

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kesehatan jiwa menjadi ancaman yang sangat berat karena adanya perbedaan perspektif terutama dalam konteks kesehatan. Banyak orang yang masih menganggap masalah kesehatan jiwa bukan sebagai penyakit, padahal kesehatan jiwa sama halnya dengan kesehatan fisik, jika tidak diatasi gangguan kejiwaan dapat mengancam kehidupan seseorang. Kemenkes RI (2017). Gangguan jiwa adalah suatu perubahan pada fungsi jiwa yang menyebabkan adanya gangguan pada fungsi jiwa, yang menimbulkan penderitaan pada individu dan atau hambatan dalam melaksanakan peran sosial (Lubis, 2016).

Menurut UU No. 18 tahun 2014 tentang kesehatan jiwa merupakan suatu kondisi di mana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spritual dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi. Kesehatan mental adalah pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan segala potensial, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan orang lain serta terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa (Lubis, 2016).

*World Health Organization* WHO (2019) melaporkan terdapat 227 ribu kasus kesehatan jiwa di dunia di kategorikan sebagai berikut 264 juta orang mengalami depresi, 45 juta orang menderita gangguan bipolar, 50 juta orang mengalami demensia, dan 20 juta orang jiwa mengalami skizofrenia. Dalam jumlah kasus kesehatan jiwa tersebut mengalami peningkatan pada tahun 2020 yaitu sebanyak 197 ribu orang. lebih dari 19 juta penduduk berusia 15 tahun

mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi pada narapidana.

Narapidana merupakan seseorang yang melanggar norma dan telah mendapatkan keputusan hukum tetap berupa hilangnya hak kemerdekaan sehingga menjalani kesehariannya di sebuah Lembaga Pemasyarakatan untuk melaksanakan pembinaan. Anak yang tindakan pidana merupakan anak yang melakukan tindakan pidana telah mencapai umur 12 tahun tapi blm mencapai 18 tahun dan belum pernah menikah. (Wilson, dkk 2016).

*World Health Organization* (WHO, 2019) jumlah narapidana dari tahun ke tahun mengalami peningkatan di Amerika Serikat (AS) mencapai 2,06 juta orang hingga September tahun 2021, Tiongkok menempati posisi kedua lantaran memiliki 1,71 juta narapidana, Brasil menyusul dengan 811 ribu narapidana, India dan Rusia berada di peringkat selanjutnya dengan jumlah narapidana masing-masing sebanyak 478 ribu orang dan 472 ribu orang, Thailand dan Turki masing-masing memiliki narapidana sebanyak 309 ribu orang dan 281 ribu orang.

Sementara di Indonesia jumlah narapidana juga terjadi peningkatan di setiap tahunnya, tahun 2021 yaitu 8250, Bali 3133, Bangka Belitung 2186, Banten 10136, Bengkulu 2390, Yogyakarta 1424, Jakarta 15041, Gorontalo 956, Jambi 4241, Jawa Barat 21313, Jawa tengah 13032, Jawa Timur 26038, Kalimantan Barat 5150, Kalimantan Selatan 9296, Riau 12745, Sumatera Utara 30090 orang narapidana (Lembaga tahanan Negara Indonesia, 2022).

Berdasarkan data Kantor Wilayah di Sumatra Barat jumlah narapidana di Sijunjung sebanyak 240 orang, Payakumbuh 214 orang, Alahan panjang 25 orang, Suliki 71 orang, Sawahlunto 210 orang, Pasaman Barat 89 orang, Batusangkar 35 orang, Muaralabuh 24



orang, Painan 36 orang, Padang panjang 36 orang, Padang 1052 orang (Lembaga Tahanan Kanwil Sumatera Barat, 2022).

Menurut Faradhiga (2015) banyaknya tekanan yang dialami narapidana khususnya narapidana remaja membuat mereka mudah mengalami masalah psikologis yang bias menimbulkan depresi. Tanpa adanya dukungan dari lingkungan terhadap mereka, kemungkinan terjadi angka bunuh diri, melukai dan membahayakan diri sendiri pada narapidana akan meningkat. Oleh karena itu dukungan dari lingkungan menjadi penting untuk mereka dalam menghadapi tekanan-tekanan yang terjadi pada mereka selama berada di Lapas, selain itu terkait dengan aspek kognitif depresi, individu depresif memusatkan perhatian secara selektif pada kemungkinan - kemungkinan dan aspek - aspek buruk dalam hidup dan lingkungan. Hal ini kemudian mendorong individu depresif mengembangkan cara berpikir yang depresif, seperti memandang diri secara inferior, pesimis terhadap masa depan, merasa bersalah berlebihan, dan pola - pola perilaku yang menghukum sampai muncul depresi.

Proses penahanan pada narapidana akan mengakibatkan berbagai masalah seperti konflik batin, trauma, menutup diri, kerinduan pada keluarga, tidak siap menghadapi realitas dan kecemasan akan masa depan saat keluar dari lapas (Misbah, 2020). Perbedaan pola hidup pada narapidana akan mengalami perubahan yang signifikan seperti aktifitas yang terjadwal dan lingkungan yang terbatas seringkali menyebabkan narapidana kesulitan untuk beradaptasi, narapidana yang tidak mapu menyesuaikan diri pada lingkungan sekitar dan perasaan yang dimiliki menjadikan narapidana mengalami depresi.

Depresi merupakan gangguan emosional yang di tandai dengan yang amat sangat sedih, perasaan bersalah, menarik diri dari orang lain, gangguan tidur, kehilangan nafsu makan,

hasrat seksual menurun. Menurut World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa depresi berada pada urutan ke 4 penyakit di dunia yang menyebabkan penderita mengalami percobaan bunuh diri, sebanyak 850.000 orang meninggal karena depresi (WHO, 2018).

*World Health Organization* WHO (2018) melaporkan terdapat 322 juta orang mengalami gangguan depresi di dunia dari kategori ringan hingga kategori berat. Data menunjukkan bahwa terdapat kurang lebih 264 juta orang mengalami gangguan depresi pada tahun 2020 di dunia. Angka depresi tertinggi berada di India yaitu mencapai angka 98,6%, Colombia 87,7% dan Afrika Selatan mencapai 87,1%. Negara dengan angka depresi terendah dicapai oleh Belanda 56,4%, Belgia 50,6% dan Prancis sekitar 45,9%.

Di Indonesia, data Kemenkes RI (2019), gangguan mental emosional penduduk usia  $\geq$  15-50 tahun pada tahun 2017 yaitu 7,4% dan meningkat 3,8% pada tahun 2018 menjadi 9,8%. depresi di Indonesia, berdasarkan data dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Balitbangkes) tahun 2021 melaporkan sekitar 26% narapidana mengalami depresi atau mendapatkan tekanan psikologis serius, 44% narapidana mengalami depresi, sedangkan 36% narapidana tidak mengalami depresi. Depresi pada narapidana memiliki berbagai macam gangguan yaitu depresi berat 31%, gangguan bipolar 25%, gangguan kecemasan 18%. Diperkirakan sekitar 50% sampai 75% dari 2 juta pemuda yang sdipenjara memenuhi kriteria mengalami depresi.

Berdasarkan hasil penelitian Misbah (2020) kondisi depresi yang dialami oleh narapidana akan mengakibatkan narapidana kehilangan makna hidupnya. Narapidana akan menjadi seorang yang putus asa dan tidak memiliki motivasi untuk menjalani hari-harinya yang akan dihabiskan sepanjang sisa hidupnya dipenjara. Ketika seseorang tidak mampu untuk memaknai atau mencapai makna dalam hidupnya, maka akan menimbulkan dampak

psikologis yang negatif sehingga narapidana mengalami depresi ringan – berat bahkan narapidana khususnya hukuman berat seperti hukuman mati dan seumur hidup yang merasa tertekan akan hukuman yang diberikan kepada mereka.

Berdasarkan data dari Lembaga Tahanan Kantor Wilayah Sumatera Barat (2022), jumlah narapidana yang di dalam tahanan 60% narapidana mengalami depresi ringan karena berbagai faktor terutama masa tahanan yang terlalu lama, dukungan dari keluarga yang kurang. Meningkatnya jumlah depresi pada narapidana mengakibatkan narapidana akan melakukan percobaan bunuh diri tercatat lebih dari 700.000 orang meninggal. Sementara itu data dari lapas kelas IIA Muaro Padang narapidana yang mengalami depresi sebanyak 45% dari jumlah narapidana yang ada di dalam tahanan lapas kelas II A Padang.

Berdasarkan data Kantor Wilayah di Sumatera Barat jumlah narapidana di daerah Sijunjung sebanyak 240 orang, Payakumbuh 214 orang, Alahan Panjang 25 orang, Suliki 71 orang, Sawahlunto 210 orang, Pasaman Barat 89 orang, Batusangkar 35 orang, Muaralabuh 24 orang, Painan 36 orang, Padang Panjang 36 orang, Padang 1052 orang. (Lembaga Tahanan Kantor Wilayah Sumatera Barat, 2022).

Berdasarkan data dari Lembaga Pemasarakatan Klas II A Muaro Padang Tahun 2022 jumlah narapidana yaitu 1.052 orang. Narapidana dengan gangguan depresi berjumlah 102 orang. Narapidana tersebut memiliki gangguan depresi dimulai dari tingkat ringan hingga berat. Narapidana dengan depresi berat berjumlah 6 orang sedangkan 96 narapidana lainnya berada pada depresi ringan 70 orang dengan ciri-ciri gelisah, cemas sedangkan depresi sedang 26 orang dengan ciri ciri nafsu makan kurang, gelisah, mengantuk secara berlebihan.

Tindakan yang dapat di berikan untuk mengatasi depresi yaitu dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi adalah terapi obat yang diberikan

untuk mengurangi depresi yang dialami. Sedangkan terapi non farmakologi yang dapat diberikan adalah dengan membangun hubungan saling percaya, kesadaran diri, melindungi klien, memodifikasi lingkungan, serta memotivasi kegiatan. Terapi non farmakologi yang diberikan yaitu pendidikan kesehatan, latihan relaksasi nafas dalam, dan terapi hipnotis lima jari (Hawari, 2016).

Terapi hipnotis lima jari merupakan suatu bentuk pengalihan situasi self hipnosis menyebabkan efek relaksasi, sehingga dapat mengurangi depresi, ketegangan, dan stres dari pikiran yang dapat berpengaruh pada pola pernafasan, denyut jantung, denyut nadi, tekanan darah, mengurangi ketegangan otot, memperkuat pengeluaran hormon yang dapat memicu timbulnya kecemasan, dan mengatur hormone yang berkaitan dengan stres (Hastuti, 2015). Pada hipnotis lima jari akan memfokuskan pikiran individu sehingga individu merasa rileks, mengurangi ketegangan dan depresi dengan relaksasi nafas dalam akan meningkatkan konsentrasi pada diri karena oksigen dalam tubuh akan meningkat yang membuat seseorang rileks dan tenang (Nixson Manurung, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Aisyah Dzil Kamalah (2016) dengan judul Hypnosis lima Jari untuk mengatasi depresi, ansietas dan stress pada masyarakat terpapar banjir *ROB* di dapatkan data 3 orang mengalami depresi ringan 9 orang mengalami depresi berat, 12 orang mengalami depresi sedang dan 4 orang mengalami sangat berat. Setelah dilakukan hypnosis lima jari terdapat penurunan tingkat depresi pada masyarakat terpapar banjir rob.

Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan oleh Sumirta Nengah (2018) dengan judul Pengaruh Relaksasi Lima Jari Terhadap Depresi Pada Orang Dengan Hiv di dapat kan data

tingkat depresi sedang sebanyak 13 orang mengalami nilai tertinggi 22 orang. Setelah dilakukan hipnotis lima jari terdapat penurunan depresi pada orang dengan Hiv.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh Peneliti di kelas II A Padang pada 17 Maret 2022 hasil observasi dan kuisioner yang dilakukan oleh peneliti dari 10 orang narapidana 6 orang narapidana terlihat melamun, gelisah, muka tegang, mudah menangis, dan 4 orang narapidana terlihat kantung mata terlihat hitam yang menandakan narapidana tersebut kurang tidur dan murung serta sering mondar mandir di dalam tahanan. Permasalahan yang dihadapi dipenjara dapat membuat narapidana mengalami dampak fisik seperti kesehatan mulai terganggu, tidak nafsu makan dan susah tidur, sedangkan dampak psikologis seperti kecemasan, rasa malu sampai tingkat depresi Masalah depresi pada narapidana merupakan masalah yang seharusnya amat jadi perhatian karena berkaitan dengan kesehatan mental seseorang dalam jangka panjang terutama ketika ia bebas dari hukuman dan membur kembali dalam masyarakat. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pengaruh hipnotis lima jari terhadap tingkat depresi pada narapidana kelas II A Padang tahun 2022.

ringan sampai berat.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latarbelakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian tersebut peneliti mengetahui pengaruh hipnotis lima jari terhadap tingkat depresi pada narapidana di kelas II A Padang tahun 2022.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh terapi hipnotis lima jari pada narapidana yang mengalami tingkat depresi di kelas II A Padang tahun 2022.



## 2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya distribusi ferekuensi tingkat depresi sebelum dilakukan terapi hipnotis lima jari terhadap narapidana di lapas kelas II A Padang tahun 2022.
- b. Diketuainya distribusi ferekuensi tingkat depresi sesudah dilakukan terapi hipnotis lima jari terhadap narapidana di lapas kelas II A Padang tahun 2022.
- c. Diketuainya perbedaan tingkat depresi sebelum dan sesudah dilakukan terapi hipnotis lima jari terhadap narapidana di lapas kelas II A Padang tahun 2022

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Teoritis

#### a. Bagi Peneliti

Peneliti dapat menambah pengetahuan dalam penelitian untuk mengaplikasikan ilmu yang telah di dapatkan selama perkuliahan dan dapat menambah wawasan bagi peneliti tentang pengaruh terapi hipnotis lima jari pada narapidana yang mengalami depresi di lapas kelas II A Padang tahun 2022.

#### b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat di gunakan sebagai bahan perbandingan dan informasi untuk penelitian lebih lanjut.

### 2. Praktis

#### a. Bagi Institusi Pendidikan.

Penelitian ini dapat menambah wawasan bagi mahasiswa dan sebagai bahan bacaan dan menambah referensi di perpustakaan STIKes Alifah Padang tahun 2022.

#### b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan perbandingan dan informasi untuk penelitian lebih lanjut.



## E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini membahas tentang pengaruh terapi hipnotis lima jari terhadap tingkat depresi pada narapidana di lembaga pemasyarakatan kelas IIA Padang Tahun 2022. Pada penelitian ini variabel independen yaitu tingkat terapi hipnotis lima jari dan variabel dependen yaitu tingkat depresi pada narapidana. Jenis penelitian ini adalah eksperimental (*quasi-experimental*). Penelitian telah dilaksanakan di lembaga pemasyarakatan kelas II A Padang pada bulan Februari-Agustus 2022 dan pengumpulan data dilakukan dari tanggal 05-18 Juli 2022. Populasi penelitian ini narapidana dengan depresi di lembaga pemasyarakatan kelas IIA Padang berjumlah 102 orang. Sampel pada penelitian ini berjumlah 30 orang dengan menggunakan teknik sampel *simple random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner, kemudian data diolah dengan analisis univariat dan bivariat dengan uji *Mann-Whitney U* menggunakan komputerisasi.

