

Penanggulangan Psikologi Bagi Narapidana Hukuman seumur hidup dengan program *Mindfulness for prisoners*

Yudhistira Ilham Ihza Fadilla, Mitro subroto²

Politeknik Ilmu Pemasaryakatan, Teknik Pemasaryakatan
Yudhistirafadilla@gmail.com, subrotomitro07@gmail.com

Abstrak

Sering terjadi kepada narapidana diseluruh Indonesian khususnya bagi para narapidana hukuman mati dimana mereka merasa sudah tidak ada harapan hidup kembali karena telah diberikan vonis seumur hidup oleh pengadilan yang membuat mereka mengalami gangguan psikologi. Kondisi ini sangatlah memperhatikan, dimana Lembaga Pemasaryakatan harus berperan aktif dengan memberikan beberapa fasilitas serta layanan yang harus disediakan, namun ketersediaan layanan yang masih kurang memadai ini menimbulkan para tahanan atau narapidana , khususnya terpidana hukuman seumur hidup rentan terserang masalah psikologis. Metode penelitian ini menggunakan metode penelitain normatif, dimana dengan memandanga hukum selaku kaidah dan dalam mendapatkan informasi dengan menggunakan beberapa studi literatur hukum yang berhubungan dengan pokok pembahasan pada tulisan ini. Adanya kekurangan di lapangan seperti *overcrowded* lapas, kurangnya jumlah petugas, dan tenaga ahli dari luar lembaga yang belum maksimal menjadikan faktor yang menyebabkan penurunan semangat yang berpengaruh kepada kondisi kejiwaan narapidana dan Depresi adalah salah satu dari sekian banyak masalah yang timbul akibat sector rumah tahanan yang belum memiliki layanan konseling. *Mindfulness for Prisoners* di kembangkan oleh para peneliti terdahulu untuk mengatasi hal hal seperti ini terjadi. Penelitian ini bertujuan untuk mengurangi depresi yang dialami oleh para narapidana , khususnya terpidana hukuman seumur hidup.

Kata kunci: depresi; *mindfulness for prisoners* (*mindfulners*); narapidana; hukuman seumur hidup

Abstract

It often happens to prisoners throughout Indonesia, especially to prisoners on death row where they feel that there is no hope of living again because they have been given a life sentence by the court which makes them experience psychological disorders. This condition is very worrying, where Correctional Institutions must play an active role by providing several facilities and services that must be provided, but the availability of services that are still inadequate makes prisoners or convicts, especially those sentenced to life imprisonment vulnerable to psychological problems. This research method uses a normative research method, where by looking at the law as a rule and in obtaining information by using several studies of legal literature related to the subject matter of this paper. The existence of deficiencies in the field such as overcrowded prisons, the lack of a number of officers, and experts from outside the institution that have not been maximized make the factors that cause a decrease in morale that affect the mental condition of prisoners and depression is one of the many problems that arise due to the housing sector that has not have counseling services. Mindfulness for Prisoners was developed by previous researchers to deal with things like this happening. This study aims to reduce depression experienced by inmates, especially those sentenced to life imprisonment.

Keywords: depression; full attention to prisoners (mindfulners); determined; life sentence

1. PENDAHULUAN

Lembaga Pemasyarakatan atau yang biasa disebut oleh masyarakat Lapas merupakan tempat bagi Narapidana/ terpidana yang menjalani hukuman yang telah mereka perbuat. Seperti halnya yang diketahui oleh masyarakat bahwasanya para narapidana tersebut akan menjalani hukumannya didalam lembaga pemasyarakatan. Para narapidana yang akan menjalani hukuman mereka dilapas adalah narapidana yang sudah mendapat vonis dari pengadilan dan berkekuatan hukum tetap. Selama mereka berada di lapas (lembaga Pemasyarakatan) akan mendapatkan pembinaan dari petugas yang ada dilapas tersebut dalam proses menjalani hukumannya.

Selama narapidana yang menjalani masa hukumannya didalam sel lapas (lembaga pemasyarakatan) pastinya mendapat banyak tekanan baik dari fisik maupun mental mereka dikarenakan ada beberapa larangan/batasan yang harus wajib mereka patuhi selama menjalankan hukuman di lapas. Dari batasan tersebut napi masih mendapatkan hak-hak mereka.

Narapidana yang berada dilapas dan sedang menjalani hukumannya ada berbagai macam dari yang anak-anak, dewasa, dan perempuan bahkan lansia, Dari masyarakat biasa hingga para pejabat yang terjerat kasus pidana. Dari sejumlah narapidana tersebut mereka juga memiliki kasusnya masing-masing seperti perampokan, pembunuhan, narkoba, korupsi,dll. Dari berbagai macam kasus itu mereka juga mendapat hukuman yang berbeda-beda tergantung dari vonis yang diberikan pada saat mereka siding dipengadilan.

Di KUHP sudah dijelaskan berapa hukuman yang dapat diberikan kepada para pelanggar pidana. Hukuman ada yang berupa hukuman kurungan, bulanan, tahunan, seumur hidup, bahkan hingga hukuman mati dapat diberikan kepada pelanggar hukum dan itu tercantum dalam kitab Undang-Undang Hukum Pidana.

Dari sini banyak dampak yang ditimbulkan dari akibat hukuman yang dijatuhkan kepada terpidana oleh hakim, faktor yang sangat berpengaruh salah satunya adalah dampak psikologis yang terjadi setelah menerima hukuman tersebut apalagi yang menerima hukuman penjara yang cukup lama bahkan bisa seumur hidup dan hukuman mati. Dengan kondisi yang ada dari keputusan yang dijatuhkan kepada narapidana apa lagi narapidana seumur hidup pastinya akan mengganggu psikologi narapidana tersebut, serta seperti yang terjadi dilapangan bahwasanya diseluruh lembaga pemasyarakatan di Indonesia kondisi didalam lapas juga banyak sekali mengalami over kapasitas yang memperburuk kondisi psikologi bagi narapidana yang sedang menjalani hukumannya di lembaga pemasyarakatan.

Penelitian ini mencoba untuk mengetahui bagaimana kondisi yang sesuai untuk menangani masalah psikologi dari para narapidana yang berada dilapas serta penanganan yang tepat yang harus diambil guna mengurangi gangguan psikologi oleh para narapidana. Dengan metode *Mindfulness for prisoners* yang bertujuan untuk menciptakan emosi yang stabil bagi narapidana dapat menjadi alternative terbaik untuk menanggulangi masalah psikologi yang ditimbulkan dari efek pemenjaraan kepada narapidana. Oleh karena itu penulis mencari tau apakah *Mindfulness for prisoners* adalah langkah yang tepat untuk menanggulangi psikologi narapidana.

2. METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini penulis menggunakan penelitian hukum empiris dimana penelitian hukum empiris adalah suatu metode penelitian hukum yang menggunakan fakta-fakta empiris yang diambil dari perilaku manusia, baik perilaku verbal yang didapat dari wawancara maupun perilaku nyata yang dilakukan melalui pengamatan langsung. Penelitian ini juga menekuni literatur hukum yang berhubungan dengan pokok kasus, himpunan peraturan perundang-undangan, postingan hukum dan bermacam sumber tertulis yang yang lain. Bahan yang sudah terhimpun berikutnya dicoba analisis dengan memakai tata cara analisis kualitatif dimana riset yang digunakan buat mempelajari pada keadaan objek yang alamiah serta periset jadi kunci utama. Penelitian kualitatif menjadi penelitian yang mempunyai tujuan diperuntukan mempelajari peristiwa apa saja yang sedang dialami diantaranya perilaku, motivasi, persepsi, tindakan secara holistic dengan digambarkan melalui kata-kata.

Selain itu juga pengumpulan sumber data pendukung ini menggunakan metode studi literature dimana dengan mengumpulkan literature dapat memberikan pandangan yang luas kepada penulis.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Tujuan dan Pedoman Pidana Dirumuskan Dalam KUHP

Sampai dengan saat ini KUHP sebagai sumber utama hukum pidana Indonesia dan undang-undang di luar KUHP tidak memiliki pengaturan tertulis yang jelas dan lengkap mengenai tujuan dan pedoman pidana. Hal ini menjadi penting untuk diingat dikarenakan pemberlakuan pidana tanpa didasari tujuan yang jelas dapat mengakibatkan hukum pidana tersebut tidak bekerja sesuai dengan fungsinya. Sebagai contoh keberadaan Undang-undang Otonomi yang melahirkan undang-undang khusus dan memberi daerah wewenang untuk membuat Hukum Pidanya sendiri seperti dalam kasus hukum Qonun di Aceh dan Peraturan Daerah yang mengatur tentang hukum pidana di daerah.¹

Ada beberapa pertimbangan perlunya kajian kebijakan formulatif/legislative terhadap tujuan dan pedoman pidana dalam pembaharuan sistem pidana di Indonesia antara lain :

- 1) Bahwa Kitab Undang-Undang Hukum Pidana yang saat ini berlaku tidak secara eksplisit merumuskan tujuan dan pedoman ke dalam sistem pidana;
- 2) Bahwa strateginya kedudukan dari tujuan dan pedoman pidana dimaksud untuk memberikan arah, petunjuk dan cara bagi penyelenggara hukum untuk menerapkan ketentuan pidana;
- 3) Bahwa merumuskan tujuan dan pedoman merupakan prasyarat yang fundamental dalam merumuskan suatu cara, metode atau tindakan;
- 4) Bahwa Bangsa Indonesia saat ini sedang mempersiapkan Kitab Undang-Undang Hukum Pidana yang akan mengganti KUHP (WvS), oleh karena itu

¹ Mubarak, N. (2015). Tujuan Pidana Dalam Hukum Pidana Nasional dan Fiqih Jinayah. *Jurnal Al-Qanun*, Vol.18, (No.2), pp.296-323

perlu pengkajian terhadap tujuan dan pedoman pemidanaan yang disesuaikan dengan perkembangan masyarakat masa kini dan falsafah serta pandangan hidup yaitu Pancasila.

Kebijakan legislatif tujuan dan pedoman pemidanaan ini merupakan hal paling strategis dalam penjatuhan pidana karena pada tahap ini dirumuskan batas-batas/garis/arah/ petunjuk kebijakan tujuan dan pedoman pemidanaan yang sekaligus merupakan landasan legalitas bagi Hakim (Aparat Pelaksana Hukum) dalam menerapkan pidana sehingga dapat berfungsi secara efektif dalam upaya penanggulangan kejahatan.

Tujuan pemidanaan mengemban fungsi pendukung dari fungsi hukum pidana secara umum yang ingin dicapai sebagai tujuan akhir adalah terwujudnya kesejahteraan dan perlindungan masyarakat (*social defence* dan *social welfare*), yang diorientasikan pada tujuan perlindungan masyarakat untuk mencapai kesejahteraan sosial.

Salah satu usaha penanggulangan kejahatan adalah dengan menggunakan sarana Hukum Pidana beserta dengan sanksi pidananya. Penggunaan hukum pidana sebagai suatu upaya untuk mengatasi masalah kejahatan termasuk dalam bidang kebijakan penegakan Hukum. Di samping itu karena tujuannya untuk mencapai kesejahteraan masyarakat pada umumnya maka kebijakan penegakan hukum inipun termasuk kebijakan dalam bidang sosial. Dengan demikian masalah pengendalian dan atau penanggulangan kejahatan dengan menggunakan sarana hukum pidana merupakan masalah kebijakan (*the problem of policy*). Oleh karena itu tidak boleh dilupakan bahwa hukum pidana atau lebih tepat sistem pidana itu merupakan bagian dari politik kriminal. Kebijakan sosial dapat diartikan sebagai segala usaha yang rasional untuk mencapai kesejahteraan masyarakat dan sekaligus mencakup perlindungan masyarakat. Jadi di dalam pengertian "*social policy*", sekaligus tercakup di dalamnya "*social welfare policy*" dan "*social defence policy*".²

RUU KUHP Tahun 2019 menyebutkan tujuan pemidanaan dalam Pasal 52 yang berbunyi: Pemidanaan bertujuan:

- a) Mencegah dilakukannya Tindak Pidana dengan menegakkan norma hukum demi perlindungan dan pengayoman masyarakat;
- b) Memasyarakatkan terpidana dengan mengadakan pembinaan dan pembimbingan agar menjadi orang yang baik dan berguna;
- c) Menyelesaikan konflik yang ditimbulkan akibat Tindak Pidana, memulihkan keseimbangan, serta mendatangkan rasa aman dan damai dalam masyarakat; dan
- d) Menumbuhkan rasa penyesalan dan membebaskan rasa bersalah pada terpidana. Pemidanaan tidak dimaksudkan untuk merendahkan martabat manusia.

Menurut Lembaga Studi dan Advokasi Masyarakat ELSAM, perumusan empat tujuan pemidanaan dalam RUU KUHP tersimpul pandangan mengenai perlindungan masyarakat (*social defence*), pandangan rehabilitasi dan resosialisasi

² Irmawati Noveria D. Urgensi Tujuan dan Pedoman Pemidanaan Dalam Rangka Pembaharuan Sistem Pemidanaan Hukum Pidana. Volume 3, Nomor 2, Hal.222-223

terpidana. Pandangan ini dipertegas lagi dengan mencantumkan tentang pemidanaan tidak dimaksudkan untuk menderitakan dan merendahkan martabat yang mengerucut pada dua kepentingan, yakni perlindungan masyarakat dan pembinaan bagi pelaku.³

Dihubungkan dengan teori pemidanaan, tujuan yang dirumuskan dalam Konsep RUU KUHP di atas nampak berlandaskan pada teori pemidanaan relatif yang mempunyai tujuan untuk mencapai manfaat untuk melindungi masyarakat dan menuju kesejahteraan masyarakat. Tujuan pemidanaan bukan merupakan pembalasan kepada pelaku dimana sanksi ditekankan pada tujuannya, yakni untuk mencegah agar orang tidak melakukan kejahatan. Tujuan ini juga sesuai dengan pandangan *utilitarian* sebagaimana diklasifikasikan oleh Herbert L.Paker, yaitu untuk menyelesaikan konflik yang ditimbulkan oleh tindak pidana, memulihkan keseimbangan, dan mendatangkan rasa damai dalam masyarakat.

Dengan demikian, tujuan pemidanaan dalam konsep RUU KUHP adalah berorientasi ke depan (*forwardlooking*). Serta pedoman pemidanaan dalam Pasal 53 yang berbunyi:

- 1) Dalam mengadili suatu perkara pidana, hakim wajib menegakkan hukum dan keadilan;
- 2) Jika dalam menegakkan hukum dan keadilan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) terdapat pertentangan antara kepastian hukum dan keadilan, hakim mengutamakan keadilan.

Dalam Pasal 54 ayat 2 Rancangan Kitab UndangUndang Hukum Pidana tahun 2019 dalam pemidanaan hakim wajib mempertimbangkan, antara lain:

- a) kesalahan pelaku tindak pidana;
- b) motif dan tujuan melakukan tindak pidana;
- c) sikap batin pelaku tindak pidana;
- d) tindak pidana dilakukan dengan direncanakan atau tidak direncanakan;
- e) cara melakukan tindak pidana;
- f) sikap dan tindakan pelaku sesudah melakukan tindak pidana;
- g) riwayat hidup, keadaan sosial, dan keadaan ekonomi pelaku tindak pidana;
- h) pengaruh pidana terhadap masa depan pelaku tindak pidana;
- i) pengaruh tindak pidana terhadap korban atau keluarga korban;
- j) pemaafan dari korban dan/atau keluarganya; dan/atau
- k) nilai hukum dan keadilan yang hidup dalam masyarakat.⁴

Berdasarkan ketentuan yang dirumuskan dalam konsep, nampaknya landasan pelaksanaan pemidanaan lebih condong pada penerapan teori relatif dan mengarah padateori integratif. Pandangan teori ini menganjurkan adanya kemungkinan untuk mengadakan artikulasi terhadap teori pemidanaan yang mengintegrasikan beberapa fungsi sekaligus retribution yang bersifat utilitarian dimana pencegahan dan sekaligus rehabilitasi yang kesemuanya dilihat sebagai

³ Gunarto, Marcus P. (2009). Sikap Memidana Yang Berorientasi Pada Tujuan Pemidanaan. *Jurnal Mimbar Hukum*, Vol.21, (No.1), pp.93-108.

⁴ Irmawati Noveria D. Urgensi Tujuan dan Pedoman Pemidanaan Dalam Rangka Pembaharuan Sistem Pemidanaan Hukum Pidana. Volume 3, Nomor 2, Hal 225-226

sasaran yang harus dicapai oleh suatu rencana pemidanaan. Selain pertimbangan - pertimbangan sebagaimana disebut dalam Pasal 54, didalam penjelasan ketentuan mengenai pedoman pemidanaan juga dikatakan bahwa hakim dapat menambahkan pertimbangan lain yang dengan maksud agar pidana yang dijatuhkan bersifat proporsional dan dapat dipahami baik oleh masyarakat maupun terpidana. Hakim juga mempunyai kekuasaan untuk memberikan maaf, berdasarkan asas *rechtelijke pardon*, seseorang yang bersalah melakukan tindak pidana yang sifatnya ringan (tidak serius). Pemberian maaf ini dicantumkan dalam putusan hakim dan tetap harus dinyatakan bahwa terdakwa terbukti melakukan tindak pidana yang didakwakan kepadanya. Dari orientasi pemidanaan tersebut, pemidanaan terpidana dalam RUU KUHP 2019 bertujuan menyeimbangkan perlindungan masyarakat dan perlindungan individu terpidana⁵

Dalam pasal 12 ayat (1) tersebut telah mejelaskan peraturan mengenai pidana penjara seumur hidup. Ketentuan dari pasal 12 ayat (1) tersebut menuju pada pidana penjara yang terdiri dari pidana sementara waktu tertentu dan pidana penjara seumur hidup. Dalam ketentuan umum tersebut tidak dijelaskan bagaimana pengaturan terhadap pidana seumur hidup. Pada pasal 15 KUHP tidak mengatur tentang narapidana seumur hidup untuk memperoleh hak pelepasan bersyarat, dimana pada pasal 15 KUHP menjelaskan:

- a) Apabila terpidana telah menjalani 2/3 dari lamanya masa pidana penjara yang dijatuhkan, dimana sekurang kurangnya 9 (Sembilan) bulan, maka untuknya dapat diberikan pelepasan bersyarat. Apabila terpidana tersebut diharuskan menjalakankn pidana berturut turut, pidana tersebut dianggap sebagai satu pidana;
- b) Pemberian peleoasan bersyarat ditentukan pada masa percobaan, serta adanya syarat yang harus dipenuhi selama masa percobaan tersebut;
- c) Masa percobaan lamanya sama dengan sisa waktu pidana penjara yang belum dijalani serta ditambahn dengan 1 (satu) tahun.

Seseorang yang dijatuhi hukuman pidana akan merasakan pengaruhnya secara langsung, dimana pidana tersebut dapat dirasakan ketika penjatuhan pidana dikehendaki oleh terpidana supaya tidak melakukan tindak pidana kembali. Penjatuhan pidana tersebut benar benat memberikan arti dan memberikan efek kepada terpidana, dengan demikian penjatuhan pidana diharapkan dapat memberikan pengaruh kepada orang lain untuk tidak melakukan perbuatan yang sama.

3.2 Tujuan Pemasyarakatan

⁵ Saragih, Desran Joko Waguslar. (2014). Kebijakan Pidana Penjara Semur Hidup: Analisis Yuridis Sosiologis Dalam Kerangka Tujuan Pemidanaan Di Indonesia. *Unnes Law Journal*, Vol.3, (No.2), pp.34-41.

Sistem Pemasyarakatan merupakan satu rangkaian kesatuan penegakan hukum pidana, oleh karena itu pelaksanaannya tidak dapat dipisahkan dari pengembangan konsepsi umum mengenai pemidanaan. Bagi negara Indonesia yang berdasarkan Pancasila, pemikiran-pemikiran baru mengenai fungsi pemidanaan yang tidak lagi sekedar penjaraan tetapi juga merupakan suatu usaha rehabilitasi dan reintegrasi sosial Warga Binaan Pemasyarakatan telah melahirkan suatu sistem pembinaan yang sejak lebih dari tiga puluh tahun yang lalu dikenal dan dinamakan sistem pemasyarakatan. Walaupun telah diadakan berbagai perbaikan mengenai tatanan (sel-sel) pemidanaan seperti pranata pidana bersyarat (Pasal 14 a KUHP), pelepasan bersyarat (Pasal 15 KUHP), dan pranata khusus penuntutan serta penghukuman terhadap anak (Pasal 45, 46, dan 47 KUHP), namun pada dasarnya sifat pemidanaan masih bertolak dari asas dan sistem pemenjaraan, sistem pemenjaraan sangat menekankan pada unsur balas dendam dan penjaraan, sehingga institusi yang dipergunakan sebagai tempat pembinaan adalah rumah penjara bagi narapidana dan rumah pendidikan negara bagi anak yang bersalah. Sistem pemenjaraan yang sangat menekankan pada unsur balas dendam dan penjaraan yang disertai dengan lembaga “rumah penjara” secara berangsur-angsur dipandang sebagai suatu sistem dan sarana yang tidak sejalan dengan konsep rehabilitasi dan reintegrasi sosial, agar narapidana menyadari kesalahannya, tidak lagi berkehendak untuk melakukan tindak pidana dan kembali menjadi warga masyarakat yang bertanggung jawab bagi diri, keluarga, dan lingkungannya. Berdasarkan pemikiran tersebut, maka sejak tahun 1964 sistem pembinaan bagi narapidana dan Anak Pidana telah berubah secara mendasar, yaitu dari sistem kepenjaraan menjadi sistem pemasyarakatan. Begitu pula institusinya yang semula disebut rumah penjara dan rumah pendidikan Negara berubah menjadi Lembaga Pemasyarakatan berdasarkan Surat Instruksi Kepala Direktorat Pemasyarakatan Nomor J.H.G.8/506 tanggal 17 Juni 1964.⁶

Dalam Sistem Pemasyarakatan, tujuan dari pemasyarakatan adalah bahwa pemidanaan terhadap seorang terpidana disamping menimbulkan rasa derita karena hilangnya kemerdekaan bergerak, juga membimbing terpidana agar bertobat, mendidik supaya menjadi seorang anggota masyarakat sosialis Indonesia yang berguna. Dan pemidanaan tidak lagi berorientasi pada tujuan pembalasan / penjaraan yang bertentangan dengan nilai – nilai kemanusiaan melainkan berorientasi pada rehabilitasi (perbaikan, penyembuhan) dengan mengarahkan pemidanaan pada tata perlakuan yang bertujuan bukan saja agar para narapidana bertobat dan tidak melakukan tindak pidana lagi, tetapi juga melindungi masyarakat dari tindak kejahatan.

Istilah Pemasyarakatan dipergunakan secara resmi sejak tanggal 27 april 1964 melalui Amanat Presiden pada Konferensi Dinas Kepenjaraan di Lembang Bandung, menghasilkan 10 (sepuluh) Prinsip Pemasyarakatan – Reintegrasi Sosial yaitu :

1. Ayomi dan berikan bekal hidup agar mereka dapat menjalankan peranannya sebagai warga masyarakat yang baik dan berguna.

⁶ Situmorang Victoria. H, LEMBAGA PEMASYARAKATAN SEBAGAI BAGIAN DARI PENEGAKAN HUKUM (Corerectional Institutional as Part of Law Enforcement),2018, hal.93

2. Bahwa penjatuhan pidana bukan tindakan balas dendam negara.
3. Berikan bimbingan bukan penyiksaan supaya mereka bertobat.
4. Negara tidak berhak membuat mereka menjadi lebih buruk dari sebelum dijatuhi pidana.
5. Selama kehilangan kemerdekaan bergerak, para warga binaan pemasyarakatan harus dikenalkan dengan masyarakat.
6. Pekerjaan yang diberikan kepada warga binaan pemasyarakatan tidak boleh sekedar mengisi waktu, tetapi lebih diprioritaskan untuk bekal hidup setelah nanti kembali ke masyarakat .
7. Bimbingan dan didikan yang diberikan kepada warga binaan pemasyarakatan harus berdasarkan Pancasila.
8. Warga binaan pemasyarakatan sebagai orang – orang yang tersesat adalah manusia, dan mereka harus diperlakukan sebagai manusia.
9. Warga binaan pemasyarakatan hanya dijatuhi pidana hilang kemerdekaan sebagai satu – satunya derita yang dialaminya.
10. Disediakan dan dipupuk sarana
– sarana yang dapat mendukung fungsi rehabilitatif, korektif dan edukatif dalam sistem pemasyarakatan.⁷

Hakekat dari Sistem Pemasyarakatan pada dasarnya merupakan buah pikiran untuk menerapkan konsep “Treatment of Offender” (perlakuan terhadap pelanggar hukum) dan dapat dianggap menggantikan system kepenjaraan. Menurut kajian penology bahwa system kepenjaraan tidak sesuai dengan pengakuan terhadap hak dan kebebasan kodrat manusia dalam kehidupan “personality, sexuality, security ” selama yang bersangkutan menjalani pidana penjara. Dengan demikian, tujuan pemidanaan berorientasi pada rehabilitasi (perbaikan, pemulihan, penyembuhan), dimana pemidanaan diarahkan lebih pada ketata perlakuan yang bertujuan bukan saja agar narapidana bertobat dan tidak melakukan tindak pidana lagi, melainkan juga melindungi masyarakat dari tindak kejahatan. Lembaga Pemasyarakatan sebagai ujung tombak pelaksanaan asas pengayoman merupakan tempat untuk mencapai tujuan melalui pendidikan, rehabilitasi dan reintegrasi. Sehingga tepatlah jika petugas lembaga pemasyarakatan yang melaksanakan tugas pembinaan dan pengamanan warga binaan pemasyarakatan ditetapkan sebagi pejabat fungsional penegak hukum.

Pemasyarakatan yang berarti memasyarakatkan kembali narapidana sehingga menjadi warga yang baik dan berguna pada hakekatnya adalah Rehabilitasi. Dalam proses Resosialisasi narapidana sering mendapat halangan karena di dalam Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) terjadi juga proses

⁷ Wulandari Sri. *FUNGSI SISTEM PEMASYARAKATAN DALAM MEREHABILITASI DAN MEREINTEGRASI SOSIAL WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN..*Hal 90-91

Prisonisasi. Resosialisasi merupakan suatu proses interaksi antara narapidana, petugas Lapas dan masyarakat. Proses interaksi termasuk merubah sistem nilai dari narapidana sehingga akan dapat dengan baik dan efektif beradaptasi dengan norma – norma dan nilai – nilai yang berlaku di masyarakat

Resosialisasi dilaksanakan melalui proses Rehabilitasi dan Reintegrasi terhadap Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP). Pemasyarakatan sebagai proses bukan hanya tujuan pemidanaan, maka fokus pemasyarakatan tidak hanya individu terpidana secara eksklusif melainkan merupakan kesatuan hubungan antara terpidana dan masyarakat sehingga sistem pemasyarakatan mengenal aspek pembinaan institusional dan non institusional. Untuk melaksanakan sistem pemasyarakatan tersebut diperlukan keikutsertaan masyarakat baik dengan mengadakan kerjasama dalam pembinaan maupun dengan sikap bersedia menerima kembali warga binaan pemasyarakatan setelah menjalani pidananya.⁸

3.3 Faktor yang mempengaruhi psikologi narapidana

Berdasarkan data Direktorat Jenderal Pemasyarakatan kapasitas Lapas di seluruh Indonesia sekitar 125 ribu jiwa, tapi realisasinya dihuni oleh 249 ribu narapidana atau kelebihan kapasitas sebesar 99%⁹. Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) di Indonesia banyak melebihi kapasitas sehingga sering terjadi kasus tahanan/ narapidana yang kabur akibat kurangnya pengawasan. Dari 33 Kantor Wilayah (Kanwil) Direktorat Jenderal Pemasyarakatan (Ditjen PAS) Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia (Kemenkumham), 30 di antaranya mengalami kelebihan kapasitas.

Artinya kondisi penghuni Lapas saat ini mengalami kelebihan 199% dari kapasitas. Kalimantan Timur merupakan Kanwil Kementerian Hukum dan HAM dengan kelebihan penghuni Lapas terbesar. Dari kapasitas 2.998 jiwa, Lapas di wilayah tersebut dihuni 11.845 jiwa, yang berarti mengalami kelebihan kapasitas sebesar 295%. Kanwil Kementerian Hukum dan HAM yang di wilayah kerjanya Lapas mengalami kelebihan kapasitas terbesar kedua adalah DKI Jakarta. Dengan kapasitas tahanan sebanyak 5.851 jiwa namun dihuni oleh 17.645 jiwa tahanan, artinya kelebihan penghuni 202% dari kapasitas. Kemudian diikuti Kanwil Kementerian Hukum dan HAM Sumatera Utara dengan kapasitas Lapas sebanyak 11.277 jiwa, tapi dihuni 32.768 jiwa narapidana atau kelebihan kapasitas. Namun ada juga Lapas yang jumlah Warga Binaan Pemasyarakatannya di bawah kapasitas, yaitu untuk sementara penghuni Lapas di Kanwil Kementerian Hukum dan HAM Maluku, D. I. Yogyakarta dan Maluku Utara masih di bawah kapasitas hunian.

Data lainnya menampilkan kondisi perbandingan tingkat hunian jumlah Warga Binaan Pemasyarakatan dengan kapasitas yang ada yaitu Lapas Narkotika Jakarta memiliki kapasitas 1084 orang berbanding tingkat hunian 2656 orang, Lapas Pemuda Kelas IIA Tangerang memiliki kapasitas kurang lebih 1400 orang dengan tingkat hunian 2005 orang, serta Lapas Kelas I Tangerang memiliki kapasitas 600 orang dengan tingkat hunian 1051 orang.

⁸ Wulandari Sri. *FUNGSI SISTEM PEMASYARAKATAN DALAM MEREHABILITASI DAN MEREINTEGRASI SOSIAL WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN..Hal 92*

⁹ Katadata.co.id, "Lembaga Pemasyarakatan Di 30

Lapas Kelas IIA Bogor memiliki kapasitas 634 orang dengan tingkat hunian 1039 orang.¹⁰

Hal kelebihan kapasitas Warga Binaan Pemasyarakatan di Lapas, merupakan salah satu hambatan dalam penyelenggaraan sistem Pemasyarakatan yang ideal. Dalam Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan pasal 45 angka 4 tertulis “Tim Pengamat Pemasyarakatan yang terdiri dari pejabat-pejabat Lapas, Bapas atau pejabat terkait lainnya bertugas:

- 1) Memberi saran mengenai bentuk dan program pembinaan dan pembimbingan dalam melaksanakan sistem pemasyarakatan;
- 2) Membuat penilaian atas pelaksanaan program pembinaan dan pembimbingan”.

Studi lebih lanjut tentang topic ini adalah factor factor yang beresiko menyerang psikologis serta mental narapidana yang berada dalam Lapas. Factor yang dimaksud adalah sesak dan padatnya yang berhubungan dengan volume dan ruang (*overcrowding*), kekerasan serta privasi dalam penelitian Lawrence, C. & Andrew, K. (2004)¹¹. Dimana yang dimaksudkan itu:

- Sesak yang disebabkan karena kondisi sel yang hanya ada terbatas kemudian diisi oleh narapidana dengan jumlah sangat banyak yang menyebabkan paranarapidana pada berdempetan
- Padatnya jumlah narapidana dan tahanan yang semakin lama semakin banyak yang membuat lapas menjadi overcrowding karena banyak yang masuk kelapas dan hanya sedikit yang keluar itu juga salah satu faktor yang mempengaruhi psikologi narapidana
- Seringnya terjadi kekerasan juga didalam lapas yang timbul dari situasi overcrowding dan bias juga dari masalah para narapidana yang terjadi diluar kemudian dibawa kedalam lapas itu juga menyebabkan pengaruh mental kepada narapidana.

Selain itu, seperti yang kita ketahui rata-rata persentase *overcrowded* seluruh lapas di Indonesia mencapai 102%. Permasalahan yang bias dikatakan tak kunjung usai ini dapat menjadi suatu dampak psikologis kepada narapidana, dimana keadaan yang penuh sesak dapat menimbulkan pikiran yang negatif dan dapat mengancam kesehatan mental dari narapidana. Dalam praktiknya di lapangan, ternyata dukungan sumber daya manusia yang mengerti akan psikologis ini tidaklah merata di seluruh lapas dan rutan yang ada di Indonesia. Dengan *overcrowded* yang terjadi di seluruh indonesia ketepatan dalam perawatan, penanganan, dan pembinaan narapidana adalah kunci utama. Selain memunculkan potensi gangguan ketertiban dan keamanan, kelebihan muatan yang terjadi membuat pembinaan narapidana tidak berjalan maksimal. Saling

¹⁰ Sanusi, Ahmad. “Aspek Layanan Kesehatan

Bagi Warga Binaan Pemasyarakatan Dan Tahanan Di Lembaga Pemasyarakatan Dan Rumah Tahanan Negara.” *Jurnal Ilmiah Kebijakan Hukum* 10, no. 1 (2016): 37

Lembaga Pemasyarakatan Dan Rumah Tahanan Negara,” *Jurnal Ilmiah Kebijakan Hukum* 10, no. 1 (2016): 37–56.

¹¹ Lawrence, C. & Andrew, K. (2004)

berebut ruang untuk sejenak memejamkan mata hingga berebut nafas akhirnya tak bisa dihindari.¹²

Selain itu juga ketatnya isolasi yang mempengaruhi jaringan social dan yang paling fundamental dari poin poin diatas adalah ketakutan akan prospek masa depan (anindita) serta jaminan akan kesehatan mental narapidana yang jauh dari kata memadai¹³.

Narapidana memiliki hak atas kesejahteraan , baik mental maupun fisik selama masa tahanan yang luput dari perhatian dari pihak Lapas. Kesiapan lapas juga diuji ketika jumlah dari narapidana yang makin hari makin meningkat. Cemas , stress hingga depresi ringan atau bahkan hingga berat dalam penelitian¹⁴. Seperti yang pada pasal 14 Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang pemasyarakatan dalam hal pemenuhan hak-hak narapidana meliputi perawatan, pelayanan kesehata. Namun ternyata fenomena ini terjadi jauh ketika individu masuk ke Lapas , yaitu terjadinya gangguan gangguan mental yang memunculkan masalah demi masalah dalam penjara. Dan hal tersebut dapat menjadi semakin buruk selama terpidana berada di Lapas , dimana kondisi mental yang buruk itu akan dialami oleh para terpidana akibat dari pelayanan kesehatan mental dari Lapas yang jauh dari kata memadai¹⁵

Dalam studi yang dilakukan Hadjam¹⁶ di Lembaga Perasyarakatan Yogyakarta menggambarkan permasalahan yang terjadi di berbagai aspek , antara lain kognitif , emosi , fisik serta perilaku social. Dalam aspek kognitif , masalah yang timbul adalah munculnya pikiran negative karena bayangan kehidupan yang tidak indah keluar dari Lembaga Pemasyarakatan atau bahkan selama berada disana. Kekhawatiran terhadap pekerjaan yang ditinggal serta keluarga yang dicintai oleh terpidana. Dalam aspek emosi , permasalahan yang muncul adalah emosi yang berbentuk perasaan bersalah dan menyesal terhadap kesalahan atau kejahatan yang sudah dilakukan yang membuat narapidana terkurung dipenjara. Dalam aspek fisik , permasalahan yang muncul adalah perubahan berat badan yang signifikan yang di akibatkan nafsu makan yang berkurang , kondisi kelelahan hingga masalah sulit tidur. Lalu dalam aspek social adalah fenomena sulitnya adaptasi , kesenjangan atau bahkan hal yang buruk seperti kekerasan antar narapidana. Selama menjalani masa pembinaan di Lapas , narapidana sering mengalami banyaknya tekanan yang muncul. Masalah yang kompleks ini muncul dalam hasil studi eksplorasi¹⁷, dimana didalam lapas juga kurangnya tempat untuk konsultasi dalam hal beban yang dideritanya itu juga mengakibatkan gangguan psikologi yang dialami narapidana semakin lama semakin buruk.

Dalam permasalahan psikologis , narapidana adalah salah satu objek yang rentan. Tidak hanya mengalami hukuman secara fisik , narapidana juga mengalami hukuman yang lebih berat yaitu psikologis. Tidak hanya kehilangan

¹² <http://www.ditjenpas.go.id/problematika-kesehatan-mental-narapidana>

¹³ World Health Organization (WHO), & International Committee of the Red Cross (ICRC). 2014

¹⁴ Cooper, C. & Berwick, S. 2001

¹⁵ World Health Organization (WHO), & International Committee of the Red Cross (ICRC). 2014

¹⁶ Hadjam, M. N. R. (2014). Studi eksplorasi lapas Daerah Istimewa Yogyakarta. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.

¹⁷ Anindita & Dahlan, W. W. 2008. Pengalaman dan penghayatan seorang mantan narapidana terhadap kehidupan di penjara. *Jurnal Psikologi Sosial*, 14(3), 243-251.

sebuah kemerdekaan , namun narapidana kehilangan juga kehilangan kebebasan atau bahkan hal yang paling menyakitkan adalah putusnya komunikasi dengan keluarga tercinta. Perasaan rendah diri atau tidak bermakna (*meaningless*) tidak dapat dihindari yang muncul dengan indikasi perasaan hampa , kosong serta putus asa¹⁸, dimana hal itu tidak dapat dihindari karena memang kondisi yang harus dia jalani dari akibat perbuatannya.

Kondisi stress yang dialami oleh para narapidana muncul karena tekanan psikologis yang ekstrim yaitu kepercayaan diri yang turun drastis , atau bahkan rasa rendah diri yang sangat tinggi. Sikap dan pemikiran yang negative menilai diri sendiri dengan perasaan gagal dalam menjalani hidup serta perasaan menyesal telah hidup didunia¹⁹. Dalam studi lanjut , peneliti juga menemukan sebuah fenomena bahwa para pidana mempunyai kecenderungan yaitu menarik diri dari masyarakat atau disini adalah lingkungan sosialnya , yang dapat diamati dalam perilaku menjalani waktu dalam sel atau dengan berinteraksi dengan teman dekat dalam sel masing masing²⁰. Kecenderungan depresi yang dialami oleh para narapidana adalah sebuah kelumrahan , masalah masalah yang dialami ini adalah sebuah dampak dari (*cultural shock*) yang terjadi ketika masa transisi dari kehidupan normal menjadi bagian dari Lapas yang penuh dengan tekanan.

Sebuah studi dari Gussak, D. (2009) dari tahun 2003 ke 2009 di Florida, menjelaskan bahwa depresi adalah salah satu masalah psikologis utama dalam rumah tahanan. Sejumlah 25% narapidana diindikasikan mengalami depresi berat, lalu 30% sisanya diindikasikan menderita depresi ringan hingga sedang²¹.

Adanya perasaan tertekan , kosong atau hampa , hilang minat dengan aktifitas yang biasanya menyenangkan baginya , berubahnya selera makan yang ekstrim, hiper insomnia dan insomnia, gangguan terhadap motoric atau agitasi motorik, lelah dan lesu , perasaan hidup tidak bermakna, perasaan berlebih dalam berharganya hidup dan rasa bersalah, kemampuan berpikir rasional yang menurun dan berkurangnya kemampuan konsentrasi serta munculnya pemikiran ingin mengakhiri hidup atau bahkan bunuh diri²².

Dari rasa tidak berdaya dalam hidup , atau bahkan depresi yang dialami yang berakibat pada pandangan hidup yang tidak ada harapan lagi di masa depan. Dalam penelitian yang dilakukan²³, menggambarkan depresi menjadi lebih presisten pada individu karena munculnya pola berpikir yang cenderung negative yang memicu reaktifitas stress dan membuat suasana hati menjadi

¹⁸ Nurrahma, E. 2015. Perbedaan self- esteem pada narapidana baru dan residivis di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Malang. Jurnal Psikologi UNIBRAW, 1-12.

¹⁹ Snyder, C. R. & Lopez, S. J. 2007. Positive psychology: the scientific and practical explorations of human strengths. Lawrence: SAGE Publications.

²⁰ Pratiwi, S. & Utami, R. R. (2011). Tingkat depresi pada narapidana wanita: Studi deskriptif pada narapidana Lapas Kelas IIA Semarang. Jurnal Asvattha, 1(4), 40-47.

²¹ Gussak, D. (2009). The arts in psychotherapy comparing the effectiveness of art therapy on depression and locus of control of male and female inmates. The Arts in Psychotherapy, 36(4), 202-207. doi: 10.1016/j.aip.2009.02.004

²² Neale, J. M., Davidson, G.C. & Haaga, D.A.F. 1996. Exploring abnormal psychology. New York: John Wiley & Sons.

²³ Morgan, S. 2015. Neuroscience of depression: A review. Caribbean Journal of Nursing, 2(1), 28-37.

negative. Maka dari itu penulis menawarkan dengan terapi *mindfulness* sebagai salah satu cara untuk meminimalisir terganggunya kesehatan mental para tahanan Lapas, khususnya narapidana hukuman seumur hidup.

Metode terapi *mindfulness* ini dapat diterapkan dalam berbagai masalah fisik dan psikologis kepada para narapidana di penjara tidak hanya narapidana seumur hidup tapi bagi seluruh narapidana yang mengalami gangguan psikologi²⁴.

Dalam penelitian Nyklíček, I., Dijkman S. C., Lenders, P. J., Fonteijn, W. A., Koolen, J. J. (2014). Efektivitas dari metode ini terbukti menurunkan berbagai resiko masalah psikologis maupun fisik, khususnya depresi. Dalam penelitian lebih lanjut dapat dibuktikan bahwa metode ini sangatlah efektif menurunkan indikasi negative dari gangguan psikologis.²⁵

4. PENUTUP

Kesimpulan

Dari pembahasan diatas penulis berkesimpulan sebagai berikut:

1. Dalam keadaan saat menjalankan pidana penjara, tentunya narapidana memiliki perasaan emosional yang tidak stabil, cenderung merasakan kekecewaan, kesedihan, dan amarah karena efek *culture shock* yang diterimanya
2. Petugas pasyarakatan ternyata memiliki tugas dan peran yang sangat penting untuk meredam emosi tersebut, menciptakan emosi yang stabil, dan menjadi tempat berkeluh kesah bagi narapidana.
3. Program atau latihan *Mindfulness for prisoners* adalah solusi yang tepat yang dapat dijalankan dari petugas untuk narapidana seumur hidup karena bukan hanya berpengaruh terhadap emosi, ini juga berpengaruh terhadap kesehatan psikologi dan fisik dari narapidana. Sehingga dapat meredam segala penyakit psikologis yang ditimbulkan dari efek pemenjaraan yang dirasakan.

Saran

Saran penulis terhadap kesimpulan diatas adalah sebagai berikut :

1. Masih banyaknya lembaga pasyarakatan yang *Overcrowded* dimana sangat memungkinkan pemikiran negative kepada para narapidana dan menyebabkan tekanan kepada psikologinya. Pemerintah harus dapat memecahkan atau mendapatkan solusi terbaik untuk permasalahan ini khususnya untuk narapidana pidana seumur hidup yang tentunya mendapat tekanan lebih besar dari keadaan yang dirasakan.
2. Harus ada penambahan jumlah petugas pasyarakatan untuk dapat mengimbangi jumlah narapidana yang cukup banyak terutama pada dibagian

²⁴ Crane, R. 2009. *Mindfulness-based cognitive therapy: The CBT distinctive features series*. London: Routledge.

²⁵ Nyklíček, I., Dijkman S. C., Lenders, P. J., Fonteijn, W. A., Koolen, J. J. (2014). A brief mindfulness based intervention for increase in emotional well-being and quality of life in percutaneous coronary intervention (PCI) patients: the MindfulHeart randomized controlled trial. *Journal of Behavioral*

- petugas konseling dimana perlunya pelayanan konsul untuk para narapidana yang mengalami banyak tekanan baik fisik maupun psikisnya.
3. Harus ada pelatihan yang berkelanjutan kepada petugas untuk melakukan penerapan latihan *Mindfulness for prisoners* agar dapat menjadi program unggulan dalam upaya menciptakan kondisi psikologis yang stabil bagi narapidana

DAFTAR PUSTAKA

- Anindita & Dahlan, W. W. 2008. Pengalaman dan penghayatan seorang mantan narapidana terhadap kehidupan di penjara. *Jurnal Psikologi Sosial*, 14(3), 243-251.
- Crane, R. 2009. *Mindfulness-based cognitive therapy: The CBT distinctive features series*. London: Routledge.
- Gunarto, Marcus P. (2009). Sikap Memidana Yang Berorientasi Pada Tujuan Pemidanaan. *Jurnal Mimbar Hukum*, Vol.21, (No.1), pp.93-108
- Gussak, D. 2009. The arts in psychotherapy comparing the effectiveness of art therapy on depression and locus of control of male and female inmates. *The Arts in Psychotherapy*, 36(4), 202–207.
- Hadjam, M. N. R. 2014. *Studi eksplorasi lapas Daerah Istimewa Yogyakarta*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Irmawati Noveria D. *Urgensi Tujuan dan Pedoman Pemidanaan Dalam Rangka Pembaharuan Sistem Pemidanaan Hukum Pidana*. Volume 3, Nomor 2, .222-223
- Mubarok, N. 2015. Tujuan Pemidanaan Dalam Hukum Pidana Nasional dan Fiqih Jinayah. *Jurnal Al-Qanun*, Vol.18, (No.2), pp.296-323
- Morgan, S. 2015. Neuroscience of depression: A review. *Caribbean Journal of Nursing*, 2(1), 28-37.
- Nurrahma, E. 2015. Perbedaan self- esteem pada narapidana baru dan residivis di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Malang. *Jurnal Psikologi UNIBRAW*, 1-12.
- Nyklíček, I., Dijksman S. C., Lenders, P. J , Fonteijn, W. A., Koolen, J. J. 2014. *A brief mindfulness based intervention for increase in emotional well-being and quality of life in percutaneous coronary intervention (PCI) patients: the MindfulHeart randomized controlled trial*
- Saragih, Desran Joko Waguslar. 2014. *Kebijakan Pidana Penjara Semur Hidup: Analisis Yuridis Sosiologis Dalam Kerangka Tujuan Pemidanaan Di Indonesia*. *Unnes Law Journal*, Vol.3, (No.2), pp.34-41.

- Situmorang Victoria, H.2018. *LEMBAGA Pemasyarakatan Sebagai Bagian Dari Penegakan Hukum (Correctional Institutional as Part of Law Enforcement)*, 93
- Tamimy Muhamad, P, 2021, Problematika Kesehatan Mental Narapidana , <http://www.ditjenpas.go.id/problematika-kesehatan-mental-narapidana>, diakses tgl 10 Maret 2022
- Wulandari Sri. *Fungsi Sistem Pemasyarakatan Dalam Merehabilitasi Dan Mereintegrasi SOSIAL WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN*, 90-91
- Wulandari Sri. *Fungsi Sistem Pemasyarakatan Dalam Merehabilitasi Dan Mereintegrasi Sosial Warga Binaan Pemasyarakatan*, 92
- World Health Organization (WHO), & International Committee of the Red Cross (ICRC). 2014
- Pratiwi, S. & Utami, R. R. 2011. Tingkat depresi pada narapidana wanita: Studi deskriptif pada narapidana Lapas Kelas IIA Semarang. *Jurnal Asvattha*, 1(4), 40-47.
- World Health Organization (WHO). 2008. *Correcting gender inequities in prison health. Consultative document for discussion at the WHO International Conference on Womens's Health in Prison*. Diakses melalui http://jabraza.es/who1_old/pdfs/Publications/correcting_gender_inequities.pdf
- World Health Organization WHO, & International Committee of the Red Cross (ICRC). 2014. *Information sheet: Mental health and prison*. Geneva: World Health Organization.