



FAKTOR YANG DAPAT MEMPENGARUHI DEPRESI PADA NARAPIDANA DI LAPAS

Misbah Ayu Nafarizka¹, Iman Santoso²

1,2) Prodi Teknik Pemasarakatan, Politeknik Ilmu Pemasarakatan

Abstrak

Narapidana merupakan seorang terpidana yang akibat dari perbuatannya melakukan tindak pidana mengakibatkan dirinya harus diberikan pembinaan didalam Lembaga Pemasarakatan dan dirampas hak kebebasan Bergeraknya dalam kurun waktu yang berbeda-beda sesuai dengan keputusan pengadilan yang telah ditetapkan. Dalam implementasinya, tidak semua narapidana dapat melakukan pembinaan dengan baik dan sesuai dengan prosedur yang dianjurkan, terdapat beberapa narapidana didalam Lapas yang malah menentang dan tidak mau diberikan pembinaan. Salah satu faktor mereka menolak untuk diberikan pembinaan karena mereka merasa tertekan dan mengalami depresi. Penelitian yang dilakukan bersifat kajian narrative, penulis mengumpulkan beberapa artikel terkait lalu mengidentifikasi artikel tersebut. Hasil penelitian mengatakan ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi depresi pada narapidana yaitu hubungan keluarga dan narapidana yang tidak harmonis, narapidana yang tidak mampu beradaptasi dengan lingkungan dan merasa bahwa dirinya tidak pantas berada didalam penjara, narapidana yang tidak siap kembali kedalam lingkungan masyarakat akibat merasa dirinya kotor dan tidak pantas, tidak terpenuhinya kebutuhan biologis seorang narapidana, bahkan narapidana khususnya hukuman berat seperti hukuman mati dan seumur hidup yang merasa tertekan akan hukuman yang diberikan kepada mereka. Untuk mengatasi terjadinya depresi yang dirasakan oleh narapidana alangkah baiknya untuk para tenaga kesehatan lapas lebih memperhatikan kesehatan mental mereka dan tentunya petugas memberikan kegiatan yang lebih bermanfaat sebagai bentuk mengisi waktu luang mereka, dan tidak kalah penting adanya dukungan dari keluarga kepada narapidana sebagai bentuk peduli kepada para narapidana didalam Lapas.

Kata Kunci: Faktor, Depresi, Narapidana

*Correspondence Address : mayunafarizka14@gmail.com

DOI : 10.31604/jips.v8i5.2021.1220-1232

© 2021UM-Tapsel Press

PENDAHULUAN

Tindakan kriminal merupakan suatu tindakan yang kompleks dan mendapat perhatian banyak kalangan, karena tindakan kriminal merupakan suatu tindakan yang bertentangan atau tidak sejalan dengan hukum dan undang-undang yang berlaku di Indonesia. Dari data yang didapat dalam Publikasi Statistik Kriminla 2020 menyajikan gambaran umum mengenai tingkat perkembangan kriminalitas di Indonesia, pada periode 2019 jumlah kejadian kejahatan atau tindak kriminalitas di Indonesia sebanyak 269.324 kejadian (Badan Pusat Statistik, 2020)

Di Indonesia perbuatan kriminal semakin meningkat setiap tahunnya dan mendapat perhatian khusus dari pihak penegak hukum. Sebagai Negara hukum seperti yang terdapat dalam Pasal 1 ayat (3) Undang-undang Dasar 1945 telah ditegaskan bahwa negara Indonesia merupakan negara hukum, tentu pelaku tindak kriminal atau seorang yang melakukan tindak pidana dihukum sesuai dengan ketetapan hukum yang dianut Indonesia, salah satunya yaitu pidana penjara.

Pidana penjara yang diberikan kepada pelaku atau narapidana ditujukan sebagai obat atau pemulihan dan tentunya bukan berfungsi sebagai salah satu bentuk pembalasan (Sari, 2014). Pelaku tindak pidana yang selanjutnya menjadi narapidana akan menjalani pidana di Lapas, kehilangan kebebasan bergerak yang artinya mereka tidak memiliki cukup banyak ruang untuk beraktivitas layaknya masyarakat pada umumnya dalam jangka waktu tertentu atau bahkan dalam kurun waktu seumur hidup (Harsono, 1995)

Lembaga Pemasyarakatan adalah suatu wadah yang mempunyai fungsi mendidik dan membimbing para pelaku tindak pidana yang sudah inkrah dinyatakan sebagai narapidana atau warga negara yang melakukan suatu

tindakan pidana. Di Indonesia sendiri Lembaga Pemasyarakatan merupakan suatu tahap akhir dalam proses peradilan pidana, dimana apabila terdapat terdakwa yang sudah inkrah dinyatakan bersalah, maka terdakwa wajib ditempatkan didalam Lembaga Pemasyarakatan untuk mendapatkan pembinaan dengan tujuan agar tidak mengulangi perbuatan pidana kembali serta menyesali perbuatan yang dilakukan merupakan tindakan yang tidak seharusnya dilakukan, selain itu juga dapat menjadi masyarakat yang mempunyai potensi atau keahlian sehingga menjadi bekal untuk hidup bermasyarakat kembali.

Didalam Lembaga Pemasyarakatan, Narapidana diberikan pembinaan baik itu pembinaan kemandirian dan pembinaan kepribadian yang diharapkan setelah menjalani pidana didalam Lapas, mereka dapat menjadi masyarakat yang dapat diterima kembali di lingkungan masyarakat sekitar dan tidak mengulangi perbuatan pidana lagi, serta mempunyai suatu keterampilan sebagai bentuk keahlian untuk menjalani hidup yang lebih berguna dan bermanfaat. Tentunya program pembinaan yang diberikan kepada narapidana didalam Lapas ditentukan sesuai dengan keahlian atau minat mereka.

Dalam pemberian masa hukuman pidana bagi narapidana pun berbeda-beda, dapat dilihat baik itu kategori kejahatan yang dilakukan, resiko yang diberikan, atau bahkan pertimbangan-pertimbangan lainnya. Pada saat narapidana menjalankan pembinaan didalam Lembaga Pemasyarakatan mereka juga dapat mengalami stress, depresi, atau bahkan dapat bunuh diri (Sari, 2014).

Depresi adalah penyakit nomor urut 4 didunia yang dapat menyebabkan penderita atau seorang meninggal dunia. Menurut hasil Riskesdas (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Warga Indonesia yang berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi dengan prevalensi 6,1% dari seluruh penduduk di 33 provinsi di Indonesia. Selanjutnya menurut hasil penelitian (Karnovinanda & Suciati, 2014). mengenai prevalensi depresi pada narapidana yaitu 75,4% narapidana mengalami depresi dengan tingkat depresi 24,6% narapidana tidak depresi (depresi minimal), depresi ringan 28,7%, depresi sedang 38,5% dan depresi berat 8,2%.

Perubahan aktivitas sosial hingga perubahan lingkungan merupakan faktor mereka dapat mengalami berbagai macam stress, apalagi untuk membiasakan diri untuk waktu yang lama terperangkap didalam tembok yang tentunya sangat tidak nyaman. Ditambah lagi dengan keadaan Lapas di Indonesia yang semakin tahun semakin padat, membuat para WBP didalam Lapas merasa sesak, tidak mempunyai cukup ruang, bahkan tidak membuat aktivitas baik itu istirahat, tidur, dan makan tidak nyaman. Untuk bertahan hidup, mereka (narapidana) tentu harus memaksakan diri untuk tetap hidup dengan baik, mampu beradaptasi dengan lingkungan baru, mempunyai cara untuk dapat memenuhi kebutuhan dasar walaupun dengan kondisi yang terbatas (Clara Priscilla Meilina, 2013). Tetapi masih banyak narapidana yang tidak dapat menyesuaikan diri, tidak menerima keadaan bahkan tidak hidup dengan nyaman didalam Lapas, oleh karena inilah dapat memicu timbulnya depresi karena tidak senang dengan perubahan psikologisnya (Harsono, 1995).

Penyesuaian diri merupakan suatu usaha yang dilakukan agar mendapatkan harmoni dalam diri dan dengan lingkungan sekitar, sehingga rasa iri hati, dengki, depresi, prasangka, permusuhan, dan emosi negative sebagai respons pribadi yang tidak sama dan kurang efisien dapat dipangkas habis (Kartono, 2000).

Menurut Davidson kebanyakan kasus bunuh diri yang dilakukan oleh narapidana kasus depresi karena keinginan mereka untuk melarikan diri dari perasaan sadar yang menyakitkan atas semua kegagalan dan tidak keberhasilan diri dalam menyesuaikan diri, akibatnya menimbulkan emosional yang berat hingga mengalami depresi. Penyesuaian diri merupakan salah satu faktor bagi narapidana mengalami depresi, selain itu narapidana juga sering mengalami depresi karena tidak diperlakukan baik oleh keluarga, merasa terasingkan dari lingkungan atau bahkan tidak mendapatkan kunjungan dari orang-orang terkasih. Hal ini juga dapat ditambahnya dengan narapidana yang mendapatkan hukuman penjara dalam waktu yang lama bahkan hingga bertahun-tahun seperti yang dapat terjadi pada narapidana kasus narkoba, hingga terorisme.

Akibat dari lamanya masa pidana yang ia jalankan, tidak mendapatkan perhatian yang baik, hingga tidak dapat beradaptasi untuk waktu yang lama didalam Lembaga Pemasyarakatan membuat mereka semakin terpuruk, tidak mempunyai semangat, dan berujung depresi hingga dapat menimbulkan rasa ingin bunuh diri. Oleh karena itulah penulis tertarik untuk mengangkat tema yang berjudul "Faktor Yang Dapat Mempengaruhi Depresi Pada Narapidana Di Lapas" guna untuk mengetahui apa saja faktor yang mempengaruhi terjadinya depresi yang dirasakan oleh Narapidana didalam Lembaga Pemasyarakatan.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam melakukan penelitian ini adalah kajian naratif atau narrative review. Dalam hal ini hanya mengidentifikasi temuan-temuan pada topic penelitian. Data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan data sekunder yang diambil dari artikel-

artikel yang terkait dengan faktor-faktor depresi pada narapidana dari terdahulu hingga artikel terbaru 2020. Pencarian literature dilakukan secara komprehensif melalui Google Scholar, baik artikela nasional maupun internasional dengan memasukkan kata kunci “Faktor-Faktor Depresi” dan “Depresi Pada Narapidana”.

Hasil pencarian dengan kata kunci tersebut didapatkan artikel sebanyak 67.910 yang selanjutnya disesuaikan dengan kriteria untuk dilakukan penyaringan dengan kriteria terbit 5 tahun terakhir (2015-2020), selanjutnya artikel dibaca, diidentifikasi, dan ditelaah (Nur Oktavia Hidayati, dkk, 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Didalam Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 Tentang Pemasarakatan, dikatakan bahwa narapidana merupakan seorang terpidana yang kehilangan kemerdekaan di Lembaga Pemasarakatan (Lapas). Sedangkan arti dari terpidana adalah seorang yang di pidana berdasarkan keputusan pengadilan yang telah memperoleh kekuatan hukum yang tetap (Shofia, 2009).

Narapidana atau terpidana yang telah memperoleh kekuatan hukum yang tetap berdasarkan keputusan pengadilan akan ditempatkan di Lembaga Pemasarakatan yaitu wadah atau tempat untuk melakukan pembinaan bagi narapidana sehingga setelah menjalani pembinaan, mereka sudah siap diterima kembali di lingkungan masyarakat. Dalam rangka melakukan pembinaan kepada narapidana, pada Pasal 12 UU 12 Tahun 1995 Tentang Pemasarakatan Lembaga Pemasarakatan memberlakukan penggolongan atas dasar:

- a. usia
- b. jenis kelamin
- c. lamanya pidana yang dijatuhkan
- d. jenis tindak kejahatan, dan

- e. kriteria lainnya sesuai dengan kebutuhan atau perkembangan pembinaan.

Didalam rancangan KUHP 968 dikatakan bahwa tujuan diadakannya pemidaan antara lain: (Shofia, 2009)

1. Untuk mencegah terjadinya tindak pidana sehingga dapat mengayomi Negara, masyarakat, dan penduduk.
2. Untuk membimbing para narapidana agar mereka dapat menyesali perbuatan, insaf, dan menjadi warga Negara yang lebih baik lagi dan berguna dalam masyarakat.
3. Untuk menghilangkan noda-noda akibat dari adanya tindak pidana yang dilakukan.
4. Pidanaaan yang dilakukan kepada narapidana bukan sebagai perbuatan menderitakan dan merendahkan hak asasi manusia yang mereka miliki.

Diketahui bahwa narapidana melakukan tindakan pidana tidak hanya berasal dari diri mereka yang menginginkan, selain dari faktor itu pasti terdapat beberapa alasan mereka untuk melakukan tindak pidana. Kejahatan yang dilakukan oleh para narapidana terjadi dikarenakan faktor internal dan eksternal.

1. Faktor Internal
Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam individu, beberapa diantaranya
 - a) Diakibatkan dari gen turunan dari orang tua atau sifat bawaan yang cenderung lebih tertarik untuk terlibat dengan tindak kejahatan,
 - b) Tidak mempunyai atau lemahnya pertahanan

diri sehingga cenderung mudah terhasut dari lingkungan untuk ikut-ikutan dalam berbagai hal

- c) Kurangnya kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan, salah satunya salah memilih teman, dan ikut dalam pergaulan yang menjerumus kepada tindakan kejahatan
- d) Kurang teguh pada keimanan yang dimiliki, keimanan sebagai salah satu kontrol dalam diri untuk memutuskan atau mengambil tindakan.

2. Faktor Eksternal

- a) Lingkungan keluarga atau masyarakat yang kurang memberikan perhatian, biasanya seseorang diakibatkan dari kurang mendapatkan perhatian orang tua sehingga membuat dirinya mencari perhatian diluar lingkungan keluarga
- b) Faktor ekonomi yang kurang membuat seseorang dengan sadar melakukan tindakan pidana salah satunya dengan cara mencuri agar dapat memenuhi kebutuhan hidupnya
- c) Faktor perkembangan teknologi, akibat dari kemajuan teknologi sekarang membuat orang-orang ingin mengikuti tren jaman sekarang seperti mempunyai keinginan untuk memiliki suatu barang yang mahal contohnya handphone yang canggih, laptop, dan

bahkan barang-barang lainnya.

Depresi adalah suatu kondisi emosional yang dirasakan dengan munculnya kesedihan yang amat mendalam, perasaan yang tidak karuan, dan merasa bersalah seperti menjauhkan diri dari lingkungan, tidak bisa tidur, hilangnya selera makan, bahkan minat dalam beraktivitas sehari-hari (Dirgayunita, 2016). Sedangkan menurut Yosep (2010) Depresi adalah suatu bentuk gangguan jiwa berdasarkan perasaan yang ditandai dengan adanya kemurungan, sedih, lesu, hilang rasa bersalah, merasa tidak berdaya, dan putus asa.

Chaplin, J.P., (2002) mengelompokkan depresi pada 2 situasi, yaitu seorang yang normal dan pada kasus patologis. Pada orang normal, depresi adalah keadaan seseorang yang murung, sedih, tidak mempunyai semangat, dengan ditandai adanya perasaan yang tidak karuan, menurunnya aktivitas, dan pesimis dalam menghadapi masa yang akan datang. Sedangkan pada kasus patologis, depresi adalah sikap ketidak inginan yang ekstrim membalas reaksi terhadap perangsang, disertai dengan kurangnya rasa percaya diri, delusi, dan putus asa.

Davidson, G.C., Neale, J.M. & Kring, (2010) menjelaskan bahwa depresi adalah salah satu keadaan emosi yang diikuti dengan rasa sedih yang sangat, perasaan tidak berharga dan merasa bersalah, menjauhkan diri dari banyak orang, sulit tidur, hilangnya nafsu makan, hilangnya keinginan seksual, minat dan tidak menarik terhadap aktivitas sehari-hari.

Menurut Maxmen (1986) ada 4 model pengklasifikasian depresi yaitu

Pertama, model endogenus dengan model reaktif; depresi model ini dikarenakan faktor biologis, sedangkan

model reaktif dikarenakan oleh faktor-faktor psikososial.

Kedua, depresi model primer dan sekunder, pada model primer tidak ada pendahuluan sedangkan depresi sekunder diawali dari penyakit fisik atau dari mental.

Ketiga, depresi model unipolar dan bipolar, pada depresi model bipolar seseorang mempunyai riwayat episode mania atau hipomania, sedangkan unipolar tidak ada riwayat yang mengawalinya.

Keempat, yaitu model depresi psikotik dan neurotic, pada depresi neurotik ini lebih ringan dari pada psikotik yang merupakan bentuk depresi yang begitu parah.

Berdasarkan berbagai definisi dari ahli diatas, dapat disimpulkan bahwasannya depresi adalah suatu gangguan emosional atau perasaan hati yang sedang buruk yang dirasakan oleh seseorang dengan ditandai rasa sedih, murung, putus asa, tidak mempunyai semangat untuk hidup kedepan, dan selalu merasa bersalah. Sehingga proses mental baik itu pikiran, berperasaan, atau berperilaku dapat mengganggu berbagai aktivitas untuk kehidupan maupun hubungan interpersonal dengan orang lain.

Beck mengatakan bahwa memaki diri sendiri dan cara fikir yang menyimpang merupakan faktor utama dari ciri-ciri seorang mengalami depresi. lalu menurutnya ada tujuh kesalahan kognitif yang dialami oleh orang yang sedang mengalami depresi, yaitu: (Wandansari Sulistyorini, 2017)

- a. Overgeneralization yaitu mempercayai bahwa apabila suatu kejadian mendapatkan dampak negative maka hasil negative yang didapat juga akan terjadi pada peristiwa yang sama bahkan dalam peristiwa yang belum terjadi.

- b. Selective Abstraction yaitu pikiran yang selalu mengarah ke hal yang negative
- c. Assumsing exsessive responsibility atau personal causalitas yaitu menganggap semua penyebab kegagalan atau suatu kejadian negative dikarenakan dari diri sendiri
- d. Temporal causality atau predicting without sufficient evidence yaitu mempercayai bahwa apabila terjadi sesuatu yang buruk atau peristiwa buruk di masa lalu, pasti hal yang sama akan terjadi lagi
- e. Making self reference yaitu percaya diri sendiri dan membiarkan hal buruk menjadi sorotan orang lain (tidak peduli)
- f. Castratrophizing yaitu selalu berpikir tentang setiap kegiatan yang dilakukan akan mendapatkan hasil yang buruk
- g. Thinking dischotomously yaitu selalu melihat sesuatu sebagai suatu kejadian yang esktrim

Adapun gejala fisik yang didapatkan apabila seseorang sedang depresi:

1. adanya gangguan pada pola tidur; seperti insomnia atau hipersomnia;
2. menurunnya tingkat aktivitas yang dijalani, seperti tidak ada minat dan kesenangan atas hobi yang disukai;
3. tidak nafsu makan atau makan secara berlebihan;
4. Gejala penyakit fisik yang tak kunjung sembuh, seperti nyeri kepala, mengalami masalah pencernaan, dan sakit lambung;
5. merasa berat ditangan dan kaki

6. energy yang sedikit, kelelahan, menjadi cepat lelah;
7. kesulitan untuk berkonsentrasi, sulit mengingat, dan memutuskan.

Selain itu, gejala psikis yang dirasakan seseorang yang sedang depresi:

1. rasa sedih dan khawatir yang berlebihan;
2. putus asa dan mudah menyerah;
3. rasa bersalah, tidak mempunyai rasa percaya diri, merasa terbebani, dan tidak berguna;
4. gelisah dan gampang marah;
5. mempunyai pemikiran untuk mati dan bunuh diri;
6. sensitive; dan
7. tidak mempunyai rasa percaya pada diri sendiri

Ada 3 faktor yang dikaitkan dengan penyebab depresi yaitu faktor biologi, faktor psikologis atau kepribadian, dan faktor sosial. Pada faktor biologi gangguan mood, perubahan hormon pada wanita, menopause juga meningkatkan resiko terjadinya depresi, selain itu juga penyakit berkepanjangan dapat menyebabkan stress dan depresi. Faktor psikologis, apabila seseorang merasa tertekan mereka akan merenung, mengalihkan atau melakukan aktivitas yang merubah situasi, sehingga individu mengalami depresi dan menganggap dirinya tidak dapat menghadapi lingkungan dan kondisi diri. Sedangkan faktor sosial dapat terjadi seperti adanya masalah keuangan, faktor usia, maupun adanya kejadian tragis seperti kehilangan seseorang yang dicintai atau lain hal.

Adapun risiko yang ditimbulkan akibat dari depresi sebagai berikut: (Dirgayunita, 2016)

1. Bunuh diri
2. Gangguan tidur
3. Gangguan interpersonal
4. Gangguan dalam pekerjaan
5. Gangguan pola makan
6. Perilaku-perilaku merusak

Selain itu terdapat dua macam gangguan depresi, yaitu:

1. Major Depressive Disorder (MDD)

MDD diikuti dengan adanya rasa sedih dan hilangnya keinginan untuk menikmati aktivitas yang biasanya dijalani, selain itu ada empat gejala yang dialami yaitu tidur yang terlalu panjang (hingga 10 jam bahkan lebih) atau tidur yang terlalu sedikit (kesulitan untuk tidur atau terlalu sering terbangun saat tidur), system motorik yang kaku, hilangnya nafsu makan dan berat badan yang menurun sangat cepat atau sebaliknya yaitu makan berlebihan dan berat badan meningkat secara berlebihan, tidak percaya diri, sulit untuk konsentrasi, berpikir, dan adanya pikiran untuk melakukan bunuh diri berulang kali.

2. Dysthymic Disorder (Gangguan Distimik atau distimia)

Yaitu jenis depresi yang sangat kronis. Seseorang didiagnosis mengalami distimik atau kondisi depresif dalam waktu dua tahun, separuh dari waktu tersebut individu merasakan kondisi depresif, minimal mengalami 2 gejala dari beberapa gejala, yaitu hilangnya nafsu makan atau sebaliknya, tidur terlalu banyak atau sebaliknya, merasa tidak percaya diri, sulit untuk mengambil keputusan, dan tidak mempunyai harapan.

Untuk mengatasi depresi ada beberapa cara penanganan yang dapat dilakukan, antara lain:

1. Perubahan pola hidup

Perubahan pola hidup yang baik dapat mengatasi masalah depresi seseorang,

dapat dilakukan mulai dari menerapkan pola hidup yang rajin berolahraga, mengatur pola makan yang baik serta mencukupi gizi-gizi yang dibutuhkan oleh tubuh, berdoa dan mendekatkan diri kepada tuhan, memiliki kemauan dan keberanian dalam diri untuk melakukan perubahan terhadap kondisi yang sedang dialami, dan selalu mencari rekreasi sebagai salah satu cara untuk menghindari diri dari perasaan depresi.

2. Terapi psikologi

Ada beberapa terapi psikologi yang dapat dilakukan untuk mengatasi depresi yaitu

- a) Terapi interpersonal dimana ditangani oleh seorang psikolog pada jangka waktu yang singkat yang berfokus terhadap orang dengan perkembangan gangguan kejiwaan,
- b) Konseling kelompok dan dukungan sosial yang dimana mendatangi tempat bimbingan konseling dan melakukan wawancara antara konselor dan pasien dengan kelompok kecil,
- c) Terapi humor yang dilakukan oleh professional medis untuk membantu pasien dalam mempertahankan sikap mental yang positif, dan
- d) Terapi kognitif (CBT) yaitu memusatkan pada proses berpikir pasien dengan kesulitan emosional dan psikologi pasien untuk membantu mengubah pikiran-

pikiran atau pernyataan diri negated dan keyakinan pasien yang tidak rasional.

3. Pengobatan

Pasien dapat berkonsultasi dengan dokter kejiwaan atau psikiater, beberapa contoh obat antidepresan adalah lithium, MAOIs, Tricyclics, serta beberapa orang psikiater meresepkan obat perangsang jiwa, dan obat yang mengobati gangguan deficit perhatian.

Selain cara penanganan atau mengatasi depresi, tentunya diperlukan pencegahan untuk mengatasi depresi itu muncul kembali, dapat dilakukan beberapa cara antara lain:

1. Bersikap realistis terhadap apa yang diharapkan dan apa yang bisa dilakukan,
2. Tidak mudah menyalahkan diri sendiri atau orang lain atas kesalahan atau kegagalan yang dialami,
3. Tidak membandingkan diri sendiri dengan orang lain ataupun dengan kehidupan orang lain,
4. Mendapatkan dukungan baik dari keluarga, orang terdekat, dan sosial apabila kita merasakan depresi,
5. Rutin menjaga pola hidup yang baik seperti rajin berolahraga, menjaga pola makan, dan hidup lebih sehat,
6. Tidak menyesali sesuatu yang terjadi, bersikap lebih tenang apabila mendapatkan suatu masalah, dan dapat mengendalikan diri dari emosi,
7. Tidak menutup diri dari lingkungan sosial dan selalu melakukan aktivitas yang

positif dengan orang-orang sekitar,

8. Serta mendekatkan diri kepada tuhan YME dan rajin beribadah.

Berdasarkan Pasal 12 UU 12 Tahun 1995 Tentang Pemasyarakatan Lembaga Pemasyarakatan memberlakukan penggolongan atas dasar:

- a. usia
- b. jenis kelamin
- c. lamanya pidana yang dijatuhkan
- d. jenis tindakan kejahatan, dan
- e. kriteria lainnya sesuai dengan kebutuhan atau perkembangan pembinaan.

Dengan adanya penggolongan dalam hal ini diharapkan kepada narapidana untuk dapat mengikuti program pembinaan dengan baik dan tentunya pembinaan yang diberikan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam implementasinya, pembinaan yang diberikan kepada narapidana tidak cukup mudah untuk dilakukan bahkan tidak mudah untuk mencapai target yang ditentukan, karena terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pembinaan yang dilakukan didalam Lapas, sebagai berikut

1. Akibat dari Overcrowded Narapidana didalam Lapas mengakibatkan pembinaan yang diberikan kepada mereka kurang optimal
2. Kurangnya kesadaran dari beberapa narapidana sehingga ia merasa bahwa pembinaan yang diberikan tidak menarik bahkan menolak untuk diberikan pembinaan
3. Masih kurangnya sarana dan prasarana di beberapa Lapas sehingga kurang

memfasilitasi jalannya pembinaan.

Selain itu juga masalah yang tak kalah pentingnya, terdapat beberapa narapidana yang terkena kesehatan mental, didalam Lapas tentu tidak sedikit narapidana yang merasa terkekang, merasa tidak adil, merasa bahwa dirinya tidak bersalah dan tidak pantas diberikan pembinaan didalam Lapas, oleh karena itulah kesehatan narapidana didalam Lapas sangat penting diperhatikan.

Secara khusus, narapidana yang cenderung mengalami kesehatan mental merupakan narapidana yang memiliki vonis hukuman penjara yang cukup berat, contohnya pada narapidana yang divonis penjara diatas 10 tahun atau bahkan narapidana hukuman mati. Menurut Eddyono, S. W., Napitupulu, E. A., & Kamilah (2015) mengatakan, hukuman mati bisa mengakibatkan penyiksaan dan tindakan sewenang-wenang yang mengakibatkan seseorang tersiksa dan tidak manusiawi. Seorang yang akan dieksekusi mati mendapatkan kecemasan dalam dirinya dan menunggu eksekusi itu sendiri sehingga membuat dirinya mengalami depresi dan mengingkan untuk melakukan percobaan bunuh diri.

Wilson (2016) mengatakan bahwa dari 28 orang yang didapatkan eksekusi mati ditahun 2015, terdapat tujuh orang yang menderita penyakit mental serius dan tujuh lainnya menderita gangguan atau cedera otak serius. Pernyataan itu menunjukkan bahwa beberapa narapidana yang akan dieksekusi mati mengalami gangguan mental bahkan hingga depresi.

Tentunya depresi dapat dirasakan oleh semua manusia, termasuk narapidana. Dalam hal ini ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi narapidana mengalami depresi, sebagai berikut

1. Narapidana dapat mengalami depresi akibat dari faktor hubungan keluarga dengan narapidana yang tidak cukup harmonis, hal itu dapat dialami karena narapidana yang merasa tidak percaya diri atau minder, bahkan bisa jadi karena keluarga yang tidak memberikan semangat kepada narapidana sehingga memutuskan hubungan keluarga dengan narapidana tersebut
2. narapidana dapat mengalami depresi akibat dari dalam dirinya yang tidak mampu beradaptasi dengan lingkungan baru (penjara) sehingga membuat dirinya tidak betah, tidak nyaman, bahkan stress karena berada dalam suatu ruangan yang bahkan ia tidak senangi
3. narapidana dapat mengalami depresi akibat dirinya yang merasa bahwa dirinya tidak bersalah dan selalu berpikir bahwa penjara bukanlah tempat yang layak untuk dirinya, sehingga ia mengalami stress dan depresi
4. narapidana dapat mengalami depresi karena ia tidak siap kembali kedalam lingkungan masyarakat sebelumnya, karena merasa dirinya kotor dan tidak layak untuk hidup dengan baik sehingga membuatnya merasa terbebani dan tertekan.
5. narapidana khususnya narapidana yang mendapatkan hukuman penjara yang cukup lama mungkin sekitar sepuluh tahun penjara, hukuman seumur hidup, bahkan hukuman mati dapat membuat ia tertekan, stress, hingga depresi, serta tidak menutup kemungkinan untuk melakukan bunuh diri
6. tidak terpenuhinya kebutuhan biologis seorang suami atau istri merupakan salah satu penyebab depresi yang dialami oleh narapidana.

Menurut Edward P. Sarafino (2002) beberapa manfaat dari dukungan sosial diantaranya: a. Membantu individu untuk mengatasi coping stress secara langsung maupun tidak langsung; b. Menurunkan tingkat kecemasan yang dirasakan oleh individu; c. Meningkatkan perasaan diterima. Apabila lingkungan sekitar baik itu sesama narapidana, keluarga, petugas, hingga masyarakat sekitar narapidana dapat mendukung dirinya, maka tingkat kecemasan narapidana akan rendah, ia akan merasa keberhargaan dirinya, dan kepribadian akan stabil sehingga narapidana mampu menghadapi kecemasan atau ketakutan pada dirinya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Yudhi Prabowo, Ika Subekti Wulandari (2020) depresi pada narapidana dipengaruhi oleh dukungan sosial keluarga yang sangat kurang. Dukungan keluarga yang diberikan kepada narapidana adalah suatu bentuk penghargaan dan sumber yang dapat membantu mengawasi, memenuhi kebutuhan, serta dukungan emosional.

Menurut Asrer Bedaso, Gemechu Kediro (2018) setiap orang dapat mengalami depresi, termasuk narapidana. Ia menjelaskan salah satu penyebab depresi dipenjara adalah seorang yang mengingat kesalahannya dimasa lalu, mencoba meringankan kejahatan saat di penjara, sering merasa bersalah dan bersedih, dan terus kepikiran sehingga berpengaruh kepada tingkat depresi narapidana dan lamanya narapidana tersebut didalam Lapas.

Zamroni (2020) menyebutkan bahwa narapidana dengan hukuman diatas lima

tahun penjara mempunyai kecenderungan mengalami depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan narapidana yang mendapatkan hukuman kurang dari lima tahun penjara. Selain itu menurut Sopiah (2017) bahwa penyesuaian diri yang rendah dapat mengakibatkan depresi pada narapidana, karena salah satunya aspek strategi koping yaitu koping menghindari memiliki dampak dengan penyesuaian narapidana didalam Lapas, semakin menghindari atau menyerah dalam mengatasi masalah maka semakin sulit narapidana beradaptasi.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan, penulis dapat menyimpulkan bahwa ada Faktor Yang Dapat Mempengaruhi Depresi Pada Narapidana Di Lapas, sebagai berikut

1. Narapidana didalam Lembaga Pemasyarakatan dapat mengalami depresi akibat dari faktor lingkungan keluarga maupun sosial yang tidak baik. Ada beberapa narapidana yang akibat dari perilaku yang menyimpang ini, mereka diasingkan bahkan tidak dipedulikan oleh keluarganya, oleh karena itulah narapidana merasa putus asa dan merasa sangat berdosa, serta tidak mempunyai seorang yang menjadi penyemangatnya.
2. Narapidana yang tidak bisa beradaptasi dengan lingkungan barunya (penjara). Narapidana yang tidak bisa beradaptasi didalam tembok penjara mengakibatkan mereka merasa tidak nyaman dan tidak betah lalu mereka

mengalami depresi dan stress akibat dari lingkungan yang tidak ia sukai tersebut.

3. narapidana yang merasa bahwa dirinya tidak bersalah serta tidak pantas mendapatkan pembinaan didalam Lembaga Pemasyarakatan merupakan salah satu faktor penyebab depresi yang dialami narapidana. Mereka tidak mau berdamai dengan diri, tidak mempunyai keinginan untuk mengakui kesalahannya, sehingga hal tersebut membuat mereka stress dan depresi bahkan bisa bunuh diri akibat dari hal tersebut.
4. narapidana yang merasa kotor, tidak pantas untuk kembali kedalam masyarakat atau lingkungan mereka sebelumnya dapat membuat mereka merasa stress dan depresi. mereka terlalu malu untuk kembali dan merasa bahwa dirinya sudah tidak layak membuat mereka merasa tertekan dan terbebani sehingga merasa stress, depresi, dan mempunyai keinginan untuk melakukan bunuh diri.
5. narapidana yang mendapatkan hukuman penjara yang cukup lama, misalnya seperti 10 tahun keatas, hukuman mati, bahkan hukuman seumur hidup menjadi salah satu faktor yang dapat menyebabkan narapidana hukum tinggi tersebut mengalami depresi. beberapa dari mereka berfikir bahwa mereka akan membusuk dipenjara, tidak akan bebas dari penjara mengakibatkan

mereka depresi dan melakukan percobaan bunuh diri. Termasuk narapidana hukuman mati, mereka berpikir mereka hanya menunggu eksekusi mati, maka lebih baik apabila mereka melakukan bunuh diri sebelum di eksekusi mati.

6. narapidana didalam lembaga pemasyarakatan mengalami tidak terpenuhinya kebutuhan biologis, akibat dari itu dapat menyebabkan beberapa dari narapidana mengalami depresi, karena didalam lembaga pemasyarakatan mereka hanya diperbolehkan bertemu dengan suami atau istri bahkan hanya untuk waktu yang singkat.

DAFTAR PUSTAKA

Asrer Bedaso, Gemechu Kediro, T. Y. (2018). Factors associated with depression among prisoners in southern Ethiopia: a cross-sectional study. *BMC Research Notes*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s13104-018-3745-3>

Badan Pusat Statistik. (2020). *Statistik Kriminal 2020*. BPS RI. Retrieved from <https://www.bps.go.id/publication/download.html?nrbvfeve=MGYyZGZjNDY3NjEyODFmNjhmMTFhZmIx&xzmn=aHR0cHM6Ly93d3cuYnBzLmdvLmlkL3B1YmtpY2F0aW9uLzlwMjAvMTEvMTcvMGYyZGZjNDY3NjEyODFmNjhmMTFhZmIxL3N0YXRpc3Rpay1rcmltaW5hbC0yMDIwLmhhbWw%3D&twoadfnoarfeauf=MjAyMS0xM>

Chaplin, J.P., K. K. (2002). No Title. Retrieved from J.P. Chaplin%0AKartini Karton

Davidson, G.C., Neale, J.M. & Kring, A. M. (2010). (2010). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Rajawali Pers, Jakarta.

Dirgayunita, A. (2016). Depresi: Ciri, Penyebab dan Penangannya. *Jurnal An-Nafs*, 1. <https://doi.org/https://doi.org/10.33367/psi.v1i1.235>

Eddyono, S. W., Napitupulu, E. A., & Kamilah, A. G. (2015). *Hukuman Mati dalam R KUHP: Jalan Tengah Yang Meragukan*. Jakarta Selatan: Institute for Criminal Justice Reform.

Edward P. Sarafino, T. W. S. (2002). *Health Psychology: Biopsychological Interaction*.

Harsono. (1995). *Sistem Baru Pembinaan Narapidana*. Jakarta: Djambatan.

Karnovinanda, R., & Suciati, T. (2014). Prevalensi depresi pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Anak. *Faktor Penyebab Stres Pada Tenaga Kesehatan Dan Masyarakat Pada Saat Pandemicovid-19*, 46(4), 243-249.

Kartono, K. (2000). *Hygiene Mental*. CV. Mandar Maju.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar*. Retrieved from <https://doi.org/1>

Maxmen, j. s. (1986). *Essential Psychopathology*. New york: W W Norton & Company Inc.

Nur Oktavia Hidayati, Hamidah Nurhalimah, Ismailah Alam, Puji Adi Kharisma, Y. A. (2021). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI DEPRESI PADA NARAPIDANA. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9, Hal 549-558. Retrieved from file:///D:/download/6535-22245-1-PB.pdf

Sari, A. (2014). No Title. *PENYESUAIAN DIRI DAN DEPRESI PADA NARAPIDANA DILEMBAGA PERMASYARAKATAN PEKANBARU RIAU*. Retrieved from <http://repository.uin-suska.ac.id/id/eprint/5875>

Shofia, F. (2009). *OPTIMISME MASA DEPAN NARAPIDANA*. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Retrieved from <http://eprints.ums.ac.id/3603/1/F100030092.pdf>

Sopiah. (2017). Kerentanan, Strategi Koping, Dan Penyesuaian Anak Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (Lpka). *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 10(3), 192-203.

Wandansari Sulistyorini, M. S. (2017). *Depresi: Suatu Tinjauan Psikologis*. Sosio Informa, 3. Retrieved from <https://ejournal.kemensos.go.id/index.php/Sosioinforma/article/view/939/605>

Wilson, R. J. (2016). The death penalty and mental illness in international human rights law: Toward abolition. *Washington and Lee Law Review*; Lexington, 7(3), 1469–1499. Retrieved from <https://www.proquest.com/docview/1870932346?accountid=50257&forcedol=true>

Yosep, I. (2010). *Keperawatan Jiwa*. Bandung: PT. Refika Aditama.

Yudhi Prabowo, Ika Subekti Wulandari, A. C. N. A. (2020). ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUHI DEPRESI PADA NARAPIDANA DI RUMAH TAHANAN KLAS I KOTA SURAKARTA. UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA. Retrieved from [http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/429/1/Naspub Yudhi Prabowo judul srtkt.pdf](http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/429/1/Naspub%20Yudhi%20Prabowo%20judul%20srtkt.pdf)

Zamroni. (2020). DEPRESI PADA WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN (WBP) KASUS PEMBUNUHAN DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN X. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 15(1), 211–222. Retrieved from <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/proyeksi/article/view/11032/4252>