

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menjadi kehidupan sebagai seorang narapidana menjadi sebuah kenyataan hidup yang menyakitkan bagi seseorang karena orang tersebut harus mempertanggungjawabkan kesalahannya sesuai dengan hasil putusan pengadilan. Narapidana merupakan seseorang yang telah melakukan tindak pidana yang telah dinyatakan bersalah oleh majelis hakim dan mendapatkan hukuman berupa masa penahanan di penjara dalam jangka waktu tertentu serta diletakkan dalam sebuah rumah tahanan atau lembaga pemasyarakatan sebagai tempat melaksanakan hukuman yang didapatinya (Widianti, 2011). Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2022 pasal 1, narapidana merupakan seorang terpidana yang sedang menjalani pidana penjara selama rentang waktu yang ditentukan atau seorang terpidana mati yang sedang menunggu pelaksanaan hasil putusan pengadilan, yang sedang menjalani pembinaan di lembaga pemasyarakatan. Berdasarkan Undang-Undang Nomor 22 Tahun 2022 Pasal 1 menjelaskan mengenai “Lembaga pemasyarakatan” atau yang disebut “LAPAS” adalah sebuah tempat untuk melaksanakan pembinaan kepada Narapidana dan Anak Didik Pemasyarakatan.

Lembaga pemasyarakatan menggolongkan narapidana menjadi narapidana wanita dan narapidana laki-laki. Berdasarkan UU Nomor 22 Tahun 2022 Pasal 36 menyatakan bahwa di lembaga pemasyarakatan narapidana ditempatkan berdasarkan atas pengelompokan usia dan jenis kelamin yang terdiri

dari narapidana laki-laki dan narapidana wanita, serta alasan lain sesuai dengan asesmen risiko dan kebutuhan yang dilakukan oleh Asesor Pemasyarakatan. Berdasarkan data Direktorat Jenderal Pemasyarakatan (Ditjenpas) Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia, jumlah narapidana wanita pada tahun 2018 berjumlah 10.357 orang, pada tahun 2019 sebanyak 10.907 narapidana wanita, tahun 2021 berjumlah 9.152, dan tahun 2022 sebanyak 13.615 narapidana wanita. Angka ini menunjukkan adanya peningkatan jumlah narapidana wanita di Indonesia.

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 27 Maret 2023 dengan salah satu petugas lembaga pemasyarakatan perempuan klas II B Padang mengatakan bahwa jumlah tahanan dan narapidana wanita pada tahun 2021 sebanyak 216 orang yang terdiri dari 183 orang narapidana wanita dan 33 orang tahanan wanita dan pada tahun 2022 berjumlah 235 orang yang terdiri dari 198 orang narapidana wanita dan 37 orang tahanan. Lalu, jumlah narapidana wanita di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Klas II B Padang sampai pada bulan Maret 2023 mencapai 205 orang yang terdiri dari 21 tahanan dan 184 narapidana.

Sebagai seorang narapidana wanita yang menjalani masa hukuman di lembaga pemasyarakatan mereka akan mengalami beberapa kesulitan seperti kesulitan dalam mempertahankan hubungan keluarga, kehilangan dukungan dari keluarga, tidak bisa berbuat banyak selain mempertahankan kehidupan di dalam penjara (Yamada & Jeffery, 2018). Narapidana wanita juga akan mengkhawatirkan stigma masyarakat kepadanya, khawatir memikirkan kapan akan berkumpul dengan keluarga, stigma anak, khawatir terhadap kehidupan yang

belum jelas, serta terganggunya perannya sebagai seorang istri dan ibu bagi yang sudah mempunyai anak (Mandira, Marjohan, & Fernandes, 2019). Lebih lanjut mereka juga menemukan bahwa narapidana wanita mengalami tekanan darah tinggi, emosi yang labil, sulit makan, sulit tidur, otot terasa tegang, jantung berdebar, mudah tersinggung, sakit kepala, gelisah, sulit untuk berkonsentrasi, terganggunya daya ingat, serta adanya keluhan somatik, yang mana hal ini merupakan simptom-simtom dari kecemasan.

Tidak hanya itu, beragam permasalahan yang dialami oleh seorang narapidana wanita ketika berada di lembaga permasyarakatan dapat memicu munculnya emosi-emosi negatif yang lumayan berat. Narapidana wanita biasanya akan mengalami kecemasan yang sebagian besar bersumber dari hilangnya peran sebagai seorang ibu dan sebagai istri dari suaminya, kecemasan dalam melakukan penerimaan sosial setelah hukuman berakhir, kecemasan tentang karier, dan kecemasan terhadap hubungan dengan suami (Meilina, 2013). Tingkat kecemasan yang dialami narapidana wanita cenderung lebih tinggi. Hal ini biasanya dipengaruhi oleh pikiran negatif terhadap dirinya apakah masih dapat diterima di lingkungan keluarga terutama anaknya ataupun di lingkungan masyarakat. Biasanya masyarakat akan melabeli hal-hal negatif kepada seseorang mantan narapidana (Utari, Fitria, & Rafiyah, 2012).

Narapidana wanita yang mengalami kecemasan juga dapat memicu munculnya perasaan frustrasi sebelum dibebaskan dan memicu prasangka negatif yang belum pasti terjadi. Perasaan cemas yang terus berlanjut akan meningkatkan perasaan tidak berdaya yang menyebabkan meningkatnya kecemasan berat pada

seorang narapidana wanita (Utari, Fitria, & Rafiyah, 2012). Selain itu, mereka juga akan beranggapan bahwa mereka akan dikucilkan dan tidak dipercayai oleh masyarakat. Permasalahan ini tentunya juga dapat menimbulkan kecemasan pada seorang narapidana wanita.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mandira, dkk. (2019) didapatkan hasil bahwa narapidana wanita di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II B Padang dan Lembaga Pembinaan Khusus Anak dan Perempuan Tanjung Pati mengalami kecemasan sedang sebesar 53,8% dan kecemasan ringan sebesar 46,3%. Narapidana wanita akan mengalami kecemasan selama menjalani masa hukuman. Hal ini biasanya disebabkan oleh lama pidana, tindak pidana dan waktu menjelang bebas yang semakin dekat menyebabkan narapidana wanita takut untuk menjalani hal tersebut. Penelitian yang dilakukan Utari, Fitria, dan Rafiyah (2012) juga didapatkan bahwa narapidana wanita memiliki tingkat kecemasan berat sebesar 38%.

Berdasarkan penelitian Elpinar, Indriastuti, dan Susanti (2019) didapatkan bahwa narapidana wanita seringkali merasa tidak mampu untuk mengontrol hal-hal yang penting dalam hidupnya, mudah tersinggung, narapidana wanita sulit untuk mengatasi berbagai permasalahan yang muncul secara terus menerus, merasa tidak mampu untuk menyelesaikan berbagai hal yang harus dilakukannya, serta narapidana tidak mampu untuk mengontrol emosi atau perasaannya. Stresor-stresor inilah yang mempengaruhi kehidupan narapidana wanita dari segala aspek baik fisik, psikis, dan sosial sehingga menimbulkan suatu respon stres atau upaya reaksi terhadap stres yang dialaminya (Feoh, 2020). Narapidana wanita juga

tergolong ke dalam kelompok yang memiliki resiko mengalami permasalahan psikologis berupa stres di dalam penjara. Narapidana wanita mempunyai kesehatan mental dengan kondisi yang buruk dibandingkan dengan narapidana laki-laki (Francois Steyn & Brittany, 2015). Hal ini akan menyulitkan narapidana wanita untuk mengontrol emosi negatif sehingga memicu munculnya stress.

Selain itu sebagai seorang narapidana, narapidana wanita lebih rentan terkena stres dikarenakan secara psikologis perempuan cenderung lebih menggunakan perasaan dalam bertindak, sehingga apabila ia menghadapi sebuah permasalahan sangat mudah bagi mereka untuk menyalahkan diri sendiri dan menyebabkan trauma bagi dirinya (Anggraini, 2019). Berbagai sumber stres pada narapidana wanita ditemukan lebih banyak dibandingkan narapidana laki-laki seperti masalah keluarga, masalah sosial ekonomi, kurangnya kesempatan untuk berpendidikan, masalah pernikahan terlebih apabila mereka sudah memiliki anak (Sinaga dkk., 2020). Penelitian yang dilakukan Elpinar, Indriastuti, dan Susanti (2019) narapidana wanita berada pada tingkat stress berat sebesar 63,8%. Anggraini dan Kurniasari (2020) mendapatkan hasil bahwa terdapat 71,1% narapidana wanita di lapas perempuan berada pada tingkat stres normal dan sebanyak 7,2% berada pada kategori stres parah. Hal ini juga didukung oleh penelitian Triana, Rahmi, dan Fransiska (2020) yang menunjukkan bahwa stress pada narapidana wanita di lembaga permasyarakatan perempuan kelas IIB Padang terdapat narapidana wanita sebanyak 66,7% mengalami stress sedang. Hal ini dapat dikatakan bahwa seorang perempuan yang sedang menjalani kehidupannya di narapidana beresiko mengalami stres.

Stress juga termasuk ke dalam salah satu faktor yang menjadi penyebab seorang narapidana wanita mengalami depresi. Faruq dan Jarodi (2023) menemukan bahwa narapidana wanita sering kali sulit tidur, kehilangan nafsu untuk makan, merasakan lelah yang berlebihan padahal tidak melakukan pekerjaan berat apapun, nyeri pada bagian kepala dan badan, dan detak jantung yang lebih cepat. Esparanci (2020) menemukan bahwa narapidana wanita sering menangis, sering berbicara sendiri, tidak mau makan, dan tidak bisa tidur. Gejala inilah yang ditandai sebagai suatu gangguan mental yakni depresi. Hal ini juga didukung oleh penelitian Puspasari dan Rahmi (2017) yang menunjukkan bahwa narapidana memiliki simtom-simtom depresi seperti perasaan sedih, pandangan negatif terhadap diri, menangis, hilangnya kedekatan emosi, hilangnya kegembiraan, dan penurunan kepuasan. Ketika depresi tidak ditangani, maka dapat menimbulkan resiko-resiko yang harus dihadapi. Salah satu resiko terbesarnya adalah bunuh diri atau percobaan bunuh diri.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa lamanya masa hukuman menjadi salah satu faktor yang dapat memicu terjadinya depresi pada narapidana wanita. Hal ini didukung dengan penelitian Kumar dan Daria (2013), menyatakan bahwa episode stres dan depresi tertinggi dapat terjadi selama proses persidangan, tahap awal penyesuaian penjara, dan ketidakpastian tentang hukuman penjara yang dialami oleh narapidana wanita. Gussak (2009) menyatakan bahwa narapidana wanita lebih rentan terkena depresi dibandingkan dengan laki-laki. Narapidana wanita paling banyak mengalami gejala depresi ringan sebanyak 47.2%, depresi sedang sebanyak 32%, dan sebanyak 5,7% dengan depresi berat

(Esparanci, 2020). Gejala depresi yang muncul pada narapidana wanita disebabkan oleh usia, kurangnya dukungan sosial, pendidikan, penyakit yang diderita, berkurangnya kemampuan fungsional dan kognitif. Depresi pada narapidana wanita dapat menimbulkan dampak yang bervariasi, mulai dari bunuh diri, tindak kekerasan, dan lainnya.

Narapidana wanita dan penyakit-penyakit fisik melalui mekanisme neurotransmitter juga dapat terjadi pada narapidana wanita yang mengalami depresi (Armiya, Gyang, Maigida, & Goar, 2017; Pare & Logan, 2011). Penelitian yang dilakukan Steyn Francois (2015) didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat depresi normal hingga sedang sebanyak (69,8%), dengan kecemasan (68,3%) dan stres (74,2%). Masa hukuman penjara menunjukkan korelasi yang signifikan ($p < 0,05$) dengan depresi, stress, dan kecemasan. Banyaknya masalah-masalah yang dialami oleh narapidana akan memunculkan pikiran-pikiran negatif dan stres (Utami, 2019). Maka dapat disimpulkan bahwa narapidana wanita beresiko untuk mengalami stress, kecemasan dan depresi selama berada di lembaga permasyarakatan yang dipenuhi dengan berbagai permasalahan. Adanya dampak negatif yang ditimbulkan dari keadaan yang menekan dan permasalahan tersebut dikenal dengan *psychological distress*.

Kessler, at al., (2002) menjelaskan *psychological distress* adalah tidak stabilnya keadaan seseorang yang menyebabkan munculnya ketidaknyamanan emosi, kognisi, perasaan, dan perilaku individu seperti kecemasan, depresi, ketidakberhargaan diri, kelelahan, dan dorongan untuk selalu bergerak tanpa

istirahat. Mirowsky dan Ross (2003) juga berpendapat bahwa *psychological distress* adalah suatu keadaan subjektif yang tidak menyenangkan yang tergambar ke dalam dua bentuk utama yaitu depresi dan kecemasan.

Ketika seorang individu mengalami tindakan yang tidak menyenangkan, maka individu tersebut dapat menjaga atau mengatasi suatu stres yang dialaminya terutama distress dalam dirinya karena adanya faktor proteksi (Dalgard, 2006). Faktor proteksi dari suatu distress, yaitu; *forgiveness*, *self-esteem*, resiliensi, dan optimisme (Rey, Quintana-orts, dan Extremera, 2019). Optimisme menjadi salah satu faktor proteksi dari distress psikologis karena perannya dalam mengatasi kedua simtom yang ada pada distress psikologis yaitu depresi dan kecemasan. Goleman (1997) menyatakan bahwa seseorang yang menafsirkan hidup secara tidak optimis berdampak pada membesarnya rasa putus asa dan depresi. Selain itu, Hirsch (dalam Carver, 2014) mengatakan kalau kecemasan lebih besar ditemukan pada individu yang tingkat optimismenya rendah, dan tidak pada individu yang optimismenya tinggi. Dengan kata lain, optimisme dapat mempengaruhi tingkat depresi dan kecemasan pada individu yang senantiasa berpikir positif dan berorientasi pada hal baik yang akan terjadi, sedangkan individu yang berpikir secara tidak optimis cenderung lebih lambat dalam merespon usaha-usaha keluar dari masalah, bersikap pasrah, pasif, dan menyangkal (Van-Berkel, 2009).

Narapidana sering kali beranggapan bahwa dirinya berada di kondisi paling buruk serta menganggap hal tersebut sebagai suatu beban berat yang tidak mampu ditanggungnya. Saat narapidana mengalami stress dalam menjalani masa tahanannya merupakan kondisi dimana narapidana tidak mampu

menyeimbangkan perasaan yang dirasakan dengan situasi yang menuntutnya. Pada dasarnya stress sangat sulit dipisahkan dalam kehidupan individu karena stress menjadi bagian dari individu itu sendiri dalam menjalani kehidupan. Namun, ketika menghadapi berbagai permasalahan yang muncul seseorang akan dituntut untuk menghadapi suatu permasalahan secara efektif dan efisien. Bagaimana Cara pandang seorang individu tersebut dipengaruhi oleh tingkat optimisme yang ada dalam diri nya (Ekasari & Susanti, 2009).

Narapidana dikatakan optimis apabila dapat menghasilkan suatu hal yang lebih baik dari sebelumnya, berani menghadapi kegagalan, dan mau untuk mencoba kembali apabila mengalami kegagalan. Optimisme akan mendorong seseorang untuk berpikir positif tentang dirinya bahwa semua yang terjadi adalah yang terbaik. Bagaimana cara pandang seseorang terhadap stress dipengaruhi oleh seberapa besar optimisme yang berada di dalam diri seseorang (Ekasari & Susanti, 2009). Kenangan yang menyakitkan dan dorongan optimis dari pengalaman narapidana dapat membuat orang yang sedih atau depresi terus-menerus menjadi lebih bahagia, lebih kreatif dan produktif (Gert & Els, 2012). Sarafino (2017) mengemukakan bahwa orang yang optimis cenderung memiliki kebiasaan yang baik, memiliki kesehatan fisik dan mental yang baik, serta lebih cepat sembuh dari sakit.

Optimisme adalah keyakinan seseorang bahwa aktivitas yang dilakukan di masa depan akan memberikan hasil yang positif (Carver & Scheier, 2002). Orang yang optimis memiliki harapan positif tentang apa yang akan terjadi dalam hidup mereka dan cenderung memiliki harapan positif bahkan ketika mereka berada

dalam situasi yang buruk, menghadapi kemalangan, atau kesulitan (Scheier & Carver, 1985). Optimisme juga didefinisikan sebagai suatu keyakinan akan kehidupan yang lebih baik selanjutnya atau mengharapkan hal-hal baik dengan cara berfikir positif dan realistis seseorang dalam menghadapi kehidupan untuk mencapai hasil yang lebih baik dalam kehidupan berikutnya (Ekasari & Susanti, 2009). Berdasarkan penelitian Nadia (2021) mendapatkan hasil bahwa narapidana wanita di lembaga permasyarakatan klas IIB Padang memiliki sikap optimisme pada kategori tinggi sebesar 90,79% dalam memandang masa depan.

Adanya optimisme pada diri seseorang dapat berfungsi untuk menghindari depresi, stres, meningkatkan prestasi dan dapat memperkuat kesejahteraan fisik serta status mental yang lebih baik (Seligman, 2006). Selain itu, dengan mengontrol cara berpikir dan cara pandang ketika melihat sebuah kejadian yang terjadi dalam hidup optimisme dapat semakin tumbuh pada diri seseorang. Kejadian yang dikontrol tidak hanya yang positif saja melainkan juga terkait hal yang tidak diinginkan (hal-hal yang negatif). Hal ini karena optimisme pada dasarnya adalah energi positif yang ada dalam diri individu. Bagaimana cara pandang seseorang terhadap stress dipengaruhi oleh seberapa besar optimisme yang berada di dalam diri seseorang (Ekasari & Susanti, 2009).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ekasari dan Susanti (2009) yakni adanya hubungan negatif antara optimisme dengan stress yang dialami oleh narapidana dan berkorelasi sedang. Dapat dikatakan bahwa semakin tinggi optimisme seorang narapidana maka akan semakin rendah tingkat stress yang dialaminya. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Tanjung dkk. (2021)

menunjukkan hasil bahwa adanya hubungan negatif antara optimisme dan *psychological distress* yaitu stres, kecemasan dan depresi pada perawat. Hutapea dan Mashoedi (2019) juga mengatakan bahwa optimisme secara signifikan memiliki hubungan yang negatif dengan aspek-aspek *psychological distress* yaitu stress, depresi, dan kecemasan. Semakin tinggi tingkat optimisme seseorang, maka semakin rendah tingkat distres psikologisnya. Begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat optimisme yang ada pada diri seseorang, maka semakin tinggi tingkat distres psikologis.

Berdasarkan dari pemaparan permasalahan, teori, dan penelitian terdahulu yang telah dilakukan, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai pengaruh optimisme terhadap *psychological distress* pada narapidana wanita. Sejauh ini belum ada yang mengkaji pengaruh optimisme terhadap *psychological distress*. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul **“Pengaruh Optimisme terhadap *Psychological Distress* pada Narapidana Wanita di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIB Padang”**.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari pemaparan latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh optimisme terhadap *psychological distress* pada narapidana wanita di Lembaga Perasyarakatan Perempuan Klas IIB Padang?”.
.

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh optimisme terhadap *psychological distress* pada narapidana wanita di Lembaga Permasyarakatan Perempuan Kelas IIB Padang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu menambah ilmu pengetahuan dan memberikan sumbangan literatur mengenai pengaruh optimisme terhadap *psychological distress* pada narapidana wanita.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh berbagai pihak, yakni sebagai berikut:

1. Lembaga Permasyarakatan sebagai salah satu evaluasi untuk lebih meningkatkan dan menjaga kualitas hidup dan kesehatan mental narapidana wanita.
2. Ilmuan dan praktisi sebagai bahan acuan untuk penelitian selanjutnya.

1.5 Sistematika Penulisan

BAB I : Pendahuluan

Pada bab ini berisikan uraian mengenai latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, serta sistematika penulisan.

BAB II : Tinjauan Pustaka

Pada bab ini memaparkan mengenai teori-teori yang digunakan dalam penelitian, kerangka pemikiran, dan hipotesis.

BAB III : Metode Penelitian

Pada bab ini berisikan identifikasi variabel penelitian, definisi konseptual dan operasional, populasi, sampel, lokasi, instrumen, prosedur pelaksanaan penelitian, dan metode analisis data.

BAB IV : Hasil dan Pembahasan

Pada bab ini berisikan deskripsi dari data-data yang telah diperoleh dalam penelitian, hasil analisis data, dan pembahasan hasil penelitian.

BAB V : Penutup

Pada bab ini berisikan kesimpulan dari penelitian yang sudah dilakukan dan saran untuk penelitian selanjutnya.

