

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Narapidana merupakan terpidana yang menjalani pidana di lembaga pemasyarakatan (UU Nomor 12 Tahun 1995). Berdasarkan UU Nomor 12 Tahun 1995 pasal 1 ayat (6) narapidana adalah seseorang yang dipidana berdasarkan putusan pengadilan yang telah memperoleh kekuatan hukum tetap.

Data *World Wealth Organization* (WHO) Tahun 2021 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.

Di Indonesia jumlah narapidana juga terjadi peningkatan disetiap tahun 2021 yaitu 8.250 orang. Jumlah narapidana terbanyak peringkat teratas yaitu, Sumatera Utara 30.090 orang, peringkat kedua Jawa Timur 26.038 orang. Ketiga Jawa Barat 21.313 orang, dan keempat Sumatera Barat 13.746 orang narapidana (Lembaga tahanan Negara Indonesia, 2022).

Kepala Divisi Kementerian Hukum dan HAM Sumatera Barat (KemenkumHAM Sumbar) mencatat jumlah penghuni Lapas Sumatera Barat sebanyak 6.402 orang pada bulan Februari 2024. Jumlah penghuni terbanyak ditempatkan oleh Lapas Kelas IIA Padang yaitu sebanyak 970 orang, peringkat kedua Lapas Kelas IIA Bukittinggi

sebanyak 422 orang. Ketiga ditempatkan oleh Lapas kelas IIB Pariaman yaitu sebanyak 417 orang, dan keempat yaitu sebanyak 346 orang di Lapas Kelas IIB Solok. Kelima ada pada Lapas Kelas IIB Tanjung Pati sebanyak 195 orang, keenam sebanyak 182 narapidana ada pada Lapas Kelas IIB Padang (KemenkumHAM Sumbar, 2022).

Menurut Arrias et al (2019) narapidana yang berada di lapas berisiko tinggi mengalami masalah Psikososial yaitu konsep diri, harga diri rendah, stress, depresi, dan kecemasan. Didalam masa kurungan mereka, narapidana dihadapkan dengan kecemasan baik narapidana yang baru masuk dan narapidana yang menjelang bebas (Panjaitan & Purwati, 2017). Selain itu juga ada unsur lain yang mengakibatkan kecemasan di kalangan narapidana yaitu stigma masyarakat, penerimaan keluarga, lamanya masa tahanan, dan adaptasi. Khususnya, trauma yang dialami di masa lalu sering berfungsi sebagai penentu yang menyebabkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi di antara narapidana wanita dibandingkan laki-laki (Arrias et al, 2019).

Faktor kecemasan pada narapidana antara lain usia, dukungan keluarga, lingkungan serta konsep diri pada narapidana terganggu. Kecemasan dapat mengurangi potensi diri yang dimiliki oleh narapidana, karena kecemasan pada seorang penghuni Lembaga Pemasyarakatan dapat muncul suatu ancaman pada jiwa atau psikisnya seperti kehilangan arti kehidupan, dimana narapidana merasa bahwa masa depannya menjadi suram dan merasa tidak berguna.

Fernandes (2019) menyatakan kecemasan adalah perasaan tidak nyaman atau khawatir yang muncul sebagai respon terhadap sesuatu yang tidak diketahui atau dipahami. Kecemasan memiliki tingkatan yaitu tingkat ringan dengan gejala nafas pendek dan tidak dapat duduk dengan tenang, selanjutnya kecemasan sedang dengan

gejala bingung, emosi tidak stabil dan susah tidur, yang ketiga yaitu kecemasan berat yaitu merasa terancam dan menarik diri, selanjutnya kecemasan tingkat akhir yaitu panik dimana klien merasa ketakutan dan berteriak serta hilang kontrol diri (Wuryaningsih, 2018).

Masalah kecemasan 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 adaptasi kembali dalam masyarakat. Dari permasalahan yang dialami oleh narapidana maka dari itu penting dilakukan Hipnotis 5 jari untuk mengurangi kecemasan yang di rasakan oleh narapidana. Karena selama narapidana berada di Lapas tidak ada melakukan tindakan atau terapi untuk mengurangi kecemasan narapidana yang ada di Lapas. Peneliti mengambil di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas II B Padang, untuk melakukan penelitian yaitu Hipnotis 5 Jari, karena di Lapas Kelas II B tersebut terisi semua oleh narapidana perempuan.

Upaya yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan narapidana perempuan yaitu ada terapi farmakologi, non-farmakologi seperti konseling, psikoterapi, terapi tertawa, terapi kognitif, meditasi relaksasi, dzikir, spiritual, pendekatan *expresive writing*, dan hipnotis lima jari. Namun hipnotis lima jari dapat di ambil untuk menurunkan kecemasan dengan pendekatan preventif yang dilakukan yaitu dengan pemberian terapi generalis untuk mengontrol kecemasan (Sulistyarini, 2014). Manfaat dari terapi hipnotis lima jari dapat memberikan ketenangan batin bagi individu, mengurangi rasa cemas, khawatir dan gelisah, mengurangi tekanan darah, detak jantung lebih rendah dan tidur menjadi nyenyak (Dekawaty, 2021)

Menurut Dekawaty (2021) hipnotis lima jari adalah suatu cara relaksasi yang menggunakan kekuatan pikiran. Hipnotis lima jari merupakan salah satu jenis hipnoterapi menggunakan lima jari tangan dimana klien dibantu untuk mengubah persepsi ansietas, stres, tegang dan takut dengan menerima saran-saran diambang bawah sadar atau dalam keadaan rileks dengan menggerakkan jari-jarinya sesuai perintah (Mawarti, 2021).

Metode hipnotis lima jari dapat dilakukan selama  $\pm 10$  menit dengan fokus serta tenang. Teknik terapi Hipnotis Lima Jari dilakukan 3 kali selama 2 minggu. Langkah awal memegang ibu jari dengan telunjuk lalu membayangkan ketika narapidana merasa sehat, kedua memegang ibu jari dengan jari tengah serta membayangkan ketika narapidana pertama kali bahagia, ketiga memegang ibu jari dengan jari manis serta membayangkan ketika narapidana memperoleh apresiasi, kemudian terakhir memegang ibu jari dengan kelingking dan membayangkan tempat terindah yang pernah didatangi oleh narapidana (IS Wati, 2020).

Dampak hipnotis lima jari pada narapidana terhadap kecemasan karena terapi hipnotis lima jari menciptakan kedamaian, ketenangan, kebahagiaan dan kesenangan bagi orang yang melakukannya. Selain itu terapi hipnotis lima jari dapat mengurangi tekanan dan psikologis dengan cara membayangkan peristiwa menyenangkan yang telah berlalu. Teknik relaksasi lima jari memungkinkan akses ke alam sadar sambil membayangkan kembali memori yang mengesankan, menciptakan rasa nyaman dan damai (Hildagardis Meliyani Erista Nai et al, 2019).

Hasil penelitian Utari (2012) tentang Pengaruh Hipnotis Lima Jari Dengan Tingkat Kecemasan Pada Warga Binaan Perempuan Menjelang Bebas Di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Bandung dengan sampel 50 responden didapatkan sebanyak 19 responden (38%) mengalami kecemasan berat, sedangkan sebanyak 14 responden (28%) mengalami kecemasan sedang, dan sebanyak 17 responden (34%) mengalami kecemasan ringan (Utari, 2012). Sedangkan hasil penelitian dari Sesra (2023) tentang Gambaran kecemasan narapidana Perempuan di Sumatera Barat menunjukkan tingkat kecemasan narapidana perempuan sebesar 53,8% dengan tingkat kecemasan sedang dan tingkat kecemasan ringan sebesar 46,3%.

Hasil penelitian Nova (2022) dengan judul Pengaruh Hipnotis Lima Jari Dengan Tingkat Depresi Pada Narapidana menunjukkan bahwa narapidana mengalami kecemasan ringan yaitu sebanyak 20 narapidana (66,7%), 4 narapidana berada pada kategori sedang (13,3%), dan 6 narapidana berada pada kategori berat (20,0%). Berdasarkan hasil uji statistik *Wilcoxon*, diketahui bahwa terdapat pengaruh yang bermakna antara pengaruh hipnotis lima jari dengan tingkat depresi pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Muaro Padang tahun 2022 pada kelompok intervensi dengan nilai  $P\text{-value}=0,0001$ .

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 26 Februari 2024 jumlah penghuni terbanyak ditempatkan oleh Lapas Kelas IIA Padang yaitu sebanyak 970 orang, peringkat kedua Lapas Kelas IIA Bukittinggi sebanyak 422 orang. Ketiga ditempatkan oleh Lapas kelas IIB Pariaman yaitu sebanyak 417 orang, dan keempat yaitu sebanyak 346 orang di Lapas Kelas IIB Solok. Kelima ada pada Lapas Kelas IIB Tanjung Pati sebanyak 195 orang, keenam di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II B Padang

terdapat sebanyak 182 orang narapidana perempuan yang berada di Lapas tersebut menggunakan wawancara kepada narapidana. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh peneliti melalui wawancara terhadap 10 responden narapidana 6 orang 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 wanita mengalami dampak fisik seperti kesehatan mulai terganggu, tidak nafsu makan dan susah tidur, sedangkan dampak psikologis seperti kecemasan, rasa malu dan depresi.

Berdasarkan data dan fenomena di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Terapi Hipnotis 5 Jari Terhadap Tingkat Kecemasan pada Narapidana di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas II B Padang”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan, permasalahan penelitian ini adalah ”Ada Pengaruh Terapi Hipnotis 5 Jari Terhadap Tingkat Kecemasan pada Narapidana di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas II B Padang?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Diketahui pengaruh terapi hipnotis lima jari terhadap tingkat kecemasan pada narapidana di lembaga pemasarakatan perempuan kelas II B Padang.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketuinya Rerata Tingkat Kecemasan sebelum di lakukan Terapi Hipnotis 5 Jari Pada Narapidana Di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas II B Padang.

- b. Diketuainya Rerata Tingkat Kecemasan sesudah dilakukan Terapi Hipnotis 5 Jari Pada Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II B Padang.
- c. Diketuainya Pengaruh Sebelum Dan Sesudah Terapi Hipnotis 5 Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II B Kota Padang.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1) Manfaat Teoritis**

###### **a. Bagi Peneliti**

Menambah wawasan ilmu pengetahuan dan pengalaman penulis mengenai pengaruh terapi hipnotis 5 jari terhadap tingkat kecemasan serta mengaplikasikan ilmu hasil studi yang telah diperoleh selama perkuliahan.

###### **b. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi data dasar yang bisa digunakan untuk peneliti selanjutnya melakukan penelitian lebih lanjut terkait dengan Pengaruh Terapi Hipnotis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Narapidana.

##### **2) Manfaat Praktis**

###### **a. Bagi Tempat Penelitian**

Hasil penelitian ini digunakan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi para praktisi maupun institusi tempat penelitian mengenai pengaruh terapi hipnotis lima jari dengan kecemasan narapidana.

###### **b. Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menambah bahan bacaan dan tata pendukung dalam hal mengembangkan potensi bagi tenaga kesehatan Program studi Ilmu Keperawatan STIKes Alifah Padang.

#### **E. Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup penelitian ini membahas tentang “Pengaruh Terapi Hipnotis 5 Jari terhadap Tingkat Kecemasan Pada Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II B Padang”. Variabel independen dalam penelitian ini Terapi Hipnotis 5 Jari , variabel dependen Tingkat Kecemasan. Penelitian ini merupakan *pre eksperimen* dengan design penelitian *One Group intervention Pretest-Posttest Design* yang melibatkan 30 orang narapidana yang pertama kali masuk dari bulan Februari 2024 s/d Agustus 2024. Pengumpulan data dilakukan selama 9 hari dimulai pada tanggal 15-24 Juli 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah 149 narapidana yang pertama kali masuk. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 orang dengan kriteria narapidana yang pertama kali masuk di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II B Padang, narapidana yang bersedia menjadi responden. Pengambilan data menggunakan rumus *federer* dan teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Data diperoleh melalui kuesioner *Hamilton Rating Scale For Anxiety* (HARS) yang di isi oleh narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II B Padang. Data diolah menggunakan analisis *univariat* dan *bivariat* dengan uji *wilcoxon* didapatkan hasil dengan nilai  $p\text{-value} = 0,000$  ( $p \leq 0,05$ ) dinyatakan bahwa ada pengaruh Terapi Hipnotis 5 Jari terhadap Tingkat Kecemasan Pada Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II B Padang.