

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hukum di Indonesia menerapkan hukuman bagi warganya yang melanggar tak terkecuali pelaku pembunuhan. Berdasarkan undang-undang Republik Indonesia nomor 12 Tahun 1995 pasal 1, bahwa terpidana yang menjalani hukuman pidana akan kehilangan hak kemerdekaannya. Kehilangan kemerdekaan bagi seseorang dapat menurunkan harkat dan martabat seseorang serta harga diri dan menjadi stresor yang berat pada individu tertentu. Setelah mendapatkan hukuman perasaan sedih, memiliki rasa bersalah, menyimpan perasaan malu, mendapatkan sanksi ekonomi dan sosial serta harus memulai kehidupan yang baru di dalam penjara yang penuh dengan tekanan psikologis dapat memperburuk dan mengintensifkan stresor sebelumnya. Hal tersebut bukan saja mempengaruhi penyesuaian secara fisik namun juga psikologis individu tertentu (Gussack, 2009).

Sebuah studi yang dilakukan pada periode kurun waktu 2003 sampai dengan 2009 di Florida Amerika Serikat, bahwa masalah utama di penjara adalah depresi (sebanyak 25% Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) diindikasikan mengalami depresi berat, sedangkan 30% diindikasikan mengalami depresi ringan sampai sedang (Gussack, 2009). Studi yang dilakukan oleh Fazel (2002) menyatakan dari 10.529 tahanan ada 7631 tahanan laki-laki yang didiagnosis mengalami depresi berat. Sedangkan Lembaga Kesehatan Dunia (WHO) juga telah mengadakan survey di 12 negara yang mencakup 22.790 WBP dan

menemukan pada tiap bulan terjadi prevalensi psikosis pada WBP pria 3,7% dan WBP wanita 4%, depresi mayor pada WBP pria sebanyak 10% dan WBP wanita sebesar 12% (*WHO conference on women's health in prison*, 2008). Studi juga dilakukan di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) wanita di Kota Semarang terhadap 14 WBP wanita ditemukan adanya rasa takut, rasa sedih, tegang, bingung, kecewa, malu, sering menangis, suka melamun, suka menyendiri, susah tidur, merasa putus asa, sakit kepala, sakit perut dan badan mudah sakit (Noorsifa, 2013). Hal tersebut mengindikasikan bahwa WBP tersebut mengalami depresi.

Gangguan depresi merupakan salah satu gangguan *mood*, yaitu kondisi emosional yang ditandai dengan rasa putus asa (*hopeless*), tidak berdaya (*helplessness*) dan penurunan semangat hidup (*a lowering of spirit*). Depresi dapat disebabkan oleh beberapa hal antara lain yaitu faktor biologis, faktor genetika dan faktor psikososial (Sadock, 2007). Kondisi depresi dapat dialami oleh WBP dari beragam kasus seperti kasus pembunuhan, pencurian, pemerkosaan, korupsi dan lain-lain. Berdasarkan data yang diambil oleh peneliti pada tanggal 14 September 2015 di Lapas Klas I Kota Semarang, dari 24 WBP ada 4 orang yang tidak mengalami permasalahan psikologis (normal) atau 16,7 %, sedangkan yang mengalami depresi ringan sebanyak 3 orang atau 12,5 %, depresi sedang sebanyak 5 orang atau 20,8 % dan WBP yang mengalami depresi berat sebanyak 12 orang atau 50 %.

Gejala utama yang dialami oleh orang yang mengalami depresi diantaranya yaitu konsentrasi dan perhatian berkurang; harga diri dan kepercayaan diri berkurang ; gagasan tentang rasa bersalah dan tidak berguna; pandangan masa

depan yang suram dan pesimis; gagasan atau perbuatan membahayakan diri atau bunuh diri; mengalami gangguan tidur; nafsu makan berkurang (Maslim, 2013)

Orang yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan norma-norma dan kebiasaan sosial yang berlaku di lingkungan tertentu dimungkinkan akan mengalami konflik psikologis dan apabila hal tersebut berlangsung lama dan terjadi secara terus menerus maka akan menjadi kronis (Casmini, 2011). WBP juga kerap kali mengalami permasalahan psikologis seperti pada uraian di atas sehingga pemberian Pelatihan untuk mengatasi permasalahan konflik psikologis perlu diberikan terhadap WBP yang mengalami depresi agar mereka mampu menjalani sisa masa hukuman dengan kondisi psikologis yang lebih baik. Hal tersebut akan sangat membantu bagi WBP tak terkecuali WBP kasus pembunuhan yang mempunyai depresi.

Berdasarkan penuturan Ibu Ari Tris Ochtia Sari psikolog yang bertugas di Lapas Klas I Kota Semarang, Lapas Klas I Kota Semarang sudah dibuat nyaman dan lebih humanis namun pada kenyataannya masih banyak WBP yang mempunyai kondisi psikologis kurang stabil misalnya sering marah, tidak percaya diri, pesimis, tidak puas terhadap vonis, sering mengeluh terhadap sesama WBP, pernah ada yang bunuh diri dan bahkan dalam bulan September 2014 ada kasus pembunuhan di dalam Lapas Klas I Semarang (www.news.liputan6.com)

Salah satu upaya untuk menjadikan WBP mempunyai kondisi psikologis yang seimbang adalah dengan menjalani rutinitas pekerjaan yang diajarkan di dalam Lapas sesuai dengan minat, sehingga mereka diharapkan mempunyai kesiapan mental dan rencana ketika mereka bebas kembali ke lingkungan

masyarakat. Pihak Lapas juga sudah berupaya maksimal untuk memberikan berbagai Pelatihan untuk menangani permasalahan psikologis WBP agar mampu menjalani sisa masa hukuman dengan kondisi psikologis yang baik. Terapi yang pernah dilakukan di Lapas Klas I Kota Semarang tidak hanya bersifat individual melalui konseling tetapi juga secara kelompok diantaranya terapi seni, terapi tertawa, hipnoterapy dan lain sebagainya.

Berbagai terapi telah dilakukan oleh banyak peneliti di Lapas dan teknik yang digunakan untuk mengatasi permasalahan depresi juga beragam namun peneliti yang menggunakan kearifan lokal untuk menangani permasalahan psikologis WBP belum pernah dilakukan khususnya di Lapas Klas I Kota Semarang. Pendekatan konsep kultural serta disesuaikan dengan latar belakang budaya setempat seharusnya menjadi *entrypoint* dalam memberikan Pelatihan pada seseorang (Matsumoto, 2008). Pelaksanaan terapi dengan menggunakan perspektif latar belakang budaya klien mempunyai beberapa manfaat. Manfaat tersebut antara lain (1) mempermudah menyatukan kesepahaman serta keselarasan antara terapis dan klien terhadap permasalahan yang sedang dihadapi oleh klien (Berry & Kim, 1993), (2) Pada saat membina hubungan awal akan tercipta rasa nyaman dan tenang pada klien (White, Tracela, Gibbons, Mary, Scamberger & Megan, 2006), (3) karena latar belakang budaya antara terapis dan klien sama, maka akan memunculkan sikap antusias klien mengikuti terapis karena klien merasa terapisnya satu budaya (White, et al, 2006).

Salah satu bentuk terapi yang menggunakan pendekatan budaya sebagai poin utamanya adalah terapi *narima ing pandum* (NIP). Terapi NIP pernah

digunakan oleh Prasetyo (2014) dengan metode eksperimen kasus tunggal dengan disain penelitian A-B-A yang digunakan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pada dua partisipan *family caregiver* orang dengan skizofrenia (ODS), metode utama Pelatihan yang digunakan oleh peneliti adalah psikoedukasi (5 Sesi dan 5 kali pertemuan). Hasil penelitian menunjukkan bahwa program Pelatihan NIP dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis *family caregiver* ODS selama Pelatihan dilaksanakan.

Zulyet (2014) juga menggunakan terapi NIP dengan metode eksperimen kasus tunggal yang digunakan untuk menurunkan *expressed emotion* (ekspresi emosi) pada dua partisipan *family caregiver* orang dengan skizofrenia (ODS), metode utama Pelatihan yang digunakan adalah psikoedukasi (5 Sesi dan 5 kali pertemuan). Hasil yang ditunjukkan dalam penelitian ini adalah skor ekspresi emosi pada kedua partisipan mengalami penurunan sehingga program NIP mampu menurunkan ekspresi emosi pendamping ODS.

Kesejahteraan psikologis seseorang sangat berkaitan erat dengan bagaimana orang bersikap dan menunjukkan emosi dalam hidupnya serta menggambarkan kesehatan individu yang berdasarkan pada pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif yaitu penerimaan diri, penguasaan lingkungan, kemandirian, hubungan positif dengan orang lain serta tujuan hidup (Ryff, 1989; Huppert, Baylis, & Keverne, 2005). Kedua variabel pada penelitian terdahulu terkait dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu depresi. Orang depresi ialah orang yang mempunyai emosi yang negatif seperti memiliki perasaan bersalah, perasaan membenci diri sendiri, memiliki perasaan dihukum,

merasa gagal, pesimistis, menarik diri (Beck, 1985). Oleh karena itu, peneliti akan menggunakan teknik Pelatihan NIP untuk mengatasi permasalahan depresi pada WBP kasus pembunuhan. Penelitian yang sudah pernah dilakukan yaitu Pelatihan NIP diberikan kepada subjek *family caregiver* orang dengan skizofrenia (ODS) untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis dan menurunkan ekspresi emosi. Sehingga menimbulkan suatu pertanyaan apakah Pelatihan NIP juga dapat digunakan untuk menurunkan depresi pada WBP kasus pembunuhan.

Untuk menjawab permasalahan tersebut, peneliti akan melakukan serangkaian proses penelitian untuk mengetahui bagaimana efektivitas Pelatihan NIP sebagai salah satu Pelatihan psikologi dalam mengurangi depresi pada WBP kasus pembunuhan. Penelitian ini akan mengadaptasi modul “program psikoedukasi *narima ing pandum*” yang dikembangkan oleh Prasetyo (2014) dan Zulyet (2014).

B. Rumusan Masalah

Kondisi psikologis WBP kasus pembunuhan di Lapas Klas I Semarang mengalami depresi. Kehidupan di Lapas sangat dibatasi oleh aturan dan sebaiknya WBP mempunyai kondisi psikologis yang baik sehingga mampu menjalani masa hukuman dengan kondisi psikologis yang baik. Oleh karena itu perlu diadakan program untuk membantu WBP dalam mengurangi depresi. Apakah Pelatihan kelompok *narima ing pandum* ini efektif untuk menurunkan depresi pada Warga Binaan Pemasarakatan kasus pembunuhan?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan secara empiris pengaruh pelatihan *narima ing pandum (NIP)* terhadap depresi pada Warga Binaan Pemasyarakatan kasus pembunuhan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan terhadap bidang psikologi klinis tentang kondisi psikologis yang dihadapi oleh WBP.

2. Manfaat Praktis

Penulis berharap penelitian ini secara praktis mampu membantu WBP untuk memperoleh wawasan mengenai upaya mengurangi depresi yang dihadapi akibat dari pidana yang sedang dijalani.

Penelitian ini juga diharapkan mampu memberikan tambahan pengetahuan dan wacana mengenai terapi alternatif yang berbasis *local wisdom* (kearifan lokal) untuk membantu mengatasi masalah-masalah psikologis demi peningkatan kualitas hidup manusia.

Menyimak kasus kejahatan di Indonesia yang sangat beragam, penelitian ini diharapkan mampu mendorong penelitian-penelitian lain khususnya penelitian *indigenous* untuk memberikan hasil kajian yang lebih mendalam untuk menangani dampak dari kejahatan tersebut.

E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan telaah pustaka dan penelusuran penelitian terhadap kajian senada yang diketahui oleh peneliti, maka dapat dijelaskan sebagai berikut :

- 1). Penelitian yang menggunakan teknik energi alam yang universal (reiki) dan seni yang berkaitan dengan penurunan depresi yaitu pengaruh terapi reiki terhadap tingkat depresi pada penderita kanker payudara. Penelitian ini ditulis oleh Sholichatun (2004) dengan melakukan terapi secara berkelompok (8 orang) selama 3 sesi masing-masing 30 menit terbukti mampu menurunkan secara signifikan tingkat depresi. Lerik (2004) juga mengadakan penelitian yang berjudul pengaruh terapi musik terhadap depresi di antara mahasiswa. Rancangan penelitian ini menggunakan *pretest-posttest control group design* dan pasca terapi subjek diminta untuk mengisi lembar apresiasi musik selama terapi, apresiasi musik menunjukkan subjek yang mengalami penurunan depresi memberikan lebih banyak kesan positif terhadap terapi musik. Terapi musik ini efektif setelah satu bulan dari pelaksanaannya. Widiyasari (2015) juga membuat penelitian *emphatic love therapy* untuk menurunkan depresi. Penelitian tersebut menggunakan metode kualitatif dengan *single-case design*. Partisipan diseleksi dengan menggunakan BDI II. BDI II juga diberikan pada awal dan akhir terapi dan satu kali tindak lanjut. Hasil dari penelitian ini adalah Skor BDI II menunjukkan penurunan tingkat depresi dari level rendah ke level normal. Analisis naratif juga menunjukkan adanya penurunan kondisi partisipan ke arah yang lebih baik.

- 2). Penelitian yang menggunakan teknik perilaku dan bekerja yaitu penelitian Mukhlis (2011) dengan judul pengaruh terapi membatik terhadap depresi pada narapidana. Penelitian ini menggunakan metode kuasi-eksperimen model *untreatedcontrol group design with pre-test and post-test* dengan 30 narapidana di rumah tahanan kelas II B Rembang Jawa Tengah. Hasil dari penelitian ini adalah ada perbedaan yang signifikan antara skor depresi pada saat *posttest* dibandingkan dengan pada saat *pretest*. Solehah (2014) meneliti tentang *Behavioral Activation* untuk menurunkan tingkat depresi pada pasien kanker payudara. Penelitian ini menggunakan metode kuasi eksperimen dengan desain kasus tunggal ABA dan dianalisis menggunakan inspeksi visual. Menunjukkan perubahan Skor BDI II dan *behavioral checklist* pada *fase pre test*, Pelatihan dan *follow up*.
- 3). Penelitian yang menggunakan teknik kognitif untuk menurunkan depresi yaitu penelitian yang dilakukan Risnawati (2011) dengan judul terapi kognitif perilaku untuk menurunkan depresi pada penderita HIV/AIDS. Desain penelitian ini menggunakan *small N experiment* desain ABA. Hasil dari penelitian ini adalah terapi kognitif perilkakuan efektif menurunkan depresi pada penderita HIV/AIDS, dengan indikasi turunannya skor depresi yang dilihat pada pengukuran BDI.

Penelitian ini memfokuskan pada dua variabel yaitu variabel bebas (*narima ing pandum*) dan variabel tergantung (depresi). Berdasarkan beberapa kajian pustaka dan penelitian sebelumnya, belum pernah ada yang meneliti tentang keterkaitan antara Pelatihan *narima ing pandum* dengan depresi.

Meskipun sebelumnya pernah dilakukan penelitian tentang *narima ing pandum* (NIP), namun dapat dijelaskan perbedaannya pada tabel 1.

Tabel 1. Perbedaan penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian terdahulu

	Penelitian yang pernah dilakukan	Penelitian yang akan dilakukan
Variabel tergantung	Kesejahteraan psikologis dan ekspresi emosi	Depresi
Partisipan	<i>Caregiver</i> orang dengan skizofrenia (ODS)	Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP)
Alat ukur yang digunakan	Skala kesejahteraan psikologis dan skala ekspresi emosi	<i>Beck Depression Inventory (BDI)</i>

Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa penelitian ini menunjukkan kebaruan bila dibandingkan dengan penelitian. Kebaruan dari penelitian ini adalah *pertama* penggunaan metode dalam proses pelatihan. Penelitian terdahulu menggunakan metode ceramah, diskusi dan meditasi sedangkan dalam penelitian ini akan menambahkan dengan metode berbagi pengalaman/*sharing*, game permainan *lice breaking*, menonton video, diskusi kasus, mengerjakan lembar kerja. *Kedua* analisis data. Penelitian terdahulu menggunakan analisis data hasil skala kesejahteraan psikologis, skala NIP dan ceklis sikap NIP harian dianalisis melalui *visual inspection* untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada partisipan sebelum, selama dan setelah intervensi (*follow up*). Analisis data lintas waktu sebelum, selama dan setelah intervensi serta analisis deskriptif bertujuan untuk memahami proses dan kemajuan yang dicapai oleh masing-masing partisipan. Pada penelitian ini analisis data yang digunakan ialah menggunakan analisis statistik pada saat *pre-post dan Follow up* dan analisis kualitatif.