

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehidupan tahanan di Rumah Tahanan merupakan konsekuensi yang harus dijalani atas pelanggaran hukum yang mereka lakukan (Batara & Kristianingsih, 2020). Rumah Tahanan Negara atau disebut juga Rutan menurut Permenkumham Nomor 35 tahun 2018 adalah lembaga masyarakat yang memiliki fungsi untuk memfasilitasi dan memberikan pelayanan kepada tahanan. Rutan dihuni oleh tahanan yang berstatus terdakwa yakni tersangka yang diselidiki, diberikan tuntutan, dan diperiksa di pengadilan (Saefudin, 2020). Sebelum ditetapkan sebagai narapidana, seorang yang terindikasi melakukan tindak pidana terlebih dahulu melalui proses penangkapan dan penahanan. Tersangka atau terdakwa ditahan di tempat tertentu oleh penyidik (polisi), penuntut umum, atau hakim yang ditetapkan oleh undang-undang (Pasal 1 ayat 21 KUHP). Vonis hukuman yang belum ditetapkan inilah yang menyebabkan tahanan mengalami ketidakpastian terkait apa yang akan terjadi kedepannya dan apakah mereka akan diterima oleh masyarakat terutama orang-orang yang mereka kenal (Rizaldi, 2022).

Bentuk hukuman berupa penahanan ini adalah isolasi atau pemisahan tahanan dari masyarakat umum. Pemberian hukuman penjara pada dasarnya merampas kebebasan pribadi tahanan, menyebabkan mereka kehilangan beberapa aspek kehidupan, termasuk hilangnya otonomi, hilangnya barang dan jasa, hilangnya rasa aman, dan hilangnya hubungan interpersonal (Qoyyum & Lia, 2021) dalam (Melati & Wibowo, 2023). Salah satu hal mengkhawatirkan adalah infrastruktur penjara kita dirancang untuk menghukum, melemahkan, dan menurunkan motivasi individu tanpa memperhatikan kondisi psikologis dan kebutuhan dukungan psikologis mereka. Penting untuk diingat bahwa orang tidak dimasukkan ke penjara sebagai hukuman, bukan untuk hukuman (Saeed et al., 2021).

Pemberian hukuman atau *punishment* berupa penahanan bertujuan untuk memberikan efek jera kepada pelaku pelanggaran hukum (Monza, 2016). Pemberian hukuman ini dilakukan sebagai bentuk konsekuensi langsung kepada individu yang berperilaku menyimpang dengan harapan perilaku tersebut dapat menurun frekuensinya dan bahkan dapat dihilangkan. Perlu diperhatikan, pemberian hukuman memiliki efek samping yang dapat berdampak buruk bagi penerima, diantaranya yaitu perilaku agresif, perilaku emosional, perilaku menghindar, dan dibutuhkannya hukuman yang lebih berat apabila hukuman yang diberikan tidak menghilangkan perilaku menyimpang (Martin, 2015). Oleh karena itu sistem pemasyarakatan bertujuan untuk mempersiapkan warga binaan pemasyarakatan agar dapat diterima dan berintegrasi dengan masyarakat di lingkungannya, sehingga mereka dapat berperan sebagai bagian dari masyarakat sebagai masyarakat yang bebas dan bertanggung jawab (Saefudin, 2020).

Menurut pernyataan kepala seksi pelayanan tahanan pada bulan Mei 2023, aktivitas keseharian tahanan di rutan diatur sesuai dengan aturan serta jadwal yang telah ditetapkan oleh Rutan. Sebagian besar aktivitas yang ada seperti waktu makan, berolahraga, dan apel. Pada hari tertentu tahanan wajib mengikuti kegiatan yang diadakan pihak rutan diantaranya pembinaan rohani, penampilan musik oleh tahanan/narapidana, dan senam. Beberapa aktivitas yang diadakan oleh pihak Rutan tersebut tidak serta merta membuat tahanan terhindar dari stres. Menurut wawancara peneliti kepada dokter dan perawat klinik Rutan pada tanggal 10 Mei 2023, keluhan tahanan selain dari kondisi di Rutan yang belum memadai, mereka seringkali teringat kepada keluarga dan kerabat di rumah yang membuat mereka stres. Bahkan terdapat tahanan yang mengalami stres berat hingga harus menjalani perawatan di klinik Rutan yang disebabkan oleh rasa rindunya kepada keluarga. Setiap tahanan juga berhak atas pelayanan kesehatan fisik dan psikologis yang memadai sebagaimana diatur dalam UU No. 22 tahun 2022 dan Standar Pelayanan Kesehatan Mental/Jiwa di Lapas, Rutan, dan RS Pengayoman. Dalam pelaksanaannya, di dalam Rutan sudah terdapat poliklinik untuk memfasilitasi pelayanan kesehatan fisik tahanan, namun pelayanan kesehatan mental tahanan belum terfasilitasi dengan maksimal dikarenakan sumber daya manusia sebagai

pelaksana belum sesuai dengan standar yang ditentukan oleh Kemenkes dan Ditjen Pemasyarakatan, salah satunya adalah tidak adanya psikolog klinis di Rutan kelas I Depok. Adanya psikolog klinis pada tingkat kantor wilayah masih belum bisa memenuhi kebutuhan setiap Lapas dan Rutan masing-masing wilayah, hal ini menyebabkan pelayanan dan rehabilitasi psikologis belum dapat berjalan secara maksimal (Saefudin, 2020).

Tahanan merupakan kelompok rentan dengan kebutuhan kesehatan yang beragam dan lebih kompleks dibandingkan dengan masyarakat pada umumnya (Hewson et al., 2020). Kothari dkk. (2020) menyebutkan bahwa tahanan yang menderita gangguan mental, gangguan perkembangan saraf, dan penyalahgunaan zat semakin banyak dibandingkan dengan dunia luar. Isolasi sosial, ketidakcocokan tahanan, lingkungan yang tidak ramah, dan keterbatasan dalam berhubungan dengan teman, keluarga, dan orang lain, serta kurangnya dorongan merupakan hal yang dapat memicu gangguan psikologis salah satunya adalah stres pada tahanan (Susilawati, 2014). Stres merupakan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan yang melibatkan perubahan respons biokimia, fisiologis, kognitif, dan perilaku yang dapat diprediksi dengan tujuan mengubah atau membiarkan peristiwa stres itu begitu saja (Taylor, 2018). Stres juga dapat dikatakan sebagai prediktor utama kesehatan mental yang buruk (Charles et al., 2013). Stres dapat terjadi kepada siapa saja, termasuk pada tahanan dan narapidana yang berada di Lembaga Pemasyarakatan (Pamungkas, Kurniawan Tri. M, 2022).

Stres pada tingkat rendah memiliki manfaat dan mungkin menyehatkan. Stres dapat membantu tubuh tetap waspada dan aktif, tetapi stres yang berkepanjangan atau intens dapat melemahkan kemampuan dan menyebabkan masalah emosional, seperti kecemasan atau depresi. Stres fisik dapat menyebabkan kelelahan atau sakit kepala, bahkan meningkatkan risiko beberapa penyakit, mulai dari masalah pencernaan hingga penyakit jantung. Orang-orang yang mengalami lebih banyak perubahan hidup cenderung memiliki kesehatan psikologis dan fisik dibandingkan dengan mereka yang mengalami peristiwa hidup yang lebih sedikit (Dohrenwend, 2006 dalam Nevid et al, 2014). Selaras dengan yang dinyatakan

Dohrenwend (2006), adanya perubahan drastis yang dialami tahanan terhadap situasi dan lingkungan menjadi penyebab tahanan rentan mengalami stres.

Menurut berita pada laman Kompas.com tanggal 7 Januari 2024, menyatakan adanya indikasi makanan di dalam Lapas maupun Rutan kurang layak. Hal ini selaras dengan pernyataan dari beberapa tahanan di Rutan Depok pada Juni 2023 lalu terkait kondisi rutan yang mereka rasakan kurang ideal dikarenakan porsi makanan yang dirasa tidak cukup dan kurangnya variasi makanan. Gejala stres lainnya yang dirasakan oleh tahanan diantaranya yaitu sering tidak fokus, kesulitan tidur, fisik yang mudah lelah, gangguan pencernaan, dan berkurangnya gairah untuk berkomunikasi dengan orang lain. Hal ini selaras dengan pernyataan Taylor (2018) terkait gejala fisik dan psikis stres yang dialami individu, gejala fisik meliputi keadaan merasa lelah, insomnia, dan adanya gangguan pencernaan. Gejala psikis meliputi menarik diri dari pergaulan, perubahan pola makan, dan merasa pikiran penuh atau bahkan merasa kosong (Sari, 2017).

Hasil temuan peneliti saat melakukan wawancara kepada 27 tahanan di Rutan kelas I Depok dengan rentang usia 18 sampai 70 tahun pada bulan Juni 2023, menunjukkan hasil bahwa 12 dari 27 tahanan menyatakan bahwa mereka mengalami stres selama berada di Rutan termasuk dalam proses persidangan yang mereka lalui. Para tahanan juga menyatakan bahwa mereka mengalami sakit kepala, gelisah, kesulitan tidur, gangguan pencernaan, dan berkurangnya nafsu makan selama di Rutan yang merupakan beberapa gejala stres menurut Lovibond & Lovibond (1988). Penyebab 12 tahanan tersebut mengalami stres sebagian besar menurut mereka adalah mereka merasa tidak mendapatkan dukungan secara emosional dari keluarga, teman dekat, dan orang istimewa bagi mereka, bahkan beberapa tahanan tidak pernah bertemu dengan keluarganya semenjak mereka ditangkap oleh kepolisian. Hal ini membuat mereka merasa terasingkan dan stres. Berbeda dengan 15 tahanan lainnya yang tidak merasa mengalami stres, mereka menyatakan alasan mereka bertahan selama proses penahanan adalah keluarga, pasangan, dan teman mereka selalu memberikan dukungan walaupun dengan keterbatasan kunjungan. Dengan mereka merasakan orang-orang terdekat selalu

memberikan dukungan inilah yang membuat mereka dapat lebih tenang selama proses penahanan.

Faktor-faktor psikologis seperti cara mengurangi stres, harapan akan *self-efficacy*, ketahanan psikologis, optimisme, dukungan sosial, dan identitas etnis dapat mengurangi atau menahan efek dari stres. Individu dengan hubungan sosial yang luas, seperti pasangan, keluarga, dan teman dekat, serta menjadi bagian dari organisasi sosial, tidak hanya menunjukkan resistensi yang lebih besar terhadap penyakit flu, tetapi juga cenderung hidup lebih lama daripada orang dengan jaringan sosial yang lebih sempit (Cohen & Janicki-Deverts, 2009; Cohen Doyle, Turner, Alper, Skoner, 2003). Memiliki banyak jaringan sosial dapat membantu Anda mendapatkan dukungan sosial yang lebih besar, yang pada gilirannya dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh Anda sebagai penahan stres (Nevid et al, 2018).

Social support memiliki dua kategori yakni *actual* atau *enacted social support* dan *perceived social support* (Mattson & Hall, 2011; Lakey, n. d). *Actual social support* merupakan hal atau bentuk dukungan yang diberikan kepada individu sedangkan *perceived social support* merupakan dukungan yang ada dan dipercaya oleh seseorang, yang dapat diketahui dengan menanyakan sejauh mana seseorang menganggap atau percaya bahwa mereka mendapatkan dukungan dari orang lain. *Perceived social support* bisa bersumber dari keluarga, orang tua, teman yang berada di sekitar, dan *significant others* atau seorang yang dianggap istimewa oleh individu. *Perceived social support* juga dapat berupa dukungan emosional yang dirasakan oleh individu dan merupakan salah satu aspek dari dukungan sosial (Zimet et al., 1988). Hal tersebut memungkinkan tahanan juga dapat merasakan dukungan sosial meskipun dalam kondisi intensitas pertemuan dengan keluarga, teman dekat, dan *significant others* yang dibatasi.

Dukungan sosial merupakan dorongan untuk menunjukkan perhatian, kasih sayang, atau penghargaan untuk mencegah, mengatasi, dan mengurangi dampak negatif yang dapat merugikan setiap orang. Ini membuat orang merasa nyaman dan dipedulikan, dan mengurangi stres (Febrianti & Masnina, 2019). Dukungan sosial merupakan salah satu faktor penting yang dapat mengurangi efek stres (Davison et

al., 2006). Individu yang memiliki dukungan sosial yang rendah akan cenderung mengalami peningkatan emosi negatif (Kessler et al., 1985). Penelitian yang dilakukan oleh Hursan dkk. Pada tahun 2023 menyatakan bahwa 54.3% responden mengalami stres sedang dan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan tingkat stres warga binaan saat menjalani hukuman di lapas. Salah satu cara untuk mengurangi stres warga binaan Lapas adalah dengan memberikan dukungan sosial yang cukup, yang akan mengurangi perilaku negatif melalui hubungan interpersonal yang dibangun antara mereka. (Nur & Shanti, 2011 dalam Pamungkas, 2019). Penelitian lain yang dilakukan oleh Nasution dkk. Pada tahun 2024 menyatakan bahwa ketahanan dan dukungan sosial memiliki hubungan negatif terhadap stres yang dialami tahanan di Lapas Tanjungbalai yang artinya semakin tinggi ketahanan dan dukungan sosial maka stres yang dialami oleh tahanan akan semakin rendah dan begitu pula sebaliknya. Pengaruh ketahanan dan dukungan sosial dalam penelitian ini juga memiliki pengaruh afektif sebesar 12,9% terhadap stres tahanan (Nasution et al., 2024).

Tingginya tingkat dukungan yang dirasakan telah terbukti menjadi prediktor positif bagi kesejahteraan psikologis dan fisiologis (Sarason et al., 1997), terutama ketika individu berada di bawah tekanan (Goodwin et al., 2004). Penelitian yang dilakukan oleh (Ratnasari et al., 2020) di Lapas Perempuan Tangerang juga menunjukkan bahwa dari 199 warga binaan sebagian besar sebanyak 104 warga binaan (52,3%) mendapatkan dukungan sosial keluarga dan 64 diantaranya (32,2%) mengalami stres sedang yang artinya pengaruh dukungan sosial keluarga kepada warga binaan tidak begitu signifikan (Ratnasari et al., 2020).

Berdasarkan uraian sebelumnya, penelitian mengenai *perceived social support* terhadap tingkat stres tahanan di Rutan kelas I Depok perlu dilakukan. Hal ini dikarenakan persepsi sumber dukungan sosial dirasa penting untuk dimiliki setelah ditemukannya gambaran tingkat stres yang terjadi di Rutan. Diketahui terdapat beberapa variabel penelitian lainnya yang juga pernah diteliti pada tahanan seperti, penelitian tingkat stres pada tahanan Lapas kelas II Masamba oleh (Imma, 2022), pengaruh kesesakan dengan tingkat stres oleh (Septianis, 2021), kualitas hidup sebagai prediktor *psychological distress* dan *self esteem* oleh (Saeed et al.,

2021). Di sisi lain, peneliti hingga saat ini melihat bahwa penelitian terhadap tahanan masih belum banyak dilakukan, penelitian di Rutan/Lapas sebagian besar terhadap narapidana atau warga binaan pemasyarakatan. Peneliti belum pernah melakukan penelitian khusus tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan persepsi dukungan sosial dengan stres tahanan di Indonesia. Berdasarkan ulasan sebelumnya, peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian tentang pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap stres tahanan di Rutan Kelas I Depok.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, beberapa masalah yang diidentifikasi adalah sebagai berikut.

1. Tahanan merupakan kelompok rentan dengan kebutuhan kesehatan yang beragam dan kompleks dibandingkan dengan masyarakat umum. Dengan adanya perubahan drastis yang terjadi dengan situasi dan lingkungan tahanan menyebabkan mereka rentan mengalami gangguan psikologis salah satunya stres.
2. Dukungan sosial merupakan salah satu faktor penting yang dapat mengurangi efek stres. Persepsi tahanan terhadap ada atau tidaknya dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga, teman, dan *significant others* dinilai penting dalam proses yang dialami oleh tahanan di Rutan.
3. Pelayanan kesehatan mental tahanan sudah diatur dalam Standar Pelayanan Kesehatan Mental/Jiwa di Lapas, Rutan, dan RS Pengayoman namun, pada pelaksanaannya masih belum maksimal dikarenakan sumber daya manusia yang tidak sesuai dengan standar yang ditentukan oleh Kemenkes dan Ditjenpas.
4. Meskipun sudah terdapat beberapa penelitian yang dilakukan di Rutan/Lapas, namun penelitian dengan subjek spesifik yakni tahanan masih belum banyak dilakukan dikarenakan sebagian besar subjek penelitian di Rutan/Lapas adalah narapidana atau warga binaan pemasyarakatan.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka peneliti perlu membatasi lingkup masalah agar mendapatkan hasil penelitian yang jelas dan spesifik. Oleh karena itu, fokus utama dalam penelitian ini adalah meneliti pengaruh *perceived social support* terhadap stres tahanan di Rumah Tahanan Negara kelas I Depok.

1.4 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh yang signifikan *perceived social support* terhadap stres tahanan di Rutan kelas I Depok?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada pengaruh signifikan dari *perceived social support* terhadap stres tahanan di rutan kelas I Depok.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat teoritis

1. Menambah referensi penelitian di Indonesia terkait *Perceived social support* dan stres pada tahanan.
2. Hasil penelitian ini bisa menjadi bahan pengembangan ilmu psikologi khususnya pada ranah psikologi klinis, psikologi abnormal, dan psikologi sosial.

1.6.2 Manfaat praktis

1. Penelitian ini diharapkan bisa menjadi edukasi bagi pembaca terkait tingkat stres yang dialami oleh tahanan dan menjelaskan kondisi kehidupan tahanan yang menjalani hukuman akibat pelanggaran hukum yang mereka lakukan.

2. Penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan pembuatan intervensi bagi pihak instansi Rutan dalam mengontrol hingga mengatur tindak lanjut terkait penanganan kesejahteraan psikologis tahanan.

