

PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN DAN INSOMNIA ANTARA TAHANAN DAN NARAPIDANA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KLAS IIA WANITA SEMARANG

Nila Rabiastuti Meiyanti¹, Widodo Sarjana AS², Titis Hadiati²

¹Mahasiswa Program Pendidikan S-1 Kedokteran Umum, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro

²Staf Pengajar Ilmu Psikiatri, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro
Jln. Prof. H. Soedarto, SH, Tembalang-Semarang 50275 Telp. 02476928010

ABSTRAK

Latar Belakang: Kecemasan dan insomnia dapat dialami oleh siapa saja termasuk penghuni lembaga pemasyarakatan baik dengan status narapidana maupun masih status tahanan. Banyaknya perubahan - perubahan dan permasalahan yang dialami narapidana dan tahanan akan menyebabkan mereka dalam suatu ketidaknyamanan dan berdampak pada masalah kesehatan mental seperti kecemasan yang selanjutnya bermanifestasi insomnia. **Tujuan:** Mengetahui perbedaan tingkat kecemasan dan insomnia antara tahanan dan narapidana. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel adalah 57 orang yang terdiri dari 26 tahanan dan 31 narapidana yang berada di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Wanita Semarang. Pengambilan sampel dengan metode *simple random sampling*. Responden diukur tingkat kecemasan dengan menggunakan kuesioner *Zung Self-rating Anxiety Scale* dan tingkat insomnia dengan menggunakan kuesioner *Insomnia Severity Index*. Uji yang digunakan adalah uji *Chi-square*. **Hasil:** Pada penelitian didapatkan hasil bahwa kecemasan pada tahanan 7.7%, dan narapidana 9.7%. Sedangkan insomnia pada penghuni lapas cukup tinggi dengan total 54.4% dari seluruh responden yang mengalami insomnia, dengan rincian 31.7% insomnia yang dialami tahanan dan 22.8% insomnia yang dialami oleh narapidana. Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang bermakna pada tingkat kecemasan antara tahanan dan narapidana ($p=1.00$) dan terdapat perbedaan yang bermakna pada tingkat insomnia antara tahanan dan narapidana ($p=0.041$). **Kesimpulan:** tidak ada perbedaan yang bermakna dalam hal tingkat kecemasan, namun terdapat perbedaan yang bermakna dalam hal tingkat insomnia antara tahanan dan narapidana.

Kata Kunci: Kecemasan, insomnia, tahanan, narapidana.

ABSTRACT

THE DIFFERENCE IN THE LEVEL OF ANXIETY AND INSOMNIA BETWEEN INMATES AND PRISONERS IN LEMBAGA PEMASYARAKATAN KLAS IIA WANITA SEMARANG

Background: Anxiety and insomnia can happen to anyone, including inmates and prisoners . Numerous of changes and problems that are experienced by these people can put them in unpleasant situation which will cause mental problems such as anxiety that eventually will manifest into insomnia. **Aim:** To understand the difference in the level of anxiety and insomnia between inmates and prisoner. **Methods:** This research was an observational analytic using cross sectional approach. The subjects were 57 samples which consist of 26 inmates and 31 prisoners of “Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Wanita Semarang”. Samples were chosen randomly by simple random sampling method. The anxiety levels were measured

using a Zung Self-rating Anxiety Scale (ZSAS) questionnaire, and using Insomnia Severity Index questionnaire for the level of insomnia. Analysis data using Chi-square test. **Results:** In the research, it was found that anxiety in inmates were 7.7% and prisoners was 9.7%. Insomnia in Lembaga Pemasyarakatan is quite high with a total of 54.4% of all respondents, details of 31.7% insomnia in inmates and 22.8% insomnia in prisoners. Statistical outcome shows that there was no significant difference in the level of anxiety between inmates and prisoners ($p=1.00$) but there was significant difference in the level of insomnia ($p=0.041$) **Conclusions:** There was no significant difference in the level of anxiety between inmate and prisoner but there was significant difference in the level of insomnia.

Keywords: Anxiety, insomnia, inmates, prisoners.

PENDAHULUAN

Cemas atau ansietas merupakan reaksi emosional yang timbul oleh penyebab yang tidak spesifik yang dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman dan merasa terancam. Dampak kecemasan dapat bermanifestasi pada fisik dan psikologis. Dampak yang ditimbulkan diantaranya seperti gangguan tidur, peningkatan tekanan darah, mudah marah, bingung, penurunan konsentrasi dan kurang kreatif.¹

Selain kecemasan, insomnia juga merupakan salah satu dari masalah yang sering timbul pada bidang medis maupun di bidang psikiatri. Insomnia merupakan kondisi dimana individu sukar untuk memulai atau mempertahankan tidur minimal terjadi tiga kali dalam seminggu selama satu bulan.²

Kecemasan dan insomnia dapat dialami oleh siapa saja termasuk penghuni lembaga pemasyarakatan baik dengan status narapidana maupun masih status

tahanan. Narapidana dan tahanan dalam menjalani hukumannya berada di lingkungan yang berbeda budaya sehingga akan timbul perasaan tidak aman dan dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan rutinitas lembaga pemasyarakatan yang kaku, hilangnya privasi, dan mengalami suatu kondisi yang tidak menyenangkan. Banyaknya perubahan - perubahan dan permasalahan yang dialami narapidana dan tahanan akan menyebabkan mereka dalam suatu ketidaknyamanan dan berdampak pada masalah kesehatan mental seperti kecemasan yang selanjutnya bermanifestasi insomnia.³

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di tiga penjara North West of Amhara, Ethiopia didapatkan prevalensi kecemasan yang di alami narapidana sebesar 36,1%.⁴ Sebuah penelitian yang dilakukan di Lapas Wanita Klas II A Bandung 38% narapidana wanita menjelang bebas mengalami kecemasan berat.⁵ Berdasarkan penelitian pada

narapidana dewasa di Inggris prevalensi insomnia sebesar 61.6%, Tujuh dari sepuluh (70,6%) tahanan wanita mengalami insomnia.⁶

Berdasarkan pemaparan mengenai kecemasan dan insomnia tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti dan ingin mengajukan masalah mengenai perbedaan tingkat kecemasan dan insomnia yang dialami oleh para tahanan dan narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Klas II A Wanita Semarang.

METODE

Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Juli 2018 di Lembaga Pemasyarakatan Klas II A Wanita Semarang dengan sampel sebanyak 57 orang yang terdiri dari 31 narapidana dan 26 tahanan Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *simple random sampling*.

Variabel bebas dalam penelitian adalah tahanan dan narapidana, sedangkan variabel terikat penelitian adalah tingkat kecemasan yang diukur menggunakan kuesioner *Zung Self-rating Anxiety Scale* (ZSAS) dan tingkat insomnia yang diukur menggunakan kuesioner *Insomnia Severity Index* (ISI)

Uji hipotesis menggunakan uji *Chi-square* dan nilai p dianggap bermakna apabila $<0,05$.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Umum Responden

Tabel 1. Karakteristik Variabel Kategorik Umum Responden

Variabel	Narapidana		Tahanan	
	F	%	F	%
Pendidikan				
SD	2	6,5	1	3,8
SMP	5	16,1	4	15,4
SMA	17	54,8	11	42,3
Perguruan Tinggi	7	22,6	10	38,5
Pekerjaan				
Tidak Bekerja	9	29	6	23,1
PNS	2	6,5	1	3,8
Karyawan Swasta	2	6,5	7	26,9
Wiraswasta	16	51,6	9	34,6
Lainnya	2	6,5	3	11,5
Jenis Kejahatan				
Narkoba	26	83,9	12	46,2
Tipikor	5	16,1	3	11,5
Pencurian	0	0	2	7,7
Penipuan	0	0	4	15,4
Penggelapan	0	0	2	7,7
Pemerasan	0	0	1	3,8
Perpajakan	0	0	2	7,7

Berdasarkan tabel 1, pendidikan yang paling banyak ditempuh oleh responden yaitu SMA sebanyak 17 orang dan 11 orang. Pekerjaan yang sebelumnya

dilakukan oleh responden tertinggi yaitu wiraswasta. Kasus narkoba menduduki peringkat pertama untuk jenis kejahatan yang dilakukan oleh responden.

Tabel 2. Karakteristik Variabel Numerik Responden

Variabel	Narapidana		Tahanan
	Mean ± SD	Median (Min-Max)	Mean ± SD
Usia (Tahun)	39.96 ± 9.47		37 ± 10.13
Lama Hukuman (Bulan)		36 (10-96)	
Vonis Hukuman (Bulan)		90 (31-221)	
Waktu Tunggu (Bulan)			4±1.97

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan rerata±SD usia pada narapidana adalah 39.96±9.47 tahun dan tahanan 37±10.13 tahun. Lama hukuman yang sudah dijalani narapidana minimal 10 bulan dan maksimal 96 bulan. Untuk vonis hukuman yang harus dijalani narapidana minimal 31 bulan dan maksimal 221 bulan. Rerata±SD untuk waktu yang sudah ditempuh tahanan dalam menunggu putusan adalah 4±1.97 bulan.

Kecemasan pada Responden

Tabel 3. Tingkat Kecemasan pada Responden

Variabel	Narapidana		Tahanan	
	F	%	F	%
Tingkat Kecemasan				
Normal	28	90,3	24	92,3
Ringan-sedang	3	9,7	2	7,7

Berdasarkan tabel 3, mayoritas responden mempunyai tingkat kecemasan dalam kategori normal.

Insomnia pada Responden

Tabel 4. Tingkat Insomnia pada Responden

Variabel	Narapidana		Tahanan	
	F	%	F	%
Tingkat Insomnia				
Normal	18	58,1	8	30,8
Batas Bawah	9	29	16	61,5
Sedang	4	12,9	1	3,8
Parah	0	0	1	3,8

Berdasarkan tabel 4, tingkat insomnia pada tahanan lebih besar dibandingkan pada narapidana. Untuk narapidana mayoritas tingkat insomnia masuk kategori normal.

Perbedaan Tingkat Kecemasan pada Responden

Tabel 5. Perbedaan Tingkat Kecemasan antara Tahanan dan Narapidana

Kelompok	Kecemasan				P
	Normal		Ringan		
	n	%	n	%	
Napi	28	53,8	3	60,0	1,000
Tahanan	24	46,2	2	40,0	

Berdasarkan tabel 5, hasil uji *Chi-square* menunjukkan angka 1,000. Oleh karena $p > 0,05$, maka dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna pada tingkat kecemasan antara tahanan dan narapidana.

Perbedaan Tingkat Insomnia pada Responden

Tabel 6. Perbedaan Tingkat Insomnia antara Tahanan dan Narapidana

Variabel	Insomnia								P
	Normal		Batas bawah		Sedang		Parah		
	N	%	N	%	n	%	N	%	
Napi	18	69,2	9	36,0	4	80,0	0	0,0	0,041
Tahanan	8	30,8	16	64,0	1	20,0	1	100	

Berdasarkan tabel 6, hasil uji *Chi-square* menunjukkan angka 0,041. Oleh karena $p < 0,05$, maka dapat diambil kesimpulan bahwa ada perbedaan yang bermakna pada tingkat insomnia antara tahanan dan narapidana.

PEMBAHASAN

Sebagian besar responden pada penelitian ini memiliki tingkat kecemasan kategori normal, baik tahanan maupun narapidana. Hanya 2 tahanan (7.7%) dan 3 narapidana (9.7%) yang mengalami kecemasan kategori ringan-sedang. Hal ini

tidak sesuai dengan hipotesis yang diajukan peneliti, yang seharusnya terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara tahanan dan narapidana. Dimana kejadian kecemasan pada tahanan seharusnya lebih banyak dibandingkan pada narapidana. Saat tahanan menjalani pemeriksaan seringkali timbul kecemasan karena biasanya hidup dalam kebebasan, tiba-tiba harus dihadapkan pada situasi yang penuh dengan tekanan baik fisik maupun psikis. Selain itu terjadinya perubahan lingkungan dan situasi mendadak, dan rasa takut tidak dapat menyesuaikan diri selama di Lapas

juga bisa menimbulkan kecemasan pada tahanan.

Dalam penelitian ini, tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara tahanan dan narapidana dalam hal tingkat kecemasan. Hal itu dapat terjadi karena kecemasan yang dialami tahanan dan narapidana bersifat kecemasan sesaat. Mungkin saat pengisian kuesioner para tahanan dan narapidana tidak merasa terancam sehingga hasil kuesionernya menunjukkan kecemasan dalam kategori normal. Dalam penelitian ini hampir semua responden baik tahanan maupun narapidana tidak mengalami kecemasan, hal ini bisa disebabkan oleh kemampuan tahanan dan narapidana untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik. Jika tahanan dan narapidana memiliki penyesuaian diri yang baik maka mereka akan mampu beradaptasi dengan lingkungan barunya, baik penyesuaian fisik, psikologis, juga sosial.⁷ Ditambah dengan kegiatan yang ada di Lapas sangat beragam dan sesuai dengan minat para tahanan dan narapidana sangat membantu mereka sehingga tidak bosan berada di Lapas dan dapat mengembangkan diri dengan baik.

Pada penelitian ini dikatakan bahwa ada perbedaan yang bermakna antara tingkat insomnia responden tahanan dan

narapidana. Hal tersebut dikarenakan oleh banyak penyebab salah satunya perubahan lingkungan.⁸ Dimana pada responden tahanan, mengalami perubahan lingkungan yang mendadak yaitu masuk ke lapas dan banyak diantara mereka yang belum dapat menyesuaikan dengan lingkungan lapas yang asing menurutnya. Sehingga kejadian insomnia pada tahanan lebih besar dibandingkan pada narapidana. Pada responden narapidana sebanyak 18 orang (31.6%) tidak mengalami insomnia. Hal ini dikarenakan narapidana sudah mampu beradaptasi dengan lingkungan lapas sehingga tidak ada kesulitan untuk tidur. Selain itu, setelah menjalani hukuman lebih dari satu tahun, narapidana diduga sudah menemukan *peer grup* mereka dalam satu sel sehingga sudah merasa nyaman terhadap kondisi lapas yang ada. Dengan adanya *peer grup*, seorang individu menjadi nyaman dan dapat membantunya menghadapi stres dan masalah lain yang sedang dialaminya.⁹

SIMPULAN

Tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara tahanan dan narapidana dalam hal tingkat kecemasan. Tingkat kecemasan pada tahanan dan narapidana mayoritas masuk dalam kategori normal. Namun terdapat perbedaan yang bermakna

antara tahanan dan narapidana dalam hal tingkat insomnia. Dimana tingkat insomnia yang dialami oleh tahanan lebih besar dibandingkan narapidana.

DAFTAR PUSTAKA

1. Falma CF. Hubungan lama vonis hakim dengan tingkat kecemasan pada narapidana wanita. 2016;
2. Kaplan HI, Sadock BJ, Grebb JA. Sinopsis psikiatri : ilmu pengetahuan perilaku psikiatri klinis. jilid satu. Made DI, S W, editors. jakarta: Bina Rupa Aksara; 2010.
3. Liwarti L. Hubungan pengalaman spiritual dengan psikologikal well being pada penghuni lembaga pemasyarakatan. J Sains dan Prakt Psikol. 2013;
4. Dadi AF, Dachew BA, Kisi T, Yigzaw N, Azale T. Anxiety and associated factors among prisoners in north west of amhara regional state, ethiopia. BMC Psychiatry. 2016;16(1).
5. Utari ID, Nita F. Gambaran tingkat kecemasan pada warga binaan wanita menjelang bebas di lembaga pemasyarakatan wanita kelas ii a bandung. 2012;
6. Dewa LH, Hassan L, Shaw JJ, Senior J. Trouble sleeping inside: a cross-sectional study of the prevalence and associated risk factors of insomnia in adult prison populations in england. sleep med. 2017;32:129–36.
7. Ekasari A, Susanti N. Hubungan antara optimisme dan penyesuaian diri dengan stres pada narapidana kasus napza di lapas kelas iia bulak kapal bekasi. 2009;
8. Probosiwi P. Perbedaan tingkat insomnia mahasiswa tahap sarjana dan tahap profesi fakultas kedokteran universitas muhammadiyah semarang. 2017;
9. Bayani I, Sarwasih S. Attachment dan peer grup dengan kemampuan coping stres pada siswa kelas vii di smp rsbi al azhar 8 kemang pratama. FISIP. 2013;