

**PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA NARAPIDANA WANITA
SETELAH PEMBERIAN HIPNOTIS LIMA JARI**

Indah Setia Wati¹⁾, Mariyati²⁾, Khusnul Aini³⁾

- 1) Mahasiswa Program Studi Ners STIKES Widya Husada Semarang
 - 2) Dosen Program Studi Ners STIKES Widya Husada Semarang
 - 3) Dosen Program Studi Ners STIKES Widya Husada Semarang
- Email : indahsetia2525@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Kecemasan merupakan perasaan tidak nyaman karena memiliki rasa kekhawatiran yang berlebihan disertai tidak adanya antisipasi terhadap bahaya atau ancaman tersebut. Kecemasan sering dialami oleh narapidana wanita karena mendapat stigma buruk dari masyarakat serta beradaptasi dengan lingkungan baru yang tidak diinginkan. Dampak kecemasan yang berkepanjangan menyebabkan gangguan jiwa seperti depresi atau stres. Salah satu penanganan kecemasan yaitu hipnotis lima jari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh hipnotis lima jari terhadap tingkat kecemasan pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Kota Semarang. **Metode :** Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan desain quasi-eksperiment pre and post test without control. Pengambilan sampel dengan teknik Stratified Random Sample dengan 35 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner tingkat kecemasan Hamilton Rating Scale Anxiety (HRS-A) sebelum dan sesudah diberikan perlakuan hipnotis lima jari. **Hasil:** Berdasarkan uji Wilcoxon didapatkan hasil $Z_{hitung} -5,190$ dan ρ -value $0,000 \leq 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. **Kesimpulan:** Ada pengaruh hipnotis lima jari terhadap tingkat kecemasan pada narapidana wanita di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Kota Semarang. **Kata kunci:** Hipnotis Lima Jari, Tingkat Kecemasan, Narapidana.

ABSTRACT

**DECREASE OF ANXIETY LEVEL ON FEMALE PRISONERS AFTER GIVING
FIVE FINGERS HYPNOSIS**

Background: Anxiety is a feeling of discomfort because of having excessive feelings of worry accompanied by no anticipation of the danger or threat. Anxiety is often experienced by female prisoners because it gets a bad stigma from the community and adapts to an unwanted new environment. The impact of prolonged anxiety causes mental disorders such as depression or stress. One of the anxiety treatments is five finger hypnosis. This study aims to determine the effect of five fingers hypnosis on anxiety level in female prisoners in Women's Correctional Institutions Class II A Semarang City. **Method :** Types of quantitative method with design quasi-experiment pre and post test without control. Sampling with Stratified Random Sample technique with 35 respondents. Data collection using an anxiety level questionnaire Hamilton Rating Scale Anxiety (HRS-A) before and after being given five fingers hypnosis treatment. **Result :** Based on Wilcoxon test, the results of the calculation of $-5,190$ and p -value $0,000 \leq 0,05$, so H_0 is rejected and by H_a accepted. **Conclusion :** There is an effect of five fingers hypnosis on anxiety level of female prisoners in Women's Correctional Institutions Class II A Semarang City. **Keywords :** Five Fingers Hypnosis, Anxiety Level, Prisoners.

PENDAHULUAN

Saat ini kasus kriminal yang pelakunya seorang wanita sedang ramai di berbincangkan oleh media. Wanita terlibat dalam tindak kejahatan yang sebelumnya hanya lazim dilakukan laki-laki, misalnya ikut serta dalam penodongan, perampasan kendaraan bermotor, pembunuhan atau bahkan otak perampokan serta kejahatan lintas negara atau kejahatan internasional. Kenyataan ini menimbulkan keprihatinan sebab sampai sekarang secara diam-diam wanita dianggap sebagai benteng terakhir meluasnya kriminalitas (Putri, 2013).

Narapidana wanita di seluruh dunia diperkirakan naik 50% sejak tahun 2000. Saat ini jumlah narapidana wanita mencapai lebih dari 700.000 orang dan dari jumlah tersebut terdapat di Amerika Serikat terdapat lebih dari 211.870 tahanan dan narapidana wanita atau 9.8 %, di Cina 107.131 atau 6.5 % narapidana wanita dan Rusia 47.521 atau 5.9 % narapidana dan tahanan wanita. Pada tahun 2017 jumlah narapidana dan tahanan di Indonesia 11.465 atau 5.5% dari total seluruh narapidana wanita di dunia (*World Prison Brief*, 2018). Jumlah narapidana wanita di seluruh Jawa Tengah pada Januari tahun 2018 sebanyak 471 narapidana yang berada di lapas wilayah Jawa Tengah (Ditjenpas, 2018).

Lembaga Pemasyarakatan merupakan tempat ditahannya orang-orang yang melanggar pelanggaran atau melakukan tindakan kriminal yang melanggar hukum serta tempat pemberian bimbingan kepribadian (Sumarauw, 2013). Lama masahukuman dan terasingkannya narapidana dari dunia luar dapat mempengaruhi gangguan psikologis yang besar terutama pada kesehatan mental. Salah satu permasalahan psikologis yang sering muncul pada narapidana yaitu kecemasan (Ardilla, 2013).

Kecemasan yaitu kekhawatiran yang tidak jelas menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik (Stuart, 2013). Menurut penelitian yang dilakukan oleh *University Of South Wales* menyatakan bahwa 36% masalah kesehatan jiwa yang dirasakan oleh penghuni lapas adalah kecemasan dan wanita lebih tinggi tingkat kejadiannya dibandingkan pria yaitu 61% : 39%, (Utari, 2012).

Narapidana wanita telah mendapat stigma yang lebih buruk dibandingkan dengan narapidana pria. Persepsi masyarakat tentang seorang narapidana yang berlebihan memberikan efek yang buruk terhadap persepsi narapidana di masyarakat tentang diri mereka, sehingga narapidana kehilangan rasa percaya diri dan merasa cemas menghadapi penerimaan masyarakat setelah hukuman berakhir (Kartono, 2011). Banyaknya kasus kecemasan yang terjadi pada narapidana wanita maka perlu dilakukan sebuah tindakan untuk mengurangi tingkat kecemasan. Pada umumnya di lapas terdapat program mengurangi kecemasandengan cara non farmakologi seperti bimbingan konseling, psikoterapi, terapi tertawa, terapi kognitif, relaksasi meditasi dzikir, spritual, pendekatan *expresive writing* dan hipnotis lima jari.

Salah satu metode untuk mengurangi tingkat kecemasan adalah hipnotis lima jari akan tetapi belum pernah ada yang melakukan penelitian pada responden narapidana. Intervensi hipnotis lima jari pernah dilakukan untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan dengan *p-value* α 0,019 antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol. Penelitian ini menunjukkan bahwa hipnosis lima jari dapat menurunkan ansietas pada pasien hipertensi (Banon dkk, 2014).

Hipnotis lima jari adalah suatu bentuk pemberian perlakuan dengan cara pengalihan situasi *self* hipnosis yang dapat menimbulkan efek relaksasi, sehingga akan mengurangi kecemasan, ketegangan, dan stres dari pikiran seseorang yang dapat berpengaruh pada pernafasan, denyut jantung, denyut nadi, tekanan darah, mengurangi ketegangan otot, memperkuat ingatan pengeluaran hormon yang dapat memicu timbulnya

kecemasan, dan mengatur hormon yang berkaitan dengan stres (Hastuti dan Arumsari, 2015).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di lapas wanita Kelas II A Kota Semarang pada Maret 2018 didapatkan data bahwa jumlah narapidana wanita terdapat 375 orang. Hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti dari beberapa narapidana terlihat melamun, gelisah, muka tegang, mudah menangis, kantungmata terlihat hitam yang menandakan narapidana tersebut kurang tidur. Permasalahan yang dihadapi di penjara dapat membuat narapidana wanita mengalami dampak fisik seperti kesehatan mulai terganggu, tidak nafsu makan dan susah tidur, sedangkan dampak psikologis seperti kecemasan, rasa malu dan depresi. Berdasarkan fenomena tersebut peneliti tertarik mengetahui pengaruh hipnotis lima jari terhadap tingkat kecemasan pada narapidana wanita. Tujuan penelitian ini adalah untuk membuktikan apakah hipnotis lima jari mampu mengurangi kecemasan pada narapidana wanita di Lapas Wanita Kelas IIA Kota Semarang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis eksperimen semu (*quasi eksperiment*) dengan menggunakan desain *One group pre-post test design*. Rancangan jenis ini hanya menggunakan satu kelompok subjek, pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (Saryono dan Anggraeni, 2013). Penelitian ini dilakukan di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Kota Semarang. Tempat penelitian tersebut dipilih karena Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Kota Semarang merupakan Lembaga Pemasyarakatan dengan penghuni narapidana wanita terbanyak di wilayah Jawa Tengah. Penelitian dilakukan pada bulan Mei 2018 sampai Juni 2018.

Populasi adalah kumpulan individu yang merupakan sumber data dalam suatu penelitian (Saryono dan Anggraeni, 2013). Populasi dalam penelitian ini adalah 101 narapidana wanita di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Kota Semarang. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2015). Besar sampel dalam penelitian ini adalah 35 sampel. Teknik sampling dalam penelitian ini diambil secara *Stratified Random Sample* yaitu teknik sampling yang digunakan bila populasi mempunyai unsur yang tidak sama atau tidak homogen dan berstrata (bertingkat) secara proposional (Sugiyono, 2015). Cara pengambilan data pada penelitian ini adalah dengan menyebarkan kuesioner A yaitu data demografi responden dan kuesioner B yaitu tingkat kecemasan HRS-A *pre test* dan *post test* sebelum dan sesudah diberi perlakuan hipnotis lima jari.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisa univariat dan bivariat. Analisis univariat yaitu bertujuan untuk menjelaskan atau mendiskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian seperti variabel bebas dan variabel terikat (Notoatmodjo, 2012). Variabel yang dianalisis univariat pada penelitian ini yaitu status narapidana, umur, tingkat kecemasantest dan *pre test* dan *post test*. Analisis bivariat adalah analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan (Notoatmodjo, 2012). Analisis bivariat dalam penelitian ini dilakukan untuk membuktikan hipotesis penelitian yaitu apakah ada pengaruh hipnotis lima jari terhadap tingkat kecemasan pada narapidana wanita sebelum dan sesudah intervensi. Penelitian ini tidak melakukan uji normalitas data karena data dalam bentuk kategorik (non parametrik), peneliti melakukan uji *Wilcoxon* untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara dua variabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Gambaran Status Narapidana

Kategori	F	%
Narapidana baru masuk penjara < 3 bulan	13	37,1
Narapidana baru mendapat vonis hukuman	8	22,9
Narapidana Menjelang Bebas < 3 bulan	14	40,0
Jumlah	35	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian responden ada pada status narapidana menjelang bebas < 3 bulan sebanyak 14 narapidana (40%). Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Utari, Fitria dan Rafiyah (2012) menyatakan bahwa narapidana menjelang bebas yang sering mengalami kecemasan. Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Fahrulina (2013) yang mengatakan bahwa munculnya kecemasan pada narapidana umumnya saat masa menjelang pembebasan. Hal tersebut disebabkan oleh kondisi cemas yang berlebihan akan menimbulkan frustrasi pada diri warga binaan menjelang bebas dengan segala kekhawatiran yang belum tentu terbukti (Utari, Fitria dan Rafiyah, 2012).

Tabel 2. Gambaran Usia Narapidana

Usia	f	%
17-25	7	20,0
26-35	13	37,1
36-45	10	28,6
46-55	3	8,6
56-65	2	5,7
Jumlah	35	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 26-35 tahun sebanyak 13 narapidana (37,1%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri, Erwina dan Adha (2014) menyatakan bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia rentang usia 18-40 tahun sebanyak (84,0%). Hal ini juga senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Utari, Fitria dan Rafiyah (2012) menyatakan bahwa sebagian besar narapidana wanita berada dalam usia produktif 18-40 tahun dimana pada rentang usia dewasa awal memiliki kemampuan yang efektif dan konstruktif dalam menyelesaikan masalah sehingga memiliki kecemasan ringan. Menurut Hurlock (2008) periode usia dewasa awal merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan secara mandiri dan merupakan puncak periode kreatif dan aktif, dimana pada pada rentang usia ini kebanyakan individu sudah mampu memecahkan masalahnya dengan baik sehingga memiliki pemikiran yang stabil dan lebih tenang.

Tabel 3. Tingkat Kecemasan (*Pre Test*)

Tingkat Kecemasan	F	%
Ringan	17	48,6
Sedang	12	34,3
Berat	6	17,1
Total	35	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan ringan sebanyak 17 narapidana (48,6%). Hasil penelitian ini sejalan dengan

penelitian yang dilakukan oleh Andriawati (2012) pada narapidana di Malang yang menemukan bahwa lebih dari separuh (70%) narapidana yang mengalami kecemasan ringan. Hal senada juga yang ditemukan oleh Putri, Erwina dan Adha (2014) yang menyatakan hampir separuh (48,5%) narapidana mengalami kecemasan ringan. Kecemasan ringan berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari, dimana kecemasan ringan akan membuat individu menjadi semakin waspada, lapang persepsi meningkat, dapat mengidentifikasi masalah dan mampu bekerja secara efektif (Stuart, 2013).

Saat wawancara responden mengatakan sudah pasrah dengan apa yang terjadi pada dirinya saat ini, akan tetapi tetapi terkadang kecemasan muncul apabila teringat oleh keluarga dan masa depan mereka setelah bebas dari penjara. Kecemasan tersebut yang menyebabkan responden mengalami gangguan kesehatan yang berdampak buruk bagi kesehatan mereka. Menurut Veedback (2008) tanda dan gejala kecemasan yaitu gejala fisik, gejala emosional, gejala kognitif, dan gejala *behavioral*.

Tabel 4. Tingkat Kecemasan (Post Test)

Tingkat kecemasan	F	%
Tidakcemas	20	57,1%
Ringan	12	34,3%
Sedang	3	8,6%
Berat	0	0%
Total	35	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami tidak cemas sebanyak 20 narapidana (57,1%), tingkat kecemasan ringan sebanyak 12 narapidana (34,3%), tingkat kecemasan sedang sebanyak 3 narapidana (8,6%). Hasil penelitian menunjukkan pasien yang semula mengalami kecemasan ringan dan sedang dipengaruhi perilaku mencari informasi dan mencari dukungan untuk menguatkan keyakinan untuk mengatasi kecemasan karena elemen kepribadian individu yaitu id dan super ego sedang konflik emosional dan memperingatkan ego tentang suatu yang di harus atasi. Secara tidak sadar tubuh akan mengontrol sistem simpatis dan parasimpatis memproduksi asetilkolin, norepineprin, dopamin, glutamat, gamma aminobutyrid acid (GABA) untuk menangani atau sedang mengalami kecemasan (Elisabeth, 2009).

Tabel 5. Pengaruh Hipnotis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan

Tingkat Kecemasan	F	F Z- hitung	p-value
<i>Negative Rank post test</i>		35	
<i>Positive Rank pre test</i>	0		-5.190
<i>Ties</i>	0		0,000
Jumlah		35	

Hasil penelitian menunjukkan dari uji statistik dengan uji *Wilcoxon* dengan hasil $Z_{\text{hitung}} -5.190$ dan nilai $p = 0.000 < \alpha 0.05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang artinya bahwa ada pengaruh hipnotis lima jari terhadap tingkat kecemasan pada narapidana wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Kota Semarang. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian dari Banon, Dalami dan Noorkasiani (2014), bahwa terdapat pengaruh mengatasi kecemasan sebelum dan sesudah diberikan hipnotis lima jari dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hastuti dan Arumsari (2015) juga menyatakan terdapat penurunan tingkat kecemasan secara bermakna pada klien yang mendapatkan terapi hipnotis lima jari ($p\text{-value} < 0,05$). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Sirkumsisi Di

Tempat Praktik Mandiri Mulyorejo Sukun Malang menyatakan hal yang sama bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan responden setelah diberi perlakuan hipnotis lima jari.

Menurut Davis, et al., 1995 dan Clark dalam Widyanti dan Wardani (2013) Reduksi cemas dengan cara hipnotis ini akan membawa seseorang dalam keadaan tidak sadar dan menikmati khasiat terapeutik dan harus melukai individu tersebut. Individu akan mendapatkan pengendalian peningkatan pada emosinya dan akan fokus terhadap arahan terapeutiknya. Relaksasi dan ketenangan akan konsentrasi yang tajam dan kegiatan mental intensif. Relaksasi serta ketenangan yang dirasakan bersama dengan konsentrasi yang tajam dan sugesti positif. Ketegangan dan rangsangan fisiologis berkurang. Sehingga individu mampu mengaplikasikan pikiran dan perasaan untuk menurunkan kecemasan.

Menurut peneliti hipnotis lima jari dapat dipertimbangkan sebagai terapi untuk mengatasi masalah kecemasan yang saat ini banyak dialami oleh semua manusia, terapi ini sangat sederhana, mudah dilakukan, efektif dan tidak memiliki efek samping, sehingga dengan terapi ini nantinya dapat menghilangkan pikiran negatif penyebab kecemasan dan meningkatkan konsentrasi dan semangat narapidana khususnya narapidana yang baru masuk penjara dan narapidana menjelang bebas, apabila narapidana memiliki rasa kepercayaan diri maka rasa percaya diri pada narapidana akan meningkat dan dapat berinteraksi atau beradaptasi dengan lingkungan dalam maupun luar penjara, serta diharapkan dapat diterima oleh masyarakat dengan baik.

KESIMPULAN

1. Tingkat kecemasan sebelum diberi perlakuan hipnotis lima jari memiliki nilai tertinggi yaitu 32 (cemas berat) dan terendah 14 (cemas ringan) dengan rata-rata 21,63 (cemas sedang) yang dapat diklasifikasikan ke dalam kecemasan sedang.
2. Tingkat kecemasan setelah diberi perlakuan hipnotis lima jari memiliki nilai tertinggi yaitu 22 (cemas sedang) dan terendah 6 (tidak cemas) dengan rata-rata 13,20 yang dapat yang artinya tidak terdapat kecemasan.
3. Ada pengaruh ($p\text{-value} \leq 0,05$) hipnotis lima jari terhadap tingkat kecemasan pada narapidana wanita di lembaga pasyarakatan wanita kelas II A Kota Semarang dengan $p\text{-value} = 0,000$.

REFERENSI

- Ardilla, F. 2013. Penerimaan Diri pada Narapidana. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan social 2*. Journal.unair.ac.id. Diakses tanggal 12 Januari 2018.
- Anggraeni, D.M & Saryono. 2013. *Metodologi penelitian kualitatif dan kuantitatif dalam bidang kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Banon, Endang., E. Dalami & Noorkasiani. 2014. Efektivitas Terapi Hipnotis Lima Jari untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan S-1 Ilmu Keperawatan. <https://publikasi.unitri.ac.id>. Diakses pada tanggal 25 Januari 2018 .
- Charlotte, Y., & Jane, L.I. 2012. Exploring application of the interpersonal-psychological theory of suicidal behavior to self-injurious behavior among women prisoners: proposing a new model of understanding. *International journal of law and psychiatry*, 35, 70-76. Diakses Pada tanggal 15 Januari 2018.
- Dharma, Kelana Kusuma. 2011. *Metodologi Penelitian Keperawatan Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian*. Jakarta : CV. Trans Info Media.
- Ditjenpas. 2018. *Sistem Database Pasyarakatan*. [Smlap.ditjenpas.go.id](http://smlap.ditjenpas.go.id). diakses pada tanggal 15 Januari 2018.
- Elizabeth, J.C. 2009. *Buku Saku Patofisiologi*. Jakarta: EGC.

- Evangelista, Widodo dan Widiani. 2016. Pengaruh Hipnosis 5 Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Sirkumsisi di Tempat Praktik Mandiri Mulyorejo Sukun Malang. Skripsi
- Hastuti, R. Y., Ayu. Arumsari. 2015. Pengaruh Terapi Hipnotis Lima Jari untuk Menurunkan Kecemasan pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Stikes Muhammadiyah Klaten. *Jurnal Motorik*10(21): 25-35. Diakses tanggal 14 Januari 2018.
- Kartono, Kartini. 2011. *Patologi Sosial Jilid 1*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Putra Redian. 2016. Kriminalitas di Kalangan Remaja (Studi Terhadap Remaja Pelaku Pencabulan di Lembaga Pemasarakatan Anak Klas II B Pekanbaru). *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau* 3. Diakses tanggal 15 Januari 2018.
- Putri Dewi, Erwina Ira dan Adha Hilma. 2014. Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan Narapidana di Lembaga Pemasarakatan Klas II A Muaro Padang Tahun 2014. *Ners Jurnal Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Andalas*. ners.fkep.unand.ac.id. diakses tanggal 21 September 2018.
- Putri Dian. 2013. Wanita dan Kriminalitas Studi Kasus di Lembaga Pemasarakatan Klas IIB Anak Pekanbaru. <https://repisitory.unri.ac.id>. Diakses tanggal 25 Januari 2018. *kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*. Bandung : PT Alfabet.
- Sumarauw, Yuniarti. 2012. *Narapidana Perempuan Dalam Penjara*. <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=129672&val=1022> Diakses tanggal 11 Januari 2018.
- Stuart, G.W. 2013. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*, ed 5. EGC: Jakarta.
- Utari, D. 2012. Gambaran Tingkat Kecemasan pada Warga Binaan Wanita Menjelang Bebas di Lembaga Pemasarakatan Wanita Klas II Bandung. Bandung: Universitas Padjajaran. Jurnal.unpad.ac.id/ejournal/article/view/777/823. Diakses tanggal 14 Januari 2018.
- Videbeck, S.J., 2008, *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*, EGC : Jakarta.
- Widyanti dan Wardani. 2013. Pengaruh Hipnotis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi di RSUD Dr. Soedarso Pontianak Kalimantan Barat. *Jurnal Keperawatan*. lib.ui.ac.id/naskahringkas/2016-03/S46280-Feranema%20Widyanti. Diakses Pada tanggal 17 September 2018.
- World Prison Brief. 2018. *International Center for Prison Studies*. www.prisonstudies.org. diakses pada tanggal 14 Januari 2018.