

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Narapidana merupakan individu yang melanggar aturan dan hukum serta sudah memperoleh keputusan hukum tetap berupa hilangnya kebebasan sehingga menjalani kehidupannya di sebuah Lembaga Pemasyarakatan untuk melaksanakan pembinaan (Anggraini et al., 2019). Menurut Amari (2018) narapidana merupakan seorang layaknya manusia pada umumnya, namun karena melanggar norma hukum yang telah ditetapkan, maka dipisahkan oleh hakim untuk menjalankan hukuman. Berdasarkan Pasal 1 ayat (7) Undang-Undang Nomor 12 Tahun mengenai Pemasyarakatan. Menurut data Pemasyarakatan, pada tahun 2017 total narapidana pada 33 Kantor Wilayah (Kanwil) mencapai 161.345 orang, dan meningkat jumlahnya pada tahun 2018 menjadi 183.274, hingga pada tahun 2019 jumlah narapidana mencapai 201.643 di setiap wilayahnya (Sholihah & Sawitri, 2021).

Menjalani keseharian di lapas menjadikan kehidupan mengalami perubahan yang sangat ekstrim, sehingga menjadi sumber *stresor* tertinggi dalam kehidupan individu manusia. Stres yang dialami oleh narapidana didalam lapas memiliki perbedaan dengan stres yang dialami oleh individu yang tidak di lapas. Faktor yang mengakibatkan narapidana mengalami stres seperti masa tahanan yang lama, keluarga yang jauh, kurangnya privasi karena selalu diawasi, lingkungan yang banyak tekanan (Hursan, 2023).

Stres adalah sebuah keadaan pada seseorang yang dapat mengakibatkan terjadinya tekanan baik fisik ataupun psikologis pada seseorang sehingga sulit untuk mengontrol diri (Manurung, 2016). Menurut Wijaya (2015), sebagian besar narapidana mempunyai tingkat stres berat. Hasil Penelitian di lapas Kelas II A Jember, dengan besar subjek 76, diperoleh mayoritas narapidana di Lapas kelas II A Kabupaten Jember sebanyak 33 orang (43,3%) mengalami stres parah, sebanyak 25 orang (32,9%) mengalami stres sedang, sebanyak 10 orang (13,2%) mengalami stres ringan, dan satu orang (1,3%) mengalami stres sangat parah (Anggraini, 2014).

Keadaan narapidana yang mengalami stres memiliki pengaruh terhadap

asupan makan narapidana sendiri, karena ketika stres cenderung memilih makanan tinggi lemak dan energi. Makanan tinggi lemak dan energi biasanya dikonsumsi narapidana karena membeli dari kantin Lapas seperti gorengan, minuman-minuman manis berpengawet, cemilan-cemilan, dan lain-lain. Jika kebiasaan ini terus dilakukan dapat mengakibatkan berat badan yang naik secara signifikan dan berat badan menjadi *overweight* maupun obesitas. Namun, ada juga sebagian orang yang ketika dalam kondisi stres memakan makanan dengan porsi yang sedikit bahkan tidak makan sama sekali (Wijayanti et al., 2019). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian di Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Cirebon, didapatkan hasil penelitian asupan energi narapidana antara 852,30 hingga 1918,30 kkal dengan rata-rata sebesar 1285,02 kkal, asupan energi tersebut tergolong rendah jika dibandingkan dengan kecukupan energi yang sudah ditentukan oleh Dirjen Pemasyarakatan yaitu sebesar 2250 kkal, bahkan semakin rendah jika dibandingkan dengan angka kecukupan gizi 2019 yang menetapkan kebutuhan energi untuk usia laki-laki dewasa berkisar antara 2550-2650 kkal (Andari, 2017).

Selain itu, pada penelitian di Lapas Kelas I Semarang, narapidana mempunyai tingkat kecukupan energi yang kurang (53,8%), dan penelitian yang dilaksanakan bagi pemakai narkoba di lapas anak pria Tangerang didapatkan hasil sebanyak 67,5% tingkat kecukupan energi dan protein narapidana tergolong kurang. Hasil tersebut menunjukkan narapidana di lapas sebenarnya memerlukan perhatian khusus tentang penyediaan makanan sesuai dengan Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan (Dewi, A. M., et al, 2017). Pengadaan makanan yang baik bagi narapidana tercantum dalam Peraturan Pemerintah Nomor 32 Tahun 1999 Pasal 19 mengenai Syarat dan Tata Cara Pelaksanaan Hak Warga Binaan Pemasyarakatan yang memaparkan bahwa setiap narapidana memiliki hak untuk memperoleh makanan dan minuman sesuai dengan jumlah kalori yang memenuhi syarat kesehatan. Kemudian, narapidana yang sakit, hamil atau menyusui, memiliki hak untuk memperoleh makanan tambahan sesuai dengan petunjuk dokter (Peraturan Pemerintah Republik Indonesia, 1999).

Proses penyelenggaraan makanan bagi narapidana di Lapas juga harus sesuai dengan anjuran gizi seimbang, sehingga makanan dikatakan layak dan aman untuk dimakan supaya bisa menunjang IMT dan derajat kesehatan dalam rangka peningkatan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM). Akhirnya, diterbitkanlah Surat Edaran Dirjen Pemasyarakatan No E.PP.02.05-02 tanggal 20 September tahun 2007 yang menjelaskan bahwa angka kecukupan gizi makan bagi narapidana pria dan wanita dewasa yaitu sebesar 2.250 kkal untuk energi dan 60 gram untuk protein (Rahayunigtyas, et al., 2018).

Asupan gizi yang tidak sesuai dengan anjuran akan menyebabkan penyakit seperti kekurangan gizi sehingga menjadi mudah terserang penyakit, kurang motivasi, apatis, bereaksi lamban. Asupan gizi juga berpengaruh dengan Indeks Masa Tubuh (IMT) seseorang (Dewanti, S. A., et al, 2016). Indeks Massa Tubuh (IMT) ialah pengukuran untuk menilai berat badan ideal atau IMT seseorang. IMT juga biasa digunakan untuk mengetahui resiko gangguan kesehatan (Aprisuandani et al., 2021). Selain dari asupan gizi, bahwa stres juga dapat mempengaruhi IMT seseorang. Stres dapat berdampak pada kondisi fisik individu, salah satunya adalah perubahan nafsu makan pada penderita stres yang dapat beresiko mengalami *anorexia nervosa* serta *overweight*. Hal tersebut dapat mempengaruhi IMT dari penderita stres seperti perubahan IMT (Gail, 2016).

Penurunan IMT terjadi karena merasa tidak nafsu makan, lebih banyak merenung dan menyesali perbuatannya sehingga lupa akan kebutuhan makan. Namun, berbanding terbalik dengan peningkatan IMT yang terjadi karena melampiaskan stresnya untuk makan. Hal ini sejalan dengan penelitian Lapau dalam (Purwandi, 2015) yang menjelaskan bahwa seseorang yang mengalami stres biasanya memiliki aktivitas fisik yang rendah dan meningkatnya asupan makan sehingga mengakibatkan penumpukan energi menjadi lemak yang akhirnya terjadi peningkatan IMT (Miliandani & Meilita, 2021).

Lembaga Penasyarakatan (Lapas) Kelas IIA Jember merupakan lapas satu-satunya yang berada di Jember dengan jumlah narapidana sekitar 600 orang. Dasar pengaturan dan penyelenggaraan makanan bagi Narapidana di Lapas

Kelas IIA Jember harusnya disesuaikan dengan Peraturan Menteri Hukum dan HAM RI No 40 Tahun 2017. Namun, di sisi lain Penyelenggaraan makanan di Lapas Kelas IIA Jember dilaksanakan oleh para narapidana sendiri dan tidak terdapat ahli gizi yang bertugas memantau jalannya kegiatan penyelenggaraan makanan. Kemampuan memasak didapatkan dari sesama narapidana yang bertugas sebagai pengolah makanan sebelumnya. Berdasarkan persyaratan pelaksanaan makanan institusi, pengelolaan makanan harus dilakukan oleh petugas yang memiliki keahlian dan memiliki pengalaman dalam bidang memasak, sehingga cita rasa dan mutu makanan terjamin. Kenyataan yang terjadi, petugas pengolah makanan dilaksanakan oleh narapidana dengan keterampilan memasak alamiah, ini mengakibatkan makanan yang dihasilkan sederhana dengan mutu dan cita rasa makanan yang kurang terjamin. Hal ini dapat membuat para narapidana tidak berselera dengan makanan yang sudah dimasak.

Selain itu, kenyataan di Lapas masih terdapat narapidana yang kurang memperoleh asupan makanan disebabkan oleh jumlah makanan yang sedikit untuk penghuni dalam satu kamar yang berjumlah 10 orang dan system distribusi yang diambilkan oleh ketua kamar masing-masing. Sehingga, makanan yang disalurkan ke narapidana tidak sesuai dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG) masing-masing. Hal ini dapat menyebabkan narapidana menjadi rentan mengalami kekurangan gizi dan penyakit lain akibat dari kekurangan asupan zat gizi makro dan mikro. Hal ini sejalan dengan pernyataan menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI) menjelaskan bahwa hasil penelitian tentang status kesehatan warga binaan di lapas bahwa prevalensi penyakit yang berkaitan dengan gizi mencapai 40,9%, prevalensi penyakit avitaminosis 14,3 %, dan anemia (Rahayunigtyas, et al., 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan dengan penyebaran kuisioner *Perceived Stres Scale* (PSS) kepada 100 orang narapidana di lapas kelas IIA Jember, didapatkan hasil 21% narapidana mengalami stres ringan, 52%

narapidana mengalami stres sedang, dan 27% narapidana mengalami stres berat. Tingkat stres pada narapidana memiliki presentase yang lebih tinggi dibandingkan dengan presentase yang lain. Penelitian yang Chairunnisa (2021) gambaran *stresor* pada remaja SMP yaitu stres rendah 84,5%, stres sedang 9%, dan stres tinggi 6,5%. Selain itu, penelitian yang dilakukan Mufidayani (2020) gambaran stres kerja perawat yang bekerja di UGD yaitu stres rendah 47,5%, stres sedang 40%, dan stres tinggi 12,5%. Penelitian lain yang dilakukan Aritonang & Susilawati (2023) menunjukkan tingkat stres Pegawai dan Dosen di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Alauddin Makassar yaitu stres ringan 12% stres sedang 70%, dan stres berat 18%.

Hasil wawancara yang telah dilakukan pada 20 orang narapidana, mereka mengaku bahwa 12 orang merasa bosan dengan menu yang disediakan dan rasanya yang memang relatif hambar sehingga para narapidana mengaku tidak nafsu makan. Sedangkan 8 orang lainnya merasa biasa saja atau mereka sudah menerima dengan apapun masakan yang disediakan karena mereka sudah pasrah terhadap menu makanan yang disediakan lapas. Hal ini sejalan dengan penelitian (Oksandi, et al., 2018) hasil wawancara yang dilakukan pada 10 narapidana tentang menu makanan yang disediakan, 7 narapidana mengatakan bosan dengan menu makanan yang ada. Kebosanan akan makanan yang tersedia dikarenakan menu yang sangat sederhana dan citarasa makanan yang kurang enak. Kebosanan akan makanan bisa berpengaruh dengan daya terima makanan narapidana serta mempengaruhi asupan zat gizi para narapidana.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan juga didukung dengan riset penelitian-penelitian sebelumnya yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa ada kemungkinan tingkat stres dapat mempengaruhi asupan gizi dan Indeks Masa Tubuh (IMT). Sehingga, peneliti tertarik untuk mengambil sebuah judul “Hubungan Stres dengan Asupan Zat Gizi dan Indeks Masa Tubuh (IMT) pada Narapidana di Lapas IIA Jember”

1.2. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan stres dengan asupan zat gizi dan indeks masa tubuh pada narapidana di lapas kelas IIA Jember?

1.3. Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan stres dengan asupan gizi dan indeks masa tubuh pada narapidana di lapas kelas IIA Jember

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi gambaran stres pada narapidana di lapas kelas IIA Jember
2. Mengidentifikasi gambaran asupan zat gizi pada narapidana di lapas kelas IIA Jember
3. Mengidentifikasi gambaran indeks masa tubuh pada narapidana di lapas kelas IIA Jember
4. Menganalisis hubungan stres dengan asupan zat gizi pada narapidana di lapas kelas IIA Jember
5. Menganalisis hubungan stres dengan indeks masa tubuh pada narapidana di lapas kelas IIA Jember

1.4. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengalaman serta dapat mengimplementasikan menerapkan ilmu pengetahuan yang peneliti dapatkan selama perkuliahan.

2. Bagi Lembaga Pemasarakatan

Mendapatkan informasi tentang tingkat stres, perilaku makan dan IMT pada narapidana serta dapat membantu dalam memahami dan mengatasi masalah-masalah terkait serta dapat mendorong penelitian lanjutan dan meningkatkan kualitas layanan kesehatan bagi narapidana

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini digunakan sebagai bahan informasi dan memperluas

wawasan tentang Hubungan Stres dengan Asupan Gizi dan Indeks Masa Tubuh (IMT) Narapidana di Lapas Kelas IIA Jember.