

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Menurut World Health Organization (WHO), kesehatan mental adalah suatu kondisi kesejahteraan di mana seseorang menyadari kemampuannya, mampu mengatasi tekanan hidup yang wajar, bekerja secara produktif, dan memberikan kontribusi kepada komunitasnya. Selanjutnya, menurut Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa, kesehatan mental diartikan sebagai keadaan di mana seseorang dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial. Dalam keadaan ini, individu menyadari kemampuannya sendiri, mampu menghadapi tekanan, bekerja secara produktif, serta memberikan kontribusi bagi masyarakat (Ayuningtyas et al., 2018).

Epidemiologi gangguan kesehatan mental di dalam lembaga pemasyarakatan (lapas) di Indonesia menunjukkan prevalensi yang signifikan dengan berbagai faktor risiko yang memengaruhi kondisi narapidana. Data dari Direktorat Jenderal Pemasyarakatan mencatat kasus gangguan jiwa di lapas dan rumah tahanan (rutan) di seluruh Indonesia pada tahun 2015 sebanyak 269 orang, dan pada Mei 2016 sebanyak 100 orang. Gangguan yang umum ditemukan meliputi gangguan psikotik, penyalahgunaan zat, dan gangguan mood (Wahidin, 2016).

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan mental narapidana adalah kebermaknaan hidup. Kebermaknaan hidup merupakan penghayatan individu terhadap keberadaan dirinya yang mencakup hal-hal yang dianggap penting, dirasakan berharga, dan memberikan arti khusus sebagai tujuan hidup. Kebermaknaan hidup membuat individu merasa berarti dan berharga. Salah satu cara untuk mencapai kebermaknaan hidup adalah melalui nilai bersikap, yaitu bagaimana individu menunjukkan keberanian dalam menghadapi penderitaan serta memberikan makna terhadap penderitaan yang dialaminya (Bukhori, 2012). Narapidana yang menjalani hukuman di dalam lapas sangat rentan mengalami berbagai masalah kesehatan mental.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh University of South Wales, sebanyak 36% narapidana mengalami ansietas, dengan tingkat kejadian yang lebih tinggi pada perempuan (61%) dibandingkan laki-laki (39%). Selain itu, analisis terhadap 62 survei yang dilakukan di 12 negara dengan total 22.790 narapidana menunjukkan bahwa dalam enam bulan terakhir prevalensi psikosis pada laki-laki adalah 3,7% dan pada perempuan 4%. Depresi mayor ditemukan pada 10% laki-laki dan 12% perempuan, sedangkan gangguan kepribadian dialami oleh 65% laki-laki dan 42% perempuan (Wijaya, 2015).

Penanganan yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah kesehatan mental salah satunya melalui aktivitas fisik, yang memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan mental. Aktivitas fisik yang dilakukan secara rutin dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri melalui penurunan berat badan yang positif, memperluas jaringan sosial dengan menjalin pertemanan baru, serta membantu individu dalam merencanakan prioritas hidup dengan lebih baik. Hal tersebut pada akhirnya dapat meningkatkan kejujuran dan harga diri. Salah satu bentuk aktivitas fisik yang efektif dalam menjaga kesehatan mental adalah senam yoga. Yoga mengombinasikan gerakan tubuh, teknik pernapasan, dan meditasi. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa yoga efektif dalam menurunkan tingkat stres serta membantu merelaksasi tubuh dan emosi (Dongoran et al., 2021).

Menurut World Health Organization (WHO), masalah kesehatan mental di dalam penjara terjadi tujuh kali lebih sering dibandingkan dengan masyarakat umum. Penelitian juga menunjukkan bahwa narapidana memiliki tingkat gangguan kesehatan mental dan emosional yang lebih tinggi dibandingkan masyarakat di luar lembaga pemasyarakatan, seperti stres, kecemasan, dan depresi. Apabila gejala-gejala tersebut tidak terdeteksi sejak dini dan tidak segera ditangani, narapidana dapat mengalami kondisi krisis yang berujung pada tindakan membahayakan diri sendiri, seperti percobaan bunuh diri. Kondisi ini terjadi karena keseimbangan psikologis yang terganggu, perasaan tertekan, serta ketidakmampuan individu dalam mengatasi masalah secara sehat (Enggarati et al., 2024).

Dukungan sosial dan program rehabilitasi yang efektif sangat penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dan ketahanan narapidana di Indonesia.

Resiliensi, yaitu kemampuan individu untuk beradaptasi dengan situasi yang penuh tekanan, merupakan aspek penting dalam menjaga kesehatan mental serta mendukung proses reintegrasi sosial. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dari keluarga berkontribusi sebesar 47,2% terhadap ketahanan narapidana. Dengan adanya dukungan yang tepat, narapidana dapat mengatasi tantangan psikologis selama dan setelah masa tahanan, mengurangi risiko kekambuhan, serta meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan (Fathoni et al., 2024).

Penelitian di Lapas Pondok Bambu sangat relevan untuk dilakukan mengingat lapas ini memiliki populasi narapidana dengan gangguan mental dan penyalahgunaan NAPZA yang cukup tinggi, terutama di kalangan remaja dan dewasa muda. Data menunjukkan bahwa narapidana perempuan di lapas ini rentan mengalami gangguan mood dan depresi akibat tekanan psikologis yang lebih besar dibandingkan laki-laki. Selain itu, jumlah narapidana perempuan yang terus meningkat menyebabkan kondisi overkapasitas yang semakin memperburuk kesehatan mental. Studi sebelumnya di Lapas Pondok Bambu juga menemukan adanya hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat depresi pada narapidana penyalahguna NAPZA. Oleh karena itu, penelitian di lokasi ini diharapkan dapat memberikan gambaran penting mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental narapidana serta menjadi dasar dalam perancangan intervensi yang tepat untuk meningkatkan kesejahteraan mereka (Jordy, 2019).

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam mengidentifikasi kondisi kesehatan mental Warga Binaan Pemasyarakatan perempuan serta menggambarkan bentuk-bentuk penanganan kesehatan mental, khususnya strategi coping yang dilakukan oleh Warga Binaan Pemasyarakatan perempuan dalam menghadapi permasalahan psikologis selama menjalani masa pidana. Namun demikian, penelitian ini tidak berfokus pada evaluasi program layanan kesehatan mental di lapas, melainkan pada gambaran kondisi kesehatan mental dan strategi coping individual atau penanganan mandiri yang dilakukan oleh Warga Binaan Pemasyarakatan perempuan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan bagi pengembangan program intervensi yang lebih komprehensif dan sesuai dengan kebutuhan spesifik Warga Binaan Pemasyarakatan perempuan

di Lapas Pondok Bambu sehingga dapat mendukung proses rehabilitasi dan reintegrasi sosial secara lebih efektif.

## **1.2 Perumusan Masalah**

Kondisi kesehatan mental WBP di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu perlu mendapat perhatian khusus mengingat tingginya prevalensi gangguan mental pada WBP perempuan. Selain itu, penting untuk mengetahui bagaimana WBP perempuan melakukan penanganan terhadap permasalahan psikologis yang mereka alami selama menjalani masa pidana. Oleh karena itu, penelitian ini akan menggali lebih dalam mengenai gambaran kesehatan mental dan penanganannya pada WBP di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu serta tinjauannya menurut pandangan islam.

## **1.3 Pertanyaan Penelitian**

1. Bagaimana gambaran tingkat kecemasan sebagai salah satu aspek kesehatan mental pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu?
2. Bagaimana gambaran tingkat depresi sebagai salah satu aspek kesehatan mental pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu?
3. Bagaimana gambaran gangguan tidur sebagai salah satu aspek kesehatan mental pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu?
4. Bagaimana gambaran perilaku menyakiti diri sebagai salah satu aspek kesehatan mental pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu?
5. Bagaimana gambaran kesulitan beradaptasi sebagai salah satu aspek kesehatan mental pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu?
6. Bagaimana gambaran pengalaman kekerasan sebagai salah satu aspek kesehatan mental pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu?

7. Bagaimana gambaran tekanan lingkungan sebagai salah satu aspek kesehatan mental pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu?
8. Bagaimana gambaran penanganan yang dilakukan oleh Warga Binaan Pemasyarakatan dalam menghadapi permasalahan kesehatan mental selama berada di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu?
9. Bagaimana gambaran kesehatan mental dan penanganannya pada WBP perempuan di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu ditinjau menurut pandangan Islam?

#### **1.4 Tujuan Penelitian**

##### **1.4.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah menggambarkan kondisi kesehatan mental dan penanganan yang dilakukan oleh warga binaan pemasyarakatan di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu serta tinjauannya menurut pandangan islam.

##### **1.4.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui gambaran tingkat kecemasan sebagai salah satu aspek kesehatan mental pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu.
2. Mengetahui gambaran tingkat depresi sebagai salah satu aspek kesehatan mental pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu.
3. Mengetahui gambaran gangguan tidur sebagai salah satu aspek kesehatan mental pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu.
4. Mengetahui gambaran perilaku menyakiti diri sebagai salah satu aspek kesehatan mental pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu.
5. Mengetahui gambaran kesulitan beradaptasi sebagai salah satu aspek kesehatan mental pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu.

6. Mengetahui gambaran pengalaman kekerasan sebagai salah satu aspek yang berkaitan dengan kesehatan mental pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu.
7. Mengetahui gambaran tekanan lingkungan sebagai salah satu aspek yang berkaitan dengan kesehatan mental pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu.
8. Mengetahui gambaran penanganan yang dilakukan oleh warga binaan pemasyarakatan dalam menghadapi permasalahan kesehatan mental selama berada di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu.
9. Mengetahui gambaran kesehatan mental dan penanganannya pada WBP perempuan di Lapas Perempuan Kelas II A Pondok Bambu ditinjau menurut pandangan Islam.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

- a. Memberikan Kontribusi pada pemahaman tentang Kesehatan mental
- b. Menambah wawasan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi Kesehatan
- c. Mendukung pengembangan konsep kebermaknaan hidup

### **1.5.2 Manfaat Aplikatif**

- a. Menyediakan data empiris bagi pihak terkait
- b. Memberikan rekomendasi bagi kebijakan Kesehatan mental
- c. Meningkatkan kesadaran akan pentingnya dukungan sosial

### **1.5.3 Manfaat Metodologi**

- a. Meningkatkan Pemahaman tentang metode kuantitatif
- b. Mengembangkan instrument penelitian
- c. Memberikan panduan bagi penelitian serupa