setiap target dapat diraih. Hal ini sejalan dengan prinsip *goal setting theory* yang menekankan

---

pentingnya tujuan yang spesifik, menantang, namun tetap realistik. Ketika tujuan dirumuskan dengan jelas dan dapat diukur, motivasi intrinsik akan tumbuh secara alami. Narapidana pun terdorong untuk mempertahankan bahkan meningkatkan usaha, karena setiap keberhasilan meneguhkan keyakinan bahwa mereka sanggup melangkah lebih jauh.

Dengan demikian, pembinaan kemandirian tidak hanya melatih keterampilan teknis, tetapi juga menjadi sarana pembelajaran psikologis yang menegaskan hubungan antara upaya dan hasil. Kejelasan tujuan dalam setiap kegiatan menjadi motor penggerak yang membuat narapidana tetap fokus, berkomitmen, dan terus berusaha, sekalipun mereka berada dalam lingkungan dengan banyak keterbatasan.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa motivasi narapidana terorisme dalam mengikuti pembinaan kemandirian di Lembaga Pemasyarakatan Khusus Kelas IIA Gunung Sindur tergolong baik. Program pembinaan melalui kegiatan hidroponik dan budidaya ikan patin terbukti mampu membantu narapidana mengatasi kondisi *learned helplessness* yang sebelumnya mereka alami. Narapidana menunjukkan adanya perubahan dari sikap pasif dan pesimis menjadi lebih bersemangat, optimis, dan memiliki harapan terhadap masa depan.

Pembinaan ini tidak hanya memberikan keterampilan praktis yang dapat menjadi bekal setelah bebas, tetapi juga berperan penting dalam membangun kembali kepercayaan diri, menstimulasi kemampuan kognitif, serta memperbaiki kondisi emosional narapidana. Walaupun terdapat beberapa tantangan seperti keterbatasan fasilitas dan partisipasi yang belum merata, secara keseluruhan pembinaan kemandirian tetap memberikan dampak positif dan berkontribusi terhadap proses rehabilitasi narapidana terorisme.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abramson, L. Y., Seligman, M. E., & Teasdale, J. D. (1978). Learned Helplessness in Humans. *Journal of Abnormal Psychology*, 87(1), 49. Retrieved from <https://ppc.sas.upenn.edu/sites/default/files/lhreformulation.pdf>
- Aditiyas, Y. P. (2021). Learned Helplessness pada Wanita Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga, 1–529.
- Ananda, N. C., & Hamidah, H. (2020). Learned Helplessness Pada Wanita Dewasa Awal Korban Kekerasan dalam Pacaran yang Masih Bertahan dengan Pasangannya. *INSAN*

*Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 4(1), 36.  
<https://doi.org/10.20473/jpkm.v4i12019.36-42>

Bukit, J. F. (2021). Peran Lembaga Pemasyarakatan Dalam Membina Narapidana Kasus Terorisme (Studi di Lapas Klas IIA Binjai). *Eprints.Pancabudi.Ac.Id*. Retrieved from <https://eprints.pancabudi.ac.id/id/eprint/685/> [https://eprints.pancabudi.ac.id/id/eprint/685/1/JHON\\_FRENDI\\_BUKIT.pdf](https://eprints.pancabudi.ac.id/id/eprint/685/1/JHON_FRENDI_BUKIT.pdf)

Fiantika, Wasil M, Jumiyati, Honesti, Wahyuni, Jonata, E. a. (2022). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. In *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Rake Sarasin. Retrieved from <https://scholar.google.com/citations?user=O-B3eJYAAAAJ&hl=en>

Locke, E. A., & Latham, G. P. (1990). A Theory of Goal Setting & Task Perfomance. *Book*.

Miller, W. R., Rosellini, R. A., & Seligman, M. E. P. (2018). Learned Helplessness and Depression. *Psychological Reports*, 82(2), 110.  
<https://doi.org/10.2466/pr0.1998.82.2.434>

Nafiah, A., Sutadji, E., & Nurmala, R. (2020). Pembinaan Keterampilan Untuk Meningkatkan Skill Narapidana Pemasyarakatan Kelas 1 Malang Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Graha Pengabdian*, 2(4), 325.  
<https://doi.org/10.17977/um078v2i42020p325-334>

Rahman, F. (2020). Optimalisasi Pembinaan melalui Keterampilan Kerja dalam Meningkatkan Motivasi Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Bandar Lampung. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 7(2), 340–351.