Strategi Efektif untuk Mendukung Kesehatan Mental Tahanan Lansia pada Masa Administrasi Orientasi

Mitro Subroto¹, Dimas Aji²

^{1,2} Teknik Pemasaryakatan, Politeknik Ilmu Pemasaryakatan
e-mail: subrotomitro07@gmail.com

Abstrak

Kesehatan mental tahanan lansia merupakan isu yang semakin penting seiring dengan meningkatnya populasi lansia diseluruh dunia. Lansia, yang didefinisikan sebagai individu berusia 60 tahun keatas, rentan terhadap gangguan kesehatan mental, terutama dalam konteks pemsaryakatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi strategi efektif dalam mendukung kesehatan mental tahanan lansia selama masa administrasi orientasi. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi literatur, yang mengumpulkan data dari berbagai sumber termasuk jurnal, buku, dan peraturan perundangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perhatian khusus terhadap kesehatan mental tahanan lansia sangat penting, mengingat tantangan fisik dan mental yang mereka hadapi. Strategi yang diusulkan meliputi peningkatan interaksi sosial melalui kegiatan kelompok, penyediaan fasilitas ramah lansia, serta dukungan emosional dari keluarga. Penelitian ini menekankan bahwa dukungan yang holistik dan berkelanjutan dapat membantu tahanan lansia beradaptasi dengan lingkungan penjara dan mengurangi resiko gangguan kesehatan mental. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa implementasi strategi yang tepat dapat meningkatkan kesejahteraan tahanan lansia, yang pada gilirannya berkontribusi pada keberhasilan rehabilitasi mereka dalam sistem pemsaryakatan. Oleh karena itu, perhatian lebih lanjut terhadap kesehatan mental tahanan lansia sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung.

Kata kunci: *Lansia, Administrasi Orientasi, Warga Binaan*

Abstract

The mental health of elderly prisoners is an increasingly important issue as the elderly population increases worldwide. Elderly people, defined as individuals aged 60 years and above, are vulnerable to mental health disorders, especially in the correctional context. This study aims to identify effective strategies to support the mental health of elderly prisoners during the orientation administration period. The research method used is a qualitative literature study approach, which collects data from various sources including journals, books, and laws and regulations. The results of the study indicate that special attention to the mental health of elderly prisoners is essential, considering the physical and mental challenges they face. The proposed strategies include increasing social interaction through group activities, providing elderly-friendly facilities, and emotional support from family. This study emphasizes that holistic and ongoing support can help elderly prisoners adapt to the prison environment and reduce the risk of mental health disorders. The conclusion of this study shows that the implementation of appropriate strategies can improve the well-being of elderly prisoners, which in turn contributes to their successful rehabilitation in the correctional system. Therefore, further attention to the mental health of elderly prisoners is needed to create a safe and supportive environment.

Keywords : *Elderly, Orientation Administration, Prisoners*

PENDAHULUAN

Pada hakikatnya perkembangan tubuh manusia akan mengalami masa tua, atau biasa disebut lanjut usia (lansia). "Lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun ke atas, berdasarkan Undang-undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan Lanjut Usia" (Agus

Setyo Utomo, STATUS KESEHATAN LANSIA BERDAYAGUNA). Pada tahap ini sistem kekebalan dan kekuatan tubuh akan menurun sehingga rentan terkena penyakit. Hal itu menyebabkan kegiatan yang dulu sering dilakukan menjadi terhambat atau bahkan tidak bisa sama sekali.

Namun tidak hanya itu saja, pada saat memasuki lansia tingkat kesehatan mental juga sangat rentan terganggu yang mana apabila tidak mendapat perawatan yang khusus akan menimbulkan gangguan kesehatan mental. Berdasarkan dari website WHO, jumlah populasi dunia yang berumur diatas 60 tahun berjumlah 1 milyar orang atau lebih. Selanjutnya disebutkan bahwa sekitar 14% dari populasi yang berumur diatas 60 tahun hidup dengan gangguan kesehatan mental.

“kesehatan mental adalah suatu kondisi seseorang yang memungkinkan berkembangnya semua aspek perkembangan, baik fisik, intelektual, dan emosional yang optimal serta selaras dengan perkembangan orang lain, sehingga selanjutnya mampu berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya” (Fakhriani, 2019). Kesehatan mental tiap individu berbeda – beda, ada yang memiliki kesehatan mental yang baik dan juga ada yang memiliki kesehatan mental yang kurang baik yang dapat berpotensi terkena gangguan kesehatan mental. Perlu dilakukan upaya kesehatan mental, agar setiap individu memiliki kesehatan mental yang baik dan mencegah terjadinya gangguan kesehatan mental.

Berdasarkan pasal 1 ayat 4 UU Nomor 18 Tahun 2014 Tentang Kesehatan jiwa disebutkan “Upaya Kesehatan Jiwa adalah setiap kegiatan untuk mewujudkan derajat kesehatan jiwa yang optimal bagi setiap individu, keluarga, dan masyarakat dengan pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang diselenggarakan secara menyeluruh, terpadu, dan berkesinambungan oleh Pemerintah, Pemerintah Daerah, dan/atau masyarakat” . Kesehatan mental sendiri bisa terbentuk didalam lingkungan keluarga, lingkungan Pendidikan atau pekerjaan, serta di lingkungan masyarakat.

Administrasi orientasi atau masa pengamatan, pengenalan, dan penelitian lingkungan (mapenaling) termasuk kedalam pembinaan tahap awal dimana terdapat pada pasal 10 ayat 1 huruf (a) PP No 31 tahun 1999 tentang Pembinaan dan Pembimbingan Warga Binaan Pemasyarakatan. Pada tahap administrasi orientasi, warga binaan akan menjalani masa pengenalan yang mana warga binaan akan beradaptasi dengan lingkungan Lapas atau Rutan. “Pada tahap Admisi Orientasi terdapat program-program pembinaan yang harus dijalankan oleh Narapidana yang baru masuk dimana untuk menetapkan program pembinaan dilakukan dengan mekanisme sidang Tim Pengamat Pemasyarakatan (TPP) dengan mempertimbangkan data-data tentang Narapidana yang disampaikan oleh petugas dan Wali Narapidana” (Poiran, 2018).

Untuk tahanan lansia, pelayanan pada masa administrasi orientasi yang diberikan tidak bisa disamakan dengan tahanan pada umumnya. Hal ini seperti sudah dijelaskan karena lansia kesehatan fisik dan mentalnya sudah menurun. Maka dari itu perlu strategi yang tepat untuk mendukung kesehatan mental tahanan lansia pada masa administrasi orientasi agar kedepannya bisa menjalani masa pidananya sampai selesai.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. “Penelitian kualitatif adalah penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek alamiah, dimana peneliti merupakan instrumen kunci. Pada penelitian kualitatif pengambilan sampel sumber data dilakukan secara purposive dan snowball, teknik pengumpulan dengan triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif atau kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi” (Harahap, 2020).

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian studi literatur dengan menggunakan pendekatan naratif. “menurut McCarthey Pendekatan naratif termasuk bentuk harfiah dari penelitian kualitatif dengan keterkaitan yang kuat antar keduanya serta sebuah literatur yang menyediakan pendekatan kualitatif sehingga kita dapat menulis dalam model sastra persuasive” (Samiaji Sarosa, 2021). Studi yang digunakan pendekatan naratif yaitu mengumpulkan informasi dari beberapa sumber, dimana nantinya akan dinarasikan kedalam sebuah paragraf dan dikembangkan oleh pengetahuan peneliti, teori, dan model yang ada.

Sumber data yang digunakan berupa data sekunder yang diperoleh dari jurnal, buku, peraturan perundangan, serta penelitian terdahulu yang telah dikembangkan dengan memperhatikan permasalahan yang akan diteliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam Undang-undang Nomor 22 tahun 2022 tentang Pemasayarakatan pasal 7 huruf (b) dijelaskan mengenai hak tahanan yaitu mendapatkan perawatan, baik jasmani maupun rohani. Hal ini berarti setiap tahanan berhak mendapatkan perawatan yang layak, baik perawatan jasmani maupun rohaninya dengan memperhatikan hak asasinya sebagai manusia. Perawatan yang dimaksud tidak terkhusus bagi sekelompok tahanan saja, namun bagi seluruh warga binaan binaan pemsayarakatan.

Untuk tahanan lansia harus mendapatkan perawatan yang khusus, karena termasuk kedalam kelompok rentan. "Kelompok rentan dipahami sebagai penduduk di suatu negara yang memiliki karakteristik khusus, dimana kelompok masyarakat ini beresiko lebih tinggi diberikan bantuan kemanusiaan" (Sunesti, 2023). Dalam hal ini, tahanan lansia harus mendapatkan perawatan khusus dalam masa administrasi orientasi. Ini merupakan langkah awal mereka beradaptasi, sekaligus memberikan pemahaman bagaimana aturan hidup didalam lapas atau rutan serta cara mereka hidup dan bersosialisasi didalam dengan pelayanan atau sosialisasi yang khusus.

Tujuan diberikannya pelayanan yang khusus pada tahap administrasi orientasi salah satunya agar menjaga kesehatan mental mereka. Apabila pada tahap administrasi orientasi tidak mendapat pelayanan khusus akan menyebabkan resiko gangguan mental yang mana akan sangat berpengaruh kepada mereka saat menjalani masa pidananya. Pada tahap administrasi orientasi, tahanan lansia menghadapi beberapa hambatan signifikan yang dapat mempengaruhi kesehatan mental dan fisik mereka. Pertama, kondisi tubuh tahanan lansia yang rentan terhadap penyakit menjadi salah satu tantangan utama. Kesehatan fisik yang menurun dapat berdampak langsung pada kondisi psikologis, yang menyebabkan stres dan kecemasan yang lebih tinggi.

Kedua, banyak tahanan lansia mengalami kesulitan dalam melakukan sosialisasi, yang seringkali disebabkan oleh penurunan kemampuan dalam berkomunikasi. Hal ini membuat mereka merasa terasing dan kesepian, yang dapat memperburuk kondisi kesehatan mental mereka. Ketiga, beban pikiran terkait kesalahan yang diperbuat juga menjadi hambatan yang signifikan. Rasa bersalah dan penyesalan dapat mengganggu kesehatan mental, terutama ketika mereka harus menghadapi konsekuensi dari Tindakan yang diperbuat.

Keempat, perasaan kesepian yang muncul akibat lingkungan baru dan interaksi dengan orang baru dapat menambah tekanan emosional. Tahanan lansia seringkali merasa terasing, yang dapat memperburuk perasaan depresi dan kecemasan. Terakhir, kurangnya dukungan sosial dan pemahaman dari sesama tahanan dan petugas dapat membuat mereka merasa tidak diperhatikan, sehingga menghambat proses adaptasi mereka dalam lingkungan baru.

Maka dari itu diperlukan strategi yang efektif pada tahap administrasi orientasi untuk mendukung kesehatan mental tahanan lansia. Strategi tersebut dapat dilakukan melalui berbagai cara, diantaranya yaitu :

1. Peran petugas dalam kontak sosial. Petugas pemsayarakatan memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung bagi tahanan lansia. Dengan melakukan interaksi yang aktif dan empatik, petugas dapat membantu mengurangi rasa kesepian yang dialami oleh tahanan lansia. Kontak sosial yang positif dapat meningkatkan rasa percaya diri dan memberikan rasa aman. Petugas juga dapat menjadi jembatan bagi tahanan lansia untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, sehingga mereka merasa lebih diterima dan terintegrasi dalam lingkungan pemsayarakatan.
2. Penyuluhan keagamaan. Agama seringkali menjadi sumber kekuatan dan ketenangan bagi individu, terutama bagi lansia yang mungkin menghadapi tantangan emosional. Dengan memberikan penyuluhan mengenai nilai-nilai keagamaan, tahanan lansia dapat menemukan harapan dan makna dalam situasi sulit yang mereka hadapi. Kegiatan keagamaan seperti pengajian atau diskusi spiritual, diperdengarkan lantunan shalawat atau lagu rohani dapat memberikan dukungan moral yang diberikan.

3. Program kegiatan sosial. Mengadakan kegiatan sosial yang melibatkan tahanan lansia dapat meningkatkan interaksi dan membangun hubungan antar sesama warga binaan. Kegiatan yang dimaksud seperti permainan, diskusi kelompok, atau seni yang dapat menciptakan suasana positif dan menyenangkan. Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan interaksi dan membangun hubungan, tetapi juga dapat meningkatkan keterampilan sosial dan memberikan kesempatan bagi tahanan lansia untuk berbagi pengalaman dan saling mendukung.
4. Penyediaan fasilitas yang ramah lansia. Memastikan bahwa terdapat fasilitas yang dirancang untuk kebutuhan lansia sangatlah penting. Hal ini termasuk tempat tidur yang nyaman, aksesibilitas yang baik, serta fasilitas kesehatan yang memadai. Dengan menciptakan lingkungan yang ramah lansia, mereka akan merasa aman dan nyaman yang dapat mengurangi stres serta meningkatkan kesehatan mental mereka.
5. Pemantauan kesehatan mental. Pemantauan kesehatan mental secara rutin sangat penting untuk mendeteksi permasalahan yang mungkin timbul sejak dini. Petugas harus memiliki kemampuan untuk mengenali tanda-tanda gangguan kesehatan mental, seperti perubahan perilaku atau suasana hati. Dengan melakukan pemantauan yang baik, intervensi dapat dilakukan lebih awal sehingga permasalahan kesehatan mental yang timbul tidak berkembang menjadi lebih serius.
6. Dukungan psikologis. Menyediakan akses ke layanan psikologis atau konseling bagi tahanan lansia merupakan langkah penting dalam mendukung kesehatan mental mereka. Psikolog atau konselor dapat membantu mengatasi masalah emosional seperti kecemasan, depresi, atau trauma. Dengan mendapatkan dukungan psikologis, tahanan dapat belajar cara mengelola stres serta mengembangkan strategi koping yang sehat.
7. Penyuluhan tentang hak, kewajiban, serta peraturan. Memberikan penyuluhan mengenai hak, kewajiban, dan peraturan yang berlaku di dalam rutan sangat penting karena dapat membantu dalam bertindak serta memahami lingkungan mereka. Dengan memahami hak dan kewajiban, tahanan lansia dapat lebih aktif dalam memperjuangkan kesejahteraan mereka dan mengurangi rasa ketidakberdayaan didalam rutan.
8. Pemberian ruang untuk ekspresi diri. memberikan kesempatan bagi tahanan lansia untuk mengekspresikan diri melalui seni, tulisan, atau kegiatan kreatif lainnya dapat menjadi cara yang efektif untuk mengatasi stres. Ekspresi diri memungkinkan tahanan lansia untuk mengeluarkan perasaan dan pikiran yang mungkin sulit diungkapkan secara verbal. Kegiatan kreatif juga dapat memberikan rasa pencapaian dan meningkatkan harga diri, yang sangat penting bagi kesehatan mental mereka.

Selain pelayanan dan perawatan yang disediakan oleh pihak Rutan, penting juga peran dari sesama warga binaan. Terlebih lagi bagi teman satu kamar, yang selalu bersama mereka. Hal ini dikarenakan secara tidak langsung antar warga binaan akan memiliki rasa senasib sepenanggungan, dan selalu melakukan kontak bersama setiap harinya. Bagi tahanan lansia, dibutuhkan kepedulian dari warga binaan lain, seperti memahami bahwa warga binaan lansia merupakan kelompok rentan, mengajak berkomunikasi dan berteman dengan mereka, serta mau membantu apabila tahanan lansia membutuhkan bantuan.

Memahami bahwa warga binaan lansia merupakan kelompok rentan sangat penting, karena nantinya akan timbul rasa empati sehingga tidak terjadi bullying atau semacamnya kepada mereka. Yang tidak kalah penting yaitu melakukan komunikasi kepada mereka, karena pada hakikatnya seseorang tidak bisa hidup sendirian, apalagi kalau mereka merasa dijauhi dari pergaulan, dimana hal ini merupakan salah satu timbulnya gangguan kesehatan mental. Selain hal diatas, diperlukan juga pemahaman bahwa mendahulukan lansia merupakan hal yang penting karena keadaan fisik dan mental tahanan lansia terbatas.

Dukungan dari keluarga juga tak kalah penting dalam proses administrasi orientasi dalam menjaga kesehatan mental dan kesejahteraan tahanan lansia. Keluarga merupakan sumber dukungan emosional utama yang dapat memberikan rasa aman dan stabilitas yang sangat dibutuhkan oleh tahanan yang sedang menghadapi tantangan baru dilingkungan penjara. Kehadiran dan keterlibatan keluarga dapat mengurangi rasa kesepian serta meningkatkan semangat tahanan untuk menjalani masa pidana.

Kunjungan dari anggota menjadi salah satu cara efektif untuk memberikan dukungan, karena interaksi langsung memungkinkan tahanan untuk berbagi perasaan dan pengalaman, sehingga mengurangi rasa terasing dan memberikan dukungan moral yang penting. Keluarga juga dapat memberikan dukungan praktis, seperti membantu dalam proses hukum dan merencanakan kehidupan setelah menjalani masa pidana, yang sangat penting untuk membantu tahanan lansia beradaptasi kembali ke masyarakat.

Strategi tersebut setelah dijalankan nantinya apabila terjadi kendala atau hambatan akan dilakukan evaluasi, serta akan terus dilakukan pemantauan serta inovasi agar warga binaan lansia bisa menyelesaikan masa pidananya sampai akhir.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa perhatian khusus terhadap kesehatan mental tahanan lansia selama masa administrasi orientasi sangat penting, mengingat mereka menghadapi tantangan fisik dan mental yang signifikan. Berbagai strategi efektif telah dijabarkan, termasuk melibatkan tahanan lansia dalam kegiatan sosial seperti permainan dan diskusi kelompok untuk meningkatkan interaksi dan keterampilan komunikasi, serta penyediaan fasilitas yang ramah lansia untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung kesehatan mental. Selain itu, pemantauan kesehatan mental secara rutin dan akses ke layanan psikologis juga menjadi langkah penting dalam membantu tahanan mengatasi masalah emosional. Dukungan dari keluarga turut berperan dalam memberikan rasa aman dan stabilitas yang dibutuhkan.

Kelebihan dari strategi ini adalah pendekatan holistik yang melibatkan berbagai pihak, namun terdapat kekurangan seperti keterbatasan sumber daya dan kebutuhan akan pelatihan bagi petugas pemsayarakatan. Untuk pengembangan selanjutnya, diperlukan peningkatan pelatihan bagi petugas dalam mengenali dan menangani masalah kesehatan mental, serta pengembangan program-program inovatif yang berkelanjutan. Penelitian lebih lanjut juga diperlukan untuk mengevaluasi efektifitas strategi yang diterapkan, sehingga diharapkan kesehatan mental tahanan lansia dapat terjaga dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2014 Tentang Kesehatan jiwa.
Undang-undang Republik Indonesia Nomor 22 tahun 2022 Tentang Pemsayarakatan.
Peraturan Pemerintah No 31 tahun 1999 tentang Pembinaan dan Pembimbingan Warga Binaan Pemsayarakatan
---. Status Kesehatan Lansia Berdayaguna. Media Sahabat Cendekia, 18 Oct. 2019.
Fakhriani, D. F. (2019). Kesehatan Mental. In *Early Childhood Education Journal*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
http://digilib.uinsby.ac.id/918/10/Daftar_Pustaka.pdf
Harahap, N. (2020). Penelitian Kualitatif. In H. Sazali (Ed.), *Jurnal Sains dan Seni ITS* (Vol. 6). Wal Ashri Publishing. Retrieved from <http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf>
<http://fiskal.kemenkeu.go.id/ejournal>
<http://dx.doi.org/10.1016/j.cirp.2016.06.001>
<http://dx.doi.org/10.1016/j.powtec.2016.12.055>
<https://doi.org/10.1016/j.ijfatigue.2019.02.006>
<https://doi.org/10.1>
Poiran. (2018). Kebijakan Pemerintah Dalam Admisi Orientasi Narapidana. *Jurnal Marketing*, 2(1), 149–160.
Samiaji Sarosa. (2021). Analisis Data Penelitian Kualitatif.
Sunesti, Y. (2023). Kelompok Rentan Dalam Pembangunan Inklusif: Studi Perempuan Kepala Keluarga Di Nusa Tenggara Barat. *Prosiding Konferensi Nasional Sosiologi (PKNS)*, 1(2), 7–9. Retrieved from <https://www.pkns.portalapssi.id/index.php/pkns/article/view/107>
<https://www.pkns.portalapssi.id/index.php/pkns/article/download/107/104>