

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Kebutuhan setiap manusia terdiri dari kebutuhan biologis seperti makan, minum, serta tidur, dan kebutuhan sosial, seperti status sosial, peranan sosial, aktualisasi diri dan rasa aman. Menurut Maslow (dalam Muazaroh dan Subaidi, 2019) dalam teori hierarki kebutuhan manusia, rasa aman berada pada tingkatan yang kedua di bawah kebutuhan dasar manusia seperti sandang, pangan, papan, dan seksual. Hal ini menunjukkan bahwa rasa aman merupakan kebutuhan manusia yang penting.

Akan tetapi fakta di lapangan mengatakan bahwa rasa aman belum sepenuhnya terwujud dikarenakan masih adanya tindakan melanggar hukum sebagian orang yang mengusik rasa aman orang lain. Pelanggar hukum akan diadili di pengadilan yang pada akhirnya akan diputus hukumannya oleh hakim dengan diucapkan dalam sidang pengadilan terbuka, yang dapat berupa pemidanaan atau bebas lepas dari segala tuntutan hukum dalam hal serta menurut cara yang diatur dalam undang-undang (Pasal 1 Ayat 11 KUHAP). Seorang terpidana disebut dengan narapidana. Narapidana adalah Terpidana yang menjalani pidana hilang kemerdekaan (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2006 Tentang Pemasyarakatan ayat 3).

Narapidana menjalani hukuman di lembaga pemasyarakatan yang selanjutnya disebut dengan lapas, narapidana harus mengikuti aturan di lapas yang termasuk dalam sistem pemasyarakatan. Pemasyarakatan adalah kegiatan untuk melakukan pembinaan Warga Binaan Pemasyarakatan berdasarkan sistem, kelembagaan, dan cara pembinaan yang merupakan bagian akhir dari sistem pemidanaan dalam tata peradilan pidana (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2006 tentang Pemasyarakatan Pembinaan, pembimbingan kepribadian dan kemandirian berdasarkan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 31 tahun 1999 meliputi hal-hal yang berkaitan dengan : (1) ketaqwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa, (2) kesadaran berbangsa dan bernegara, (3) intelektual, (4) sikap dan perilaku, (5) kesehatan jasmani dan rohani, (6) kesadaran hukum, (7) reintegrasi sehat dengan masyarakat, (8) keterampilan kerja dan (9) latihan kerja dan produksi.

Dalam rangka pembinaan terhadap narapidana, dilakukan penggolongan atas dasar jenis kelamin, sehingga Pembinaan narapidana perempuan di lapas dilaksanakan di lapas wanita (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2006 Tentang Pemasyarakatan). Setiap wilayah tingkat satu di Indonesia, memiliki satu lapas wanita, Yogyakarta memiliki satu lapas wanita yakni Lapas Perempuan Kelas IIB Yogyakarta yang beralamat di Jalan MGR Sugio Pranoto Nomor 37A, Rejosari, Baleharjo, Wonosari, Gunung Kidul, Daerah Istimewa Yogyakarta, 55881. Saat ini per 24 Juni 2021 jumlah narapidana dilapas ini mencapai 98 orang. Di lapas inilah dilaksanakan pembinaan narapidana

perempuan yang dulu melanggar hukum di wilayah administratif Daerah Istimewa Yogyakarta.

Berbagai kegiatan terus berjalan di lingkungan lapas, baik petugas atau narapidana pun saling berinteraksi, sehingga muncullah berbagai permasalahan di lingkungan lapas. Seseorang yang berada di lapas berisiko tinggi mengalami masalah kejiwaan. Undang - Undang tentang Kesehatan Jiwa pasal 8 ayat 9, menjelaskan adanya upaya promosi kesehatan di lapas sebagai salah satu target promosi kesehatan jiwa dalam bentuk ; (1) peningkatan pengetahuan dan pemahaman warga binaan pemasyarakatan tentang kesehatan jiwa, (2) pelatihan kemampuan adaptasi dalam masyarakat, (3) menciptakan suasana kehidupan yang kondusif untuk kesehatan jiwa.

Narapidana perempuan mempunyai keistimewaan khusus yang tidak dimiliki oleh narapidana laki-laki seperti menstruasi, hamil, melahirkan dan menyusui dan kebutuhan spesifik perempuan ini seperti pemulihan kesehatan reproduksi, keluarga berencana, pelayanan untuk kehamilan dan masa melahirkan serta perawatan setelah mengalami kekerasan atau penyiksaan seksual (Utami, 2020)

Sutriyanto (2018) menyatakan bahwa narapidana perempuan menghadapi permasalahan lebih kompleks dibandingkan narapidana Pria, selain faktor fisik tetapi juga psikologis, narapida wanita cenderung sulit menerima kondisi yang terjadi, termasuk pemisahan dari keluarga dan sulit beradaptasi dengan lingkungan lapas, pengalaman trauma di masa lalu seringkali menjadi faktor yang

membuat perempuan cenderung memiliki tingkat permasalahan psikologis lebih tinggi. Kemampuan seseorang dalam beradaptasi dengan lingkungannya mempengaruhi kesehatan mental, jika adaptasi tersebut gagal maka akan mengakibatkan tekanan dalam hidupnya (Oltmanns dan Emery, 2013).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sabina dan Bringiwati (2017) tentang perempuan yang berada di lapas perlu mengembangkan mekanisme coping efektif diketahui bahwa ada beberapa permasalahan yang dialami oleh narapidana perempuan, yakni depresi, stres, kecewa, kejenuhan dan kecemasan, hal ini terjadi karena ada pembatasan gerak narapidana wanita di dalam lapas, hasil penelitian ini melibatkan 51 subjek dan didapatkan data bahwa Perempuan yang mengungkapkan pikirannya 70,6% , perasaan 76,5%, respon tindakan 31,4 %, data ini bersifat beririsan dan menunjukkan kemampuan coping narapidana wanita yang berguna untuk mereduksi depresi, stres, kecewa, kejenuhan dan kecemasan.

Peneliti melakukan wawancara pada tanggal pada tanggal 1 Mei 2021 dengan tiga petugas kesehatan dan pembinaan untuk mengetahui kondisi aktual di Lapas Perempuan Kelas IIB Yogyakarta, Perawat pertama mengatakan bahwa sekitar enam puluh narapidana memiliki penyakit seperti vertigo, darah rendah, darah tinggi yang disertai dengan indikasi-indikasi yang mengarah kepada kecemasan, perawat kedua menambahkan bahwa memiliki permasalahan yang menyebabkan narapidana harus masuk ke lapas, sehingga secara beban permasalahan memang berbeda dengan masyarakat di luar lapas, ditambah lagi peraturan yang diterapkan di lapas yang berupa terbatasnya ruang gerak

narapidana. Perawat menyatakan bahwa banyak narapidana yang terlihat menunjukkan gejala-gejala depresi, seperti suka menyendiri, mudah jatuh sakit saat permasalahan kecil ada, merasa gagal dalam menjalani hidupnya, menjadi orang yang tidak berguna dan terbuang dikeluarga dan masyarakat. Kemudian perawat pertama menambahkan pernyataannya lagi bahwa ada beberapa narapidana yang mudah sekali tersulut amarahnya, baik dengan teman sekamar maupun teman antar kamar, terlebih narapidana narkoba yang pernah mengkonsumsi bahkan kecanduan narkoba sehingga mempengaruhi kemampuan mengendalikan emosi dan melakukan penalaran terhadap permasalahan. Seorang petugas pembinaan menyatakan bahwa untuk mengalihkan rasa ketersendirian, kejenuhan, dan mengisi hari-hari di lapas, maka narapidana wajib mengikuti kegiatan pembinaan keagamaan dan kepribadian. Berdasarkan uraian ini dapat diketahui bahwa masalah depresi, stres dan kecemasan merupakan permasalahan yang terjadi di lapas perempuan, banyak hal negatif jika permasalahan ini dibiarkan begitu saja, diantaranya, keamanan lapas akan goyah sehingga proses pembinaan dan kegiatan kerja tidak akan berjalan dengan lancar.

Oltmanns dan Emery (2013) menyatakan bahwa depresi, kecemasan dan stres merupakan bahasan yang sangat penting, ketika depresi mencapai tingkat yang lebih tinggi akan menginterferensi kemampuan seseorang untuk menjalankan fungsi dan menikmati hidupnya, depresi juga merupakan penyebab utama disabilitas diseluruh dunia jika ditinjau berdasarkan waktu yang dijalani oleh penyandang disabilitas, stres dengan kadar berlebih akan mengganggu kegiatan harian.

Shankman dan Klen (dalam Oltmanns dan Emery 2013) menyatakan bahwa banyak pasien yang depresi juga mengalami kecemasan, banyak pasien yang cemas juga mengalami depresi. Kecemasan tidaklah menyenangkan, tetapi dengan kecemasan manusia akan semakin adaptif, kita akan kesulitan mengatur hidup jika kecemasan sama sekali tidak ada, namun kecemasan yang berlebihan akan mengganggu hidup (Oltmanns dan Emery 2013).

DSM-IV-TR mengelompokkan kecemasan dengan stres dalam satu rumpun. Oltmanns dan Emery (2013) menyebutkan bahwa stres merupakan fakta dalam kehidupan sehari-hari yang tidak terhindarkan dan tidak diinginkan, beberapa *stresor* bersifat sangat berbahaya jika disertai dengan komplikasi, bahkan dapat membahayakan jiwa.

Oltmanns dan Emery (2013) menguraikan bahwa stres, kecemasan, dan depresi, memiliki pengertian yang berbeda, stres merupakan reaksi pertahanan diri ketika berada dalam situasi yang penuh tekanan yang dirasa sebagai *stresor* atau sumber penyebab stres dari aktivitas hidup keseharian, stres sebenarnya merupakan bagian dari insting manusia untuk tetap hidup dengan adaptif terhadap lingkungannya. Kemudian Kecemasan dimaknai sebagai respon lanjutan atas adanya stres, *stresor* yang hadir kemudian menjadi stres, jika stres dimaknai oleh psikologis individu sebagai bentuk kekuatiran, ketakutan atas hal buruk yang akan terjadi yang bersifat tidak masuk akal atau ketakutan dari segala macam hal yang dianggap sebagai ancaman besar, padahal tidak menimbulkan bahaya nyata

dan bisa terjadi bertahuntahun, Kecemasan dan stres bisa mereda saat permasalahan diselesaikan. Sementara itu, depresi merupakan sebuah penyakit mental yang ditandai dengan memburuknya suasana hati, stamina, perasaan, selera makan, pola tidur, dan tingkat konsentrasi. Dibandingkan dengan stres, depresi lebih intens dan terjadi setidaknya dua minggu dan bisa terjadi bertahuntahun depresi menyebabkan perubahan drastis suasana hati sehingga menyebabkan penderita putus asa, menderita, bahkan enggan melanjutkan hidupnya.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti memutuskan untuk meneliti depresi, kecemasan dan stres pada narapidana perempuan di Lapas Perempuan Kelas IIB Yogyakarta.

Pertama, peneliti akan membahas depresi, depresi menurut (Lovibond dan Lovibond, 2006) adalah suasana perasaan negatif yang melihat sekelilingnya dengan pandangan negatif, tidak tertarik dengan lingkungan hidup, mencari-cari celah untuk mencari kekurangan diri dan lingkungan. Depresi merupakan suasana perasaan negatif yang merupakan kombinasi simtom emosional, simtom kognitif, simtom somatik dan simtom perilaku (Oltmanns dan Emery, 2013) dalam porsi yang tepat keempat simtom tersebut sebenarnya berguna dalam kehidupan, karena dengan ketiga hal tersebut manusia dapat merespon keadaan lingkungan yang membutuhkan kewaspadaan, namun jika porsi dari keempat simtom berlebihan akan mengakibatkan depresi (Oltmanns dan Emery, 2013). Terdapat tujuh indikator depresi menurut Lovibond dan Lovibond (2006), yakni : (1) *Adhedonia*,

(2) evaluasi kehidupan (3) *dysphoria*, (4) keputusasaan, (5) Inersia, (6) Kurangnya minat / keterlibatan, (7). Penghinaan diri.

Berdasarkan laporan hasil Riskedas Kementerian Kesehatan (2018) diketahui bahwa secara nasional depresi pada wanita dengan angka 7,4%, sedangkan pria mengalami depresi dengan angka 4,7%. Sedangkan depresi pada wanita di D.I.Y mencapai 6,71%, dan depresi pada pria mencapai 4,22%. Hal ini menunjukkan bahwa wanita mengalami depresi lebih tinggi dari pada pria. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Safitri dan Andriyani (2019) tentang gambaran tingkat depresi warga binaan pemasyarakatan perempuan menjelang bebas di Lapas Wanita Semarang, diketahui bahwa 32,4% tidak depresi, 14,7% depresi ringan, 44,1% depresi sedang, dan 8,8% depresi berat. Sehingga dapat ditarik kesimpulan sementara bahwa kemungkinan narapidana wanita di lapas lain juga mengalami depresi.

Peneliti melakukan wawancara pada tanggal 20 Maret 2021 dengan enam orang narapidana untuk mengamati indikator yang membuktikan bahwa narapidana perempuan mengalami gejala depresi, mereka menyatakan bahwa mereka merasa putus asa terhadap jalan hidupnya, hidup di lapas terasa sangat lama, mereka membayangkan masa lalu kelamnya, mereka merasa dirinya tidak berguna bagi keluarga jika tetap disini dan merasa malas mengikuti setiap kegiatan yang ada, yang ada adalah bayangan ingin segera bebas.

Berdasarkan wawancara tersebut, ternyata terbukti bahwa narapidana perempuan di Lapas Perempuan Kelas IIB Yogyakarta mengalami gejala depresi

dengan melihat perilaku yang muncul, berdasarkan indikator-indikator yang telah dikemukakan oleh Lovibond dan Lovibond (2006).

Oltmanns dan Emery (2013) menyatakan bahwa depresi merupakan bahasan yang sangat penting, ketika depresi mencapai tingkat yang lebih tinggi akan menginterferensi kemampuan seseorang untuk menjalankan fungsi dan menikmati hidupnya, dan sebaliknya, dengan depresi yang rendah, seseorang berpeluang menjalankan fungsi dan menikmati hidupnya.

Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 31 Tahun 1999 tentang pembimbingan kepribadian dan kemandirian, disebutkan bahwa salah satu dari fungsi sistem masyarakat adalah melakukan pembinaan dan pembimbingan kepribadian narapidana. Depresi mengakibatkan perubahan dalam berpikir dan berperilaku (Oltmanns dan Emery, 2013). Dengan kondisi kejiwaan yang sehat tanpa depresi diharapkan narapidana perempuan dapat mengikuti program pembimbingan kepribadian dengan baik, namun pada kenyataannya indikasi-indikasi yang terlihat menunjukkan depresi terjadi pada narapidana perempuan, sehingga dikuatirkan akan menghambat proses pembinaan kepribadian narapidana.

Terdapat kasus kematian narapidana perempuan di Lapas Kelas IIA Sidoarjo atas nama, menurut kepala seksi pembinaan dan anak didik lapas tersebut, Novita mengalami depresi berat seperti orang gila, kesehatannya menurun setelah divonis bersalah dalam kasus penggelapan, ditambah kasus serupa yang masih dalam penyidikan, dirinya meninggal di RSUD (Hurek, 2017).

Berdasarkan kasus tersebut dapat diketahui bahwa depresi dapat menyebabkan turunnya kesehatan bahkan sampai mengakibatkan kematian, oleh karena itu, penting untuk mengetahui tingkatan depresi narapidana perempuan untuk mencegah atau menanggulangi hal-hal yang tidak diinginkan. Ketika depresi mencapai tingkat yang lebih tinggi akan menginterferensi kemampuan seseorang untuk menjalankan fungsi dan menikmati hidupnya, depresi juga merupakan penyebab utama disabilitas diseluruh dunia jika ditinjau dari waktu yang dijalani (Oltmanns dan Emery 2013).

Menurut Oltmanns dan Emery (2013) terdapat dua faktor pemicu depresi, yakni (1) faktor psikologis yang berkombinasi dengan peristiwa hidup yang *stressful* memicu depresi dan (2) faktor biologis, ialah faktor terlibat dalam munculnya gangguan suasana perasaan, studi dengan menggunakan pasangan kembar monozigotik menunjukkan bahwa lingkungan mempengaruhi ekspresi kerentanan terhadap depresi yang ditentukan secara genetik.

Sutriyanto (2018) menyatakan bahwa Perempuan yang memiliki pengalaman trauma di masa lalu seringkali membuat perempuan cenderung memiliki tingkat permasalahan psikologis yang lebih tinggi. Kemampuan seseorang dalam beradaptasi dengan lingkungannya mempengaruhi kesehatan mental, jika adaptasi tersebut gagal maka akan mengakibatkan tekanan dalam hidupnya (Oltmanns dan Emery, 2013).

Depresi mengakibatkan perubahan dalam berpikir dan berperilaku, depresi terjadi karena keputusasaan dan kekecewaan, seseorang kesulitan dalam

memahami di titik mana ketika kesedihan yang biasa berubah menjadi depresi, karena seseorang mengalami peralihan emosi sedikit demi sedikit hingga beban akan kesedihan bertambah semakin berat hingga di titik yang disebut dengan depresi (Oltmanns dan Emery, 2013). Masalah kesehatan di lapas perempuan menjadi isu penting yang berkaitan dengan pelayanan kesehatan di lapas sebelum kesehatan semakin memburuk dan terakumulasi menjadi penyakit yang lebih parah dan berakibat pada terjadinya depresi yang menyebabkan penyakit (Utami, 2020).

Arron T. Beck (dalam Oemarjoedi, 2017) menyatakan bahwa pendekatan teori kognitif menyatakan bahwa depresi terjadi sebagai akibat adanya *negative cognition set* sebagai suatu yang bertentangan pada individu, sehingga menimbulkan *self esteem* yang rendah yang mengakibatkan timbulnya anggapan yang salah, pesimis dalam menghadapi permasalahan dalam hidupnya. Mayoritas narapidana perempuan merasa kurang percaya diri dengan identitasnya, kekuatiran tersebut muncul saat menjelang bebas, terutama berkaitan dengan anggapan buruk masyarakat kepada dirinya (Sumaraw, 2013)

Banyak pasien yang depresi juga mengalami kecemasan, banyak pasien yang cemas juga mengalami depresi, gangguan kecemasan memiliki beberapa persamaan penting dengan gangguan suasana-perasaan depresi, keduanya didefinisikan dengan respon emosional negatif, seperti rasa bersalah, kekuatiran dan kemarahan. ketiganya sering menyertai kecemasan dan depresi (Shankman dan Klen dalam Oltmanns dan Emery 2013). Depresi sering bersamaan dengan gejala kecemasan (WHO, 2012).

Menurut Lovibond dan Lovibond (2006) kecemasan adalah suatu keadaan negatif pada seseorang yang ditandai oleh adanya rangsangan saraf otonom, respon otot rangka, kecemasan situasional dan perasaan cemas yang subyektif. Kecemasan adalah sesuatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental, kesukaran dan tekanan yang menyertai konflik atau ancaman (Muchlas dalam Ghufron dan Risnawita, 2017). Kecemasan adalah peringatan dini bagi seseorang akan adanya bahaya. Ia merupakan isyarat bagi ego bahwa ia harus melakukan tindakan-tindakan tepat, agar bahaya itu tidak mengalahkannya (Ekawarna, 2018). Terdapat empat indikator kecemasan menurut Lovibond dan Lovibond (2006), yakni : (1) *autonomis arousal*, (2) kecemasan situasional, (3) efek otot rangka, (4) pengalaman subyektif kecemasan.

Sebagai sampel, peneliti menemukan dua penelitian terkait dengan tingkat kecemasan narapidana perempuan dalam penelitian Tingkat Kecemasan Narapidana Wanita di Lapas Kendari yang dilakukan oleh Hadi, Rosyanti dan Sri (2017) didapatkan Presentase tingkat kecemasan narapida wanita yakni : (1) Tingkat kecemasan ringan 16,66 %, (2) Tingkat kecemasan sedang 50,00% dan (3) Tingkat kecemasan berat 33,33%. Terdapat pula penelitian yang dilakukan oleh Mandira, Marjohan dan Fernandes (2017) diketahui bahwa kecemasan narapidana wanita di Sumatera Barat sebesar 53,8% memiliki kecemasan sedang dan sebesar 46,3% memiliki kecemasan ringan tanpa narapidana wanita yang mengalami kecemasan berat. Berdasarkan data tersebut, dapat ditarik kesimpulan sementara bahwa terjadi kecemasan pada narapidana wanita di lapas lain sehingga peneliti melakukan wawancara sebagai langkah lanjutan.

Peneliti melakukan wawancara pada tanggal pada tanggal 20 Maret 2021 dengan enam orang narapidana untuk membuktikan bahwa narapidana perempuan mengalami gejala kecemasan, mereka menyatakan bahwa disaat mereka berada disituasi saat tertangkap polisi atau didatangi korban kejahatan maka rasa bersalah diiringi dengan tangisan muncul, jika sudah seperti itu maka tubuh merasa lemah tidak berenergi, merasa tidak sanggup menjalani hari-harinya di lapas, hal itu secara otomatis membuat nafas terasa berat, detak jantung lebih cepat. Mereka merasa lebih baik memperbanyak aktifitas di sel hunian apabila bayangan seperti itu sudah hadir,

Berdasarkan wawancara tersebut, ternyata terbukti bahwa narapidana perempuan di Lapas Perempuan Kelas IIB Yogyakarta mengalami gejala kecemasan dengan melihat perilaku yang muncul, berdasarkan indikator-indikator yang telah dikemukakan oleh Lovibond dan Lovibond (2006).

Kecemasan memainkan peranan penting dalam kehidupan, kecemasan fokus pada masa yang akan datang, bukan sekarang, contohnya jika cemas menghadapi suatu peristiwa yang akan datang, maka jantung akan berdegup kencang, mulut akan mongering, napas semakin cepat, kecemasan tidaklah menyenangkan, tetapi dengan kecemasan manusia akan semakin adaptif, kita akan kesulitan mengatur hidup jika kecemasan sama sekali tidak ada, namun kecemasan yang berlebihan akan mengganggu hidup (Oltmanns dan Emery, 2013).

Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 31 Tahun 1999 tentang pembimbingan kepribadian dan kemandirian, disebutkan bahwa salah satu dari fungsi sistem pemasyarakatan adalah melakukan pembinaan dan pembimbingan kepribadian narapidana. Dengan kondisi kejiwaan yang sehat diharapkan narapidana perempuan dapat mengikuti program pembimbingan kepribadian dengan baik, namun pada kenyataannya indikasi-indikasi yang terlihat menunjukkan gejala kecemasan diatas normal terjadi pada narapidana perempuan, sehingga berpotensi menghambat proses pembinaan kepribadian narapidana.

Dalam penelitian Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Warga Binaan Wanita Menjelang Bebas di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Klas IIA Bandung yang dilakukan oleh Utari, Fitria dan Rafiyah (2012) didapatkan hasil bahwa tingkat kecemasan narapidana wanita menjelang bebas dilapas tersebut sebesar 34% memiliki kecemasan ringan, sebesar 28% kecemasan sedang dan 38% kecemasan berat. Hal ini menunjukkan bahwa narapidana wanita dilapas tersebut mengalami kecemasan saat menjelang bebas, sehingga kecemasan penting untuk diatasi saat narapidana wanita akan bebas.

Menurut Adler dan Rodman (dalam Ghufron dan Risnawati, 2017) terdapat dua faktor yang menyebabkan kecemasan, yakni : (1) Pengalaman negatif pada masa lalu yang berkaitan dengan pengalaman yang tidak menyenangkan. (2) Pikiran yang tidak rasional mengenai suatu kejadian.

Kecemasan memainkan peranan penting dalam kehidupan, kecemasan fokus pada masa yang akan datang, bukan sekarang, kecemasan tidaklah

menyenangkan, tetapi dengan kecemasan manusia akan semakin adaptif, manusia akan kesulitan mengatur hidup jika kecemasan sama sekali tidak ada, namun kecemasan yang berlebihan akan mengganggu hidup (Oltmanns dan Emery, 2013). Kecemasan berlebih pada Narapidana wanita terjadi karena kekuatiran terhadap keluarga dirumah, penerimaan keluarga dan lingkungannya setelah bebas, dan kuatir dengan kondisi ekonomi saat bebas (Sumaraw, 2013)

Kecemasan terjadi karena persepsi akan rasa takut yang berlebihan terhadap suatu peristiwa atau objek yang belum terbukti berbahaya untuk dirinya, seseorang dapat merasakan situasi penuh ketakutan, namun terkadang tidak bisa mengidentifikasi penyebabnya, penyebab ketakutan itu terkadang tidak jelas atau samar-samar (Ekawarna, 2018). Narapidana wanita sering membayangkan kondisi buruk terjadi pada keluarganya dirumah, anak sakit, suami sakit atau bahkan ditinggalkan suami dengan wanita lain (Sumaraw, 2013)

Menurut Frued (dalam Ekawarna, 2018) kecemasan terjadi karena tuntutan *id* kontra dengan *superego*, sedangkan *ego* sebagai mediator diantara keduanya, konflik sering muncul ketika pola *ego* berekonsiliasi dengan tuntutan-tuntutan *id* dan *superego*, dimana konflik ini menimbulkan kecemasan. Narapidana perempuan menganggap bahwa kondisi keluarga di rumah merupakan prioritasnya, namun apa daya, terbatasnya pertemuan saat besukan membuat narapidana perempuan tidak bisa memastikan kondisi keluarga setiap saat (Sumaraw, 2013).

Ellis dalam Adler dan Rodman (1991) menyatakan bahwa kepercayaan atau keyakinan kecemasan sebagai contoh dari pikiran tidak rasional, yaitu kegagalan katastrofik, kesempurnaan, persetujuan, dan generalisasi yang tidak tepat terhadap suatu peristiwa atau suatu kondisi yang dialami.

DSM-IV-TR mengelompokkan kecemasan dengan stres dalam satu rumpun. Menurut Lovibond dan Lovibond (2006) stres adalah suatu respon emosi yang muncul akibat kejadian-kejadian yang menekan dalam hidup individu. Saat stres individu cenderung menjadi lebih mudah marah, sulit untuk menenangkan diri, dan menjadi tidak sabar dalam menghadapi berbagai situasi. Stres dirasakan saat manusia berada dalam keadaan yang dirasa menantang sehingga membutuhkan adaptasi fisiologis, yang meliputi perubahan fisik, baik fungsi maupun kebiasaan yang terjadi sehari-hari sebagai respon dari keadaan tegang dan menantang, adaptasi kognitif yang meliputi kemampuan belajar, berfikir atau kemampuan untuk mempelajari keterampilan atau konsep baru, kemampuan untuk memahami apa yang terjadi di lingkungan maupun di sekitarnya, dan juga kemampuan daya ingat, adaptasi perilaku yakni respon terhadap keadaan lingkungan misalkan respon terhadap suhu dingin dengan memakai pakaian penghangat (Oltmanns dan Emery, 2013).

Stres merupakan bagian dari kehidupan umat manusia dan semua orang dipastikan pernah mengalami stres walaupun volume, intensitas, dan tingkat keseringannya berbeda-beda. Stres menggambarkan gejala situasi yang menegangkan, yaitu merasa cemas, merasa tertekan, maupun mengalami sakit

kepala atau serangan panik. Stres dijelaskan dari segi perasaan dan reaksi yang dialami individu (Ekawarna, 2018).

Terdapat empat indikator stres menurut Lovibond dan Lovibond (2006), yakni : (1) Menjadi Mudah Kesal / Agitated, (2) Kesulitan Bersantai, (3) Mudah tersinggung / Terlalu Reaktif dan Tidak Sabar, (4) Gugup.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Anggraini, Hadiati, dan Sarjana tentang perbedaan tingkat stres dan tingkat resiliensi narapidana yang baru masuk dengan narapidana yang akan segera bebas (studi pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Wanita Semarang) diketahui bahwa tingkat stres narapidana yang baru masuk 87,5% normal dan 12,5% ringan, sedangkan tingkat stres narapidana yang segera bebas 85% ringan dan 15% sedang. Kemudian untuk mengetahui kondisi terkini Lapas Perempuan Kelas IIB Yogyakarta maka peneliti melakukan wawancara.

Peneliti melakukan wawancara pada tanggal pada tanggal 20 Maret 2021 dengan enam orang narapidana untuk membuktikan bahwa narapidana perempuan mengalami gejala stres, mereka menyatakan bahwa mereka sebenarnya di dalam lapas itu sudah disediakan seluruh fasilitas mulai dari kesehatan, kegiatan keagamaan bahkan makan pun selalu ada dengan menu yang bervariasi, seharusnya hidup tinggal bersantai namun tetap saja tidak bisa demikian, bayang-bayang kecuatiran itu selalu ada, misalkan saja rindu dengan keluarga dirumah, dan mudah bagi narapidana merasa tersinggung dengan perkataan narapidana lain yang mengungkit kasusnya, jika narapidana berhadapan

dengan petugas yang memiliki *track recor* tegas maka rasa grogi, salah tingkah akan muncul.

Berdasarkan wawancara tersebut, ternyata terbukti bahwa narapidana perempuan di Lapas Perempuan Kelas IIB Yogyakarta mengalami gejala stres. dengan melihat perilaku yang muncul, berdasarkan indikator-indikator yang telah dikemukakan oleh Lovibond dan Lovibond (2006).

Seseorang seharusnya mampu belajar cara-cara yang adaptif untuk menghadapi beban stres supaya stres tidak terjadi kembali yang menyebabkan penyakit-penyakit fisik (Snyder, 1999 dalam Oltmanns dan Emery, 2013), namun kenyataannya, stres merupakan fakta dalam kehidupan sehari-hari yang tidak terhindarkan dan tidak diinginkan, beberapa stresor bersifat sangat berbahaya jika disertai dengan komplikasi, bahkan dapat membahayakan jiwa (Oltmanns dan Emery 2013). Begitu pun di lapas, indikasi-indikasi telah menggambarkan bahwa narapidana mengalami gejala stres.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Akmalunnafis (2018) tentang hubungan antara tingkat stres narapidana wanita dengan cara menerima keadaan diri di cabang Rumah Tahanan Negara Lhoknga Banda Aceh, hasilnya menunjukkan hubungan negatif yang signifikan, hal ini menunjukkan bahwa pentingnya meregulasi stres untuk meningkatkan penerimaan keadaan diri pada narapidana perempuan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sulistyawati (2017) tentang hubungan stres dengan konsep diri narapidana wanita di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIB Yogyakarta, hasilnya negatif yang

signifikan, hal ini menunjukkan pentingnya mengelola stres untuk memantapkan konsep diri pada narapidana wanita. Oltmanns dan Emery (2013) menyatakan bahwa stres dapat menyebabkan penyakit, dengan demikian stres penting untuk ditangani.

Oltmanns dan Emery (2013) menyatakan bahwa ada tiga faktor penyebab stres, yakni ; (1) faktor social yang berhubungan dengan dukungan social, (2) faktor biologis yang berhubungan dengan keadaan otak, dan (3) faktor psikologis yang meliputi *classical conditioning* dan *operan conditioning*.

Saat stres individu cenderung menjadi lebih mudah marah, sulit untuk menenangkan diri, dan menjadi tidak sabar dalam menghadapi berbagai situasi. Stres dirasakan saat manusia berada dalam keadaan yang dirasa menantang sehingga membutuhkan adaptasi fisiologis, yang meliputi perubahan fisik, baik fungsi maupun kebiasaan yang terjadi sehari-hari sebagai respon dari keadaan tegang dan menantang, adaptasi kognitif yang meliputi kemampuan belajar, berfikir atau kemampuan untuk mempelajari keterampilan atau konsep baru, kemampuan untuk memahami apa yang terjadi di lingkungan maupun di sekitarnya, dan juga kemampuan daya ingat, adaptasi perilaku yakni respon terhadap keadaan lingkungan misalkan respon terhadap suhu dingin dengan memakai pakaian penghangat (Oltmanns dan Emery, 2013).

Menurut Holmes dan Rahe (dalam Ekawarna, 2017) menyatakan bahwa perubahan hidup yang signifikan dalam situasi pribadi merupakan sumber stres, kemudian dari stres dapat menyebabkan penyakit. Sementara itu, seseorang

mengalami perubahan dari kehidupan bebas diluar lapas menjadi orang dengan status narapidana di lapas dengan berbagai keterbatasan gerak dapat menjadi salah satu sumber stres. Stres dapat menyebabkan penyakit, dengan demikian stres penting untuk ditangani (Oltmanns dan Emery, 2013)

Ketidakmampuan dalam beradaptasi dilingkungan lapas menyebabkan narapidana perempuan menjadi pemicu timbulnya stres. Stres terjadi karena kurangnya kemampuan adaptasi manusia terhadap peristiwa yang terjadi di lingkungannya yang dirasa sebagai ancaman dan tantangan (Oltmanns & Emery, 2013). Salah satu cara untuk mereduksi stres adalah melakukan gerakan-gerakan fisik untuk meredakan ketegangan otot (Ekawarna, 2018).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa narapidana perempuan mengalami gejala depresi, kecemasan dan stres sesuai dengan indikator depresi, kecemasan dan stres yang dikemukakan oleh Lovibond dan Lovibond (2006). Dengan mengetahui tingkatan dan Presentasinya maka dapat digunakan sebagai acuan bagi instansi terkait yakni lapas untuk mengadakan program-program pembinaan mental untuk narapidana perempuan, sehingga didapatkan hasil yang lebih optimal.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana tingkat depresi, kecemasan dan stres pada narapidana perempuan di Lapas Perempuan Kelas IIB Yogyakarta?”

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat depresi, kecemasan dan stres pada narapidana perempuan di Lapas Perempuan Kelas IIB Yogyakarta.

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1) Manfaat Teoritis Penelitian :

Manfaat Teoritis dari penelitian diharapkan dapat memberi kontribusi dalam pengembangan keilmuan psikologi khususnya psikologi sosial dan klinis kaitannya dengan tingkat depresi, kecemasan dan stres pada narapidana perempuan di Lapas Perempuan Kelas IIB Yogyakarta.

2) Manfaat Praktis Penelitian :

Manfaat Praktis dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai tingkat depresi, kecemasan dan stres pada narapidana perempuan di Lapas Perempuan Kelas IIB Yogyakarta, sehingga pihak lapas dapat menyusun strategi lanjutan untuk mengatasi permasalahan psikologistersebut.

