



HUBUNGAN KESESAKAN DENGAN STRESS NARAPIDANA DI LAPAS

Jodika Pranata

Polteknik Ilmu Pemasarakatan, Depok, Indonesia

ABSTRAK

Kesesakan dengan stres pada narapidana. Stres merupakan respon dari bentuk penyesuaian terhadap suatu kondisi ketegangan yang dapat mempengaruhi keadaan fisik, psikis dan sosial seorang narapidana di Lapas. Tujuan dari studi literatur ini adalah melakukan penelitian untuk menyelidiki hubungan kesesakan dengan stress narapidana. Penelitian dilakukan dengan menelaah beberapa teori terhadap berbagai sumber yang relevan dengan permasalahan yang dikaji. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara kesesakan dengan kondisi stress narapidana.

Kata Kunci : kesesakan, stress, lapas

PENDAHULUAN

Lembaga pemasyarakatan merupakan sebuah tempat pembinaan untuk masyarakat yang melanggar hukum atau yang telah melakukan tindak pidana sehingga mereka harus menjalani hukuman yang diberikan. Lembaga pemasyarakatan merupakan bagian penting dalam system peradilan di Indonesia. Narapidana merupakan sebutan bagi masyarakat yang menjalani hukuman di dalam Lembaga pemasyarakatan. Narapidana yang di masukan ke dalam Lembaga pemasyarakatan ditujukan untuk mendapatkan pembinaan dengan harapan setelah seorang narapidana dibina ia dapat menjadi lebih baik, serta setelah menyelesaikan masa hukuman yang didapatkannya, ia dapat kembali dan diterima di lingkungan masyarakat.

Keamanan dan ketertiban di dalam Lembaga pemasyarakatan adalah hal yang sangat penting untuk keberlangsungan pembinaan yang dilaksanakan, agar dicapainya pembinaan yang baik dan maksimal sesuai dengan yang di rencanakan. Menurut pendapat Ningrum (2014) untuk meningkatkan kualitas Lembaga pemasyarakatan agar bimbingan dan pembinaan dapat berjalan dengan baik diperlukan urgensi pengaturan keamanan lembaga pemasyarakatan, dengan tujuan narapidana dapat menyadari kesalahan yang telah mereka perbuat hingga dapat memperbaiki diri dan diterima kembali di masyarakat saat bebas nanti.

Kondisi lembaga pemasyarakatan yang ada di Indonesia pada saat ini sangat penuh dan mengakibatkan sesak hal tersebut membuat pola pembinaan di dalam Lapas menjadi tidak efektif dan maksimal. Kesesakan yang terjadi di lembaga pemasyarakatan akan

berdampak juga terhadap gangguan keamanan dan ketertiban muncul. Kondisi yang terjadi di dalam Lapas tersebut tentunya akan memunculkan potensi terjadi kerusakan di dalamnya.

Banyaknya lembaga pemasyarakatan yang mengalaih kerusakan pada tahun 2020, salah satunya Lembaga pemasyarakatan Tumiting, Manado, Sulawesi Utara, yang mengalami kerusakan yang terjadi akibat sejumlah narapidana ingin dibebaskan karena takut akan virus corona yang mewabah pada saat sekarang ini. Kerusakan tersebut membuat barang-barang yang ada di dalam Lapas terbakar dan mengalami kerusakan. Kerusakan yang terjadi tidak hanya merugikan negara, namun juga membuat gangguan keamanan dan ketertiban di dalam maupun sekitar lembaga pemasyarakatan muncul.

Narapidana sering mengalami hambatan- hambatan dalam upaya memenuhi kebutuhan-kebutuhan, baik biologis maupun psikologis dalam menjalani masa hukuman yang diberikan oleh negara. Seperti yang pendapat yang diungkapkan oleh Poernomo (1985) masa hukuman yang di jalankan oleh narapidana akan membuat seorang narapidana mengalami banyak kehilangan seperti, kehilangan kemerdekaan, kehilangan pekerjaan, kehilangan pelayanan pribadi, kehilangan kenyamanan dan kehilangan kebebasan.

Menurut pendapat yang di ungkapkan oleh Dunkin (1995) dalam prespektif agresi sosio-biologi menurutnya dia menganggap seseorang akan bertindak agresif saat dirinya merasa tidak nyaman dengan suatu kondisi, dan munculnya kompetisi terhadap sumber daya penting yang terbatas. Pertengkaran yang kerap terjadi di lembaga pemasyarakatan seperti pertengkaran adu fisik antara sesama narapidana, selain itu mereka saling mencemooh, serta juga saling mengancam untuk mendapatkan sumber daya seperti air, dan makanan.

Lanjutnya dibahas dalam penelitian yang dilakukan oleh Franklin dkk (2006) dalam penelitian yang berjudul *Examining The Empirical Relationship Between Prison Crowding and Inmate Misconduct: A Meta-Analysis of Conflicting Research Results* dengan menggunakan sampel penelitian empiris yang berasal dari berbagai sumber literatur elektronik secara mendalam dan menggunakan database seperti proquest direct, artikel utama, dan referensi dari NCJRS (Nasional Criminal Justice Reference Service) ditemukan bahwa kerumunan manusia yang berada di dalam penjara akan mempengaruhi munculnya perilaku agresi antar narapidana yang berada di dalamnya. Gifford (dalam Sunarko, dkk. 2014) mengemukakan pada diri seseorang dalam keadaan lingkungan yang padat sesak akan menimbulkan munculnya rasa frustrasi dan kemarahan yang membentuk perilaku agresi. Kesusakan menurut Holahan (dalam Cholidah dkk, 1996) mengemukakan bahwa crowding (Kesusakan) yang terjadi apabila individu berada dalam posisi terkurung akibat persepsi subjektif keterbatasan ruang, karena dibatasi dengan sistem konstruksi bangunan dan atau terlalu banyaknya orang lain berada sekitarnya dan menyebabkan munculnya banyak stimulus yang tidak diinginkan sehingga dapat mengurangi kebebasan setiap individu dan memunculkan situasi keadaan yang penuh dengan tekanan.

Respon stres individu terhadap stres lingkungan dapat ditunjukkan dari kondisi kognitif, fisiologisnya, afektif serta perilakunya dan secara fisiologis respon stres dapat ditunjukkan oleh individu misalnya ketegangan otot yang dirasa, kondisi imunitas yang rendah. Sedangkan respon stres secara perilaku akan tampak dalam kecenderungannya berperilaku agresif, mudah tersinggung menarik diri dari lingkungan dan jika di lihat secara

afektif ditampakkan dalam bentuk kemarahan, rasa bersalah dan rasa takut (Sholichatun, 2011).

Sarafino (1990) mengungkapkan bahwa, stress adalah suatu kondisi yang disebabkan oleh transaksi antara individu dengan lingkungan yang menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi dengan sumber-sumber daya sistem biologis, psikologis dan sosial dari individu lain disekitarnya. Stres menurut Fieldman (dalam Fauziah, 2007) adalah suatu proses dalam menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam, menantang, ataupun membahayakan. Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan stres merupakan suatu kondisi psikologis seorang individu yang ditunjukkan dengan perasaan yang penuh tekanan, cemas dan tegang yang timbul karena adanya tuntutan dari tubuh, lingkungan dan sosial yang potensial membahayakan.

Kondisi stres yang terjadi pada narapidana salah satu penyebabnya adalah karena perilaku narapidana yang terbatas akibat kepadatan dan isolasi dari masyarakat saat di dalam Lapas, dan juga ruang personal narapidana yang terbatas, sehingga narapidana akan cenderung merasakan sesak akan kondisi tersebut. Doelhadi (dalam Agnesia dkk, 2014) mengungkapkan bahwa selama berada di lapas, narapidana terisolasi atau terasingkan dari masyarakat dan mereka memiliki ruang gerak yang dibatasi. Keadaan ini dapat menjadi situasi penuh tekanan yang menyebabkan munculnya stres pada seorang narapidana. Stres yang muncul akan menimbulkan upaya untuk melakukan reaksi terhadap stres yang sedang di alaminya. Berdasarkan pandangan Lazarus dan Folkman (dalam Sarafino, 2008) seorang individu dalam proses untuk mencoba mengatur kesenjangan persepsi antara tuntutan situasi dan kondisi yang menekan dengan kemampuan mereka dalam memenuhi tuntutan yang ada tersebut disebut dengan coping stres. Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Aday (1994) dalam penelitian berjudul *Aging in Prison: A Case Study of New Elderly Offenders* pada sejumlah narapidana ditemukan bahwa sebagian dari narapidana tersebut untuk menghindari diri dalam kondisi yang menekan mereka di dalam penjara tersebut menggunakan *emotional focus coping*. Dan hal-hal yang dilakukan oleh sebagian besar narapidana pria untuk keluar dari sumber stres tersebut adalah dengan melibatkan diri dari aktivitas keagamaan, penyangkalan problem, serta mencari bantuan pada narapidana lain. Penelitian di atas memperlihatkan bahwa coping stres digunakan oleh narapidana dalam penjara untuk menghindarkan diri dari sumber stres yang menekan di dalam penjara.

Beranjak dari latar belakang tersebut, penelitian ini akan menyajikan telaah literatur mengenai hubungan kesesakan dengan stress narapidana di dalam Lapas. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi dan rujukan bagi para praktisi yang bekerja di Lembaga pemsarakatan untuk mengembangkan sistem pemsarakatan menjadi lebih baik dan pelaksanaan pembinaan dapat berjalan dengan maksimal dan efektif sesuai dengan yang telah direncanakan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian studi literatur dengan menelaah beberapa jurnal terkait dengan hubungan kesesakan terhadap stress narapidana. Hasil dari berbagai telaah literatur ini akan digunakan untuk mengidentifikasi penyebab kesesakan dan proses timbulnya kondisi stress pada narapidana.

PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kesesakan dengan stress pada narapidana di Lapas. Kesesakan akan terjadi apabila rangsangan yang diterima oleh seorang individu terlalu banyak atau melebihi kapasitas kognitifnya sehingga mengakibatkan munculnya kegagalan dalam memproses rangsangan atau informasi dari lingkungan sekitarnya. Semakin padatnya suatu lingkungan akan membuat semakin banyaknya informasi yang muncul dihadapan penghuni merupakan dinamika yang tidak lagi terhindarkan, ketika informasi tersebut melampaui batas kemampuan seorang penerima info tersebut, maka akan timbul masalah psikologis. Semakin banyak penduduk dalam wilayah yang terbatas juga bisa menyebabkan adanya paksaan bagi seorang individu.

Dalam suasana dan kondisi yang sesak dan padat, kondisi psikologis negatif akan mudah muncul sehingga menimbulkan stres dan berbagai macam aktivitas sosial negatif, salah satunya munculnya stress.

Kesesakan yang terjadi di dalam Lapas dapat dibagi menjadi dua yaitu kesesakan yang disebabkan karena banyaknya isi narapidana yang melebihi kapasitas yang berada di dalamnya dengan bentuk bangunan atau ruangan yang tidak memadai. Banyaknya penghuni yang berada di dalam Lapas menjadi penyebab terbatasnya sumber daya, seperti sumber daya udara, air, dan makanan. Menurut pendapat Dunkin (1995) dalam perspektif agresi sosio-biologi menganggap bahwa dalam suatu kondisi yang memunculkan persaingan terhadap sumber daya penting yang ada tetapi terbatas seseorang dapat bertindak agresif ketika dirinya merasa tidak nyaman dengan kondisi tersebut.

Kesesakan yang berkenaan dengan bentuk ruang penjara yang dijadikan sebagai suatu kamar hunian juga menjadi peran penting dalam memicu perilaku agresif narapidana, dimana kondisi ruangan yang sesak membuat ruang gerak mereka menjadi sangat terbatas. Terbatasnya ruang gerak pada ruang yang ada di dalam Lapas tersebut membuat segala aktifitas yang berlangsung termasuk istirahat menjadi terganggu sehingga akan berpotensi menimbulkan perkelahian antar narapidana yang berada didalamnya. Kamar hunian pada narapidana yang berada didalam lapas yang sempit membuat penghuninya rentan untuk saling bersenggolan dengan penghuni lainnya. Oleh karena itu pada akhirnya membuat narapidana yang berada di dalamnya saling bertengkar baik secara verbal maupun fisik. Hal ini sesuai dengan penelitian yang di lakukan oleh Holahan (dalam Sarwono, 1992) yang menyatakan bahwa dengan adanya kesesakan memiliki dampak yang berpengaruh pada tingkah laku sosial diantaranya adalah agresi, menarik diri dari lingkungan sosial, berkurangnya tingkah laku menolong, kecendrungan untuk lebih banyak melihat sisi jelek dari orang lain jika terlalu lama tinggal di tempat yang sesak bersama orang lain itu.

Kesesakan yang dialami warga binaan memicu agresi yang disebabkan oleh kurangnya ruang gerak, sehingga membuat antar narapidana memperebutkan tempat untuk beristirahat dan tidur. Perebutan tempat tidur tersebut membuat timbulnya gesekan antar sesama narapidana sehingga menimbulkan terjadinya adu mulut, dan perkelahian. Selain perkelahian, kesesakan yang terjadi juga membuat munculnya emosi negatif, dan akibat dari emosi negatif yang dirasakan oleh seseorang tersebut akan berdampak pada penyampaian yang tidak tepat misalnya saling maki memaki, mencaci, berteriak, hingga menyerang orang lain.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesesakan dan masa hukuman berperan positif terhadap timbulnya kondisi stres pada narapidana. Dengan artian, semakin sesak

narapidana maka semakin tinggi kondisi stres yang dirasakan narapidana di Lapas. Sebaliknya, semakin tidak sesak narapidana maka semakin rendah kondisi stres yang dirasakan narapidana di Lapas.

Kesesakan berperan dalam timbulnya kondisi stres pada narapidana, yang berkaitan dengan rangsangan atau kepekaan pada diri seorang narapidana. Artinya ialah narapidana memandang bahwa perasaan kesesakan yang di alami selama di dalam lapas sebagai sesuatu yang menekan pada diri mereka. Perasaan menekan ini lah yang akan mengakibatkan munculnya kondisi stres yang mempengaruhi psikologis, fisiologis dan perilaku seorang narapidana.

Narapidana yang belajar mengendalikan stres dengan cara melakukan kegiatan sosial dengan narapidana lainnya, dan staf yang bekerja di Lapas akan berkemungkinan lebih kecil melakukan tindakan yang mengganggu atau membuat kerusakan. Sedangkan bagi narapidana yang bereaksi terhadap stres yang di alaminya dengan cara melampiaskan emosinya, dan mereka akan cenderung berkelakuan buruk selama berada di dalam Lapas. Dalam penelitian ini juga ditemukan hasil bahwa kebijakan, praktik, dan tingkat keterampilan dari para staf di Lapas mempengaruhi terjadinya pelanggaran yang dilakukan oleh narapidana yang berada di dalam Lapas. Kekurangan pada penelitian ini selanjutnya akan peneliti jadikan sebagai saran dalam penelitian lanjutan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dalam penelitian ini, dapat ditarik kesimpulan bahwa kesesakan dan masa hukuman memiliki hubungan yang positif dengan munculnya kondisi stres pada narapidana di dalam Lapas. Terdapat hubungan positif kesesakan (crowding) dengan perilaku agresif narapidana, artinya semakin tinggi kesesakan maka semakin tinggi pula kondisi stress seorang narapidana. Terdapat juga hubungan yang negatif antara kondisi stress narapidana dengan perilaku agresif narapidana, artinya semakin rendah tingkat stress seorang narapidana maka semakin tinggi perilaku agresi narapidana.

SARAN

Berdasarkan penelitian yang telah di lakukan ada beberapa saran yang dapat peneliti berikan dengan proses dan hasil yang diperoleh dari penelitian ini. Adapun saran tersebut adalah sebagai berikut:

Bagi pihak lembaga pasyarakatan, agar dapat meminimalisir kesesakan yang terjadi di dalam Lapas dengan mempermudah pengurusan kebebasan narapidana atau memaksimalkan ruangan yang tidak difungsikan untuk dijadikan kamar hunian.

Untuk staf pembinaan kepribadian yang berada di dalam Lapas diharapkan dapat memberikan pelatihan management stres pada narapidana yang memiliki tingkat agresi tinggi, agar memiliki coping stres yang baik.

Kepada narapidana yang berada di dalam Lapas diminta untuk bisa saling menghargai antar sesama narapidana. Jika mereka merasa memiliki masalah, diharapkan untuk dapat segera berkonsultasi dengan para wali kamar atau konsultasi dengan konselor pembinaan kepribadian.

Untuk keluarga narapidana diharapkan agar selalu memberikan dukungan dan support agar mereka dapat menjalani hukuman dengan baik dan berhasil di bina menjadi masyarakat yang baik dan dapat diterima kembali di lingkungan masyarakatan.

DAFTAR PUSTAKA

Aday, H.A. 1994. Aging In Prison: A Case Study onf New Elderly Offenders. *International Journal of Offenders' Therapy*. 38 (1): 79-91.

Agnesia, A., Halim, A., dan Manurung, I. 2014. Mekanisme Koping Narapidana Kasus Narkoba Yang Menjalani Vonis Masa Hukuman Di Lembaga Pemasyarakatan. *Jurnal Keperawatan*. 10(1): 97-103.

Dunkin, K. 1995. *Developmental Social Psychology From Infancy an Old Age*. Oxford: Blackwell Publisher Ltd.

Fauziah, F. & Widuri, J. (2007). *Psikologi abnormal klinis dewasa*. Universitas Indonesia (UI-Press): Jakarta.

Franklin, T.W., Franklin, C.A., dan Pratt, T. C. 2006. Examining the Empirical Relationship Between Prison Crowding and Inmate Misconduct: A Meta- analysis of Conflicting Research Results. *Journal of Criminal Justice*. 34 (2006), 401-412.

Ningrum, R. A. 2014. Urgensi Pengaturan Keamanan Dan Ketertiban Dalam Lembaga Pemasyarakatan Di Indonesia. *Jurnal Hukum*: <http://hukum.studentjournal.ub.ac.id/index.php/hukum/article/view/750>. Diakses pada tanggal 11 November 2020 (10.17).

Korchin, S.J. (1976). *Modern clinical psychology: Principles of intervention in the clinic and community*. New York: Basic Book Inc.

Sarwono, S. W. 2010. *Teori-teori Psikologi Sosial*. Jakarta: Rajawali Press. Sarafino, E.P. (1990). *Health psychology biopsychosocial interaction*. New York: John Willey dan Sons.

Sholichatun, Y. 2011. Stres dan Strategi Coping Pada Anak Didik di Lembaga Pemasyarakatan Anak. *Jurnal Psikologi Islam*. 8 (1), 23-42.