

BAB II

LANDASAN TEORI

A. PENGERTIAN PENGARUH

Pengaruh adalah suatu daya yang dapat membentuk atau mengubah sesuatu yang lain. Adapun menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia “Pengaruh adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang atau benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan atau perbuatan seseorang.”

Menurut Hugiono dan Poerwantana “pengaruh merupakan dorongan atau bujukan dan bersifat membentuk suatu efek.” Sedangkan menurut Badudu dan Zain “Pengaruh adalah daya menyebabkan sesuatu terjadi, sesuatu yang membentuk atau mengubah sesuatu yang lain dan tunduk atau mengikuti karena kuasa atau kekuasaan orang lain.” Sedangkan Louis Gottschalk mendefinisikan pengaruh sebagai suatu efek yang tergannda membentuk terhadap pikiran dan perilaku manusia baik sendiri-sendiri maupun kolektif.¹

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa pengaruh merupakan sumber daya yang dapat membentuk atau mengubah sesuatu yang lain. Sehingga dalam penelitian ini penulis meneliti mengenai seberapa besar daya yang ada atau yang ditimbulkan oleh seseorang dalam merespon suatu informasi (berita news).

¹ Hugiono dan Purwantama, *pengantar ilmu sejarah*. (Jakarta : PT. Bina Aksara, 2000), hlm.47

B. BERITA

Paul De Masesenner menyatakan *news* atau berita adalah sebuah informasi yang penting dan menarik perhatian serta minat khalayak pendengar. Charnler dan James M. Neal menuturkan, berita adalah laporan tentang suatu peristiwa, opini, kecenderungan, situasi, kondisi, interpretasi yang penting, menarik, masih baru dan harus secepatnya disampaikan kepada khalayak.²

Doung Newsom dan James A. Wollert dalam *media writing news for the Mass Media* mengemukakan dalam definisi sederhana, berita adalah apa saja yang ingin dan perlu diketahui orang atau lebih luas lagi oleh masyarakat. Dengan melaporkan berita, media massa memberikan informasi kepada masyarakat mengenai apa yang mereka butuhkan.

Williard C. Bleyer dalam *Newspaper writing and Editing* menulis, berita adalah sesuatu yang termasa yang dipilih oleh wartawan untuk dimuat dalam surat kabar, karena dia menarik minat atau mempunyai makna bagi pembaca surat kabar atau karena dia dapat menarik pada pembaca untuk membaca untuk membaca berita tersebut.

William S. Maulsby dalam *getting the news* menegaskan berita bisa didefinisikan sebagai suatu penuturan secara benar dan tidak memihak dari fakta-

²AS.Haris Sumadiria, M. SI. *Jurnalistik Indonesia (menulis berita dan feature)*. (Bandung : Simbiosis Rekatama Media, 2005), hlm. 64

fakta yang mempunyai arti penting dan baru terjadi, yang dapat menarik perhatian para pembaca surat kabar yang memuat berita tersebut.

Dari beberapa definisi atau batasan tentang berita, pada prinsipnya ada beberapa konsep yang dapat dijabarkan mengenai definisi dari berita, sebagai berikut :

1. Berita sebagai laporan tercepat
2. Berita sebagai rekaman
3. Berita sebagai fakta objektif
4. Berita sebagai interpretasi
5. Berita sebagai sensasi
6. Berita sebagai minat insani
7. Berita sebagai rekaman
8. Berita sebagai gambar

a. Nilai Berita (Ukuran Layak Berita)

Setiap berita yang ada di hadapan seorang wartawan mempunyai kadar layak berita yang berbeda, tergantung seberapa banyak dari syarat-syarat berikut ini yang bisa di penuhi.

- a) Arti penting, yaitu kejadian yang mempunyai kemungkinan memengaruhi kehidupan orang banyak
- b) Besarnya sesuatu atau kuantitas, yaitu, kejadian yang menyangkut angka-angka yang berarti bagi kehidupan orang banyak, atau kejadian

yang dapat mempunyai akibat yang dapat di jumlahkan bentuk angka yang menarik bagi pembaca.

- c) Tepat waktu, yaitu yaitu yang menyangkut hal-hal yang baru saja terjadi atau baru saja di temukan.
- d) Kedekatan, yaitu kejadian dekat dengan pembaca, baik dekat secara geografis maupun dekat secara emosional.
- e) Ketenaran, yaitu kejadian yang menyangkut tokoh atau hal-hal yang terkenal atau dikenal oleh pembaca (*public figure*)
- f) Segi manusiawi (*human inters*), yaitu kejadian yang menyentuh perasaan pembaca (mengharukan), atau kejadian yang menyangkut orang biasa dan situasi luar biasa, atau orang besar (terkenal) dalam situasi biasa.
- g) Objektif: berdasarkan fakta, tidak memihak.
- h) Aktual: terbaru, belum “basi”.
- i) Luar biasa: besar, aneh, janggal, tidak umum.
- j) Jarak: familiaritas, kedekatan (geografis, kultural, psikologis).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dikatakan bahwa nilai suatu berita di tentukan oleh beberapa komponen, yaitu minat (*self interest*), uang (*money*), seks, pertentangan, (*conflict*), minat insane (*human interst*), ketegangan (*suspense*), kemashuran (*fame*), Keindahan (*beauty*), umur (*age*) dan kejahatan (*crime*).

b. Bagian Berita

Secara umum, berita mempunyai bagian-bagian dalam susunannya yaitu:

1. Headline

Biasa disebut judul. Sering juga dilengkapi dengan anak judul. Ia berguna untuk:

- (1) menolong pembaca agar segera mengetahui peristiwa yang akan diberitakan;
- (2) menonjolkan satu berita dengan dukungan teknik grafika.

2. Deadline

Ada yang terdiri atas nama media massa, tempat kejadian dan tanggal kejadian. Ada pula yang terdiri atas nama media massa, tempat kejadian dan tanggal kejadian. Tujuannya adalah untuk menunjukkan tempat kejadian dan inisial media.

3. Lead

Lazim disebut teras berita. Biasanya ditulis pada paragraph pertama sebuah berita. Ia merupakan unsur yang paling penting dari sebuah berita, yang menentukan apakah isi berita akan dibaca atau tidak. Ia merupakan sari pati sebuah berita, yang melukiskan seluruh berita secara singkat.

4. *Body*

Atau tubuh berita. Isinya menceritakan peristiwa yang dilaporkan dengan bahasa yang singkat, padat, dan jelas. Dengan demikian body merupakan perkembangan berita.

c. **Jenis Berita**

Dalam jurnalistik juga dikenal jenis berita menurut penyajiannya, yaitu:³

1. *Straight News* (sering juga disebut *hard news*), yakni laporan kejadian-kejadian terbaru yang mengandung unsur penting dan menarik, tanpa mengandung pendapat-pendapat penulis berita. *Straight news* harus ringkas, singkat dalam pelaporannya, namun tetap tidak mengabaikan kelengkapan data dan objektivitas.
2. *Depth news report* merupakan laporan sedikit berbeda *straight news report*. Reporter (wartawan) menghimpun informasi dengan fakta-fata mengenai peristiwa itu sendiri sebagai informasi tambahan untuk peristiwa tersebut.
3. *Comprehensive news* merupakan laporan tentang fakta yang bersifat menyeluruh ditinjau dari berbagai aspek.
4. *Feature* (berita kisah), yakni berita yang disajikan dalam bentuk yang menarik, menggunakan pelacak latar belakang suatu peristiwa dan dituturkan dengan gaya bahasa yang menyentuh perasaan.

³AS.Haris Sumadiria, M. SI. *Jurnalistik Indonesia (menulis berita dan feature)*. (Bandung : Simbiosis Rekatama Media, 2005), hlm. 69

5. *Reportase*, yakni Jenis laporan ini merupakan laporan kejadian (berdasarkan pengamat dan sumber tulisan), serta mengutamakan rasa keingintahuan pembaca.
6. *Investigative Reporting* berisikan hal-hal yang tidak jauh berbeda dengan laporan interpretatif. Berita jenis ini biasanya memusatkan pada sejumlah masalah dan kontroversi.
7. *Editorial writing* adalah pikiran sebuah institusi yang diuji depan siding pendapat umum. Editorial adalah penyajian fakta dan opini yang menfsirkan berita-berita yang penting dan memengaruhi pendapat umum.

C. MEDIA SOSIAL

1. Pengertian media sosial

Media sosial atau dalam bahasa inggris "*Social Media*" menurut tata bahasa, terdiri dari kata "*Social*" yang memiliki arti kemasyarakatan atau sebuah interaksi dan "*Media*" adalah sebuah wadah atau tempat sosial itu sendiri. Media sosial adalah sebuah media online, dengan para penggunanya bisa dengan mudah berpartisipasi, berbagi, dan menciptakan isi meliputi blog, jejaring sosial, wiki, forum dan dunia virtual. Blog, jejaring sosial dan wiki merupakan bentuk media sosial yang paling umum digunakan oleh masyarakat di seluruh dunia.

Pendapat lain mengatakan bahwa media sosial adalah media online yang mendukung interaksi sosial dan media sosial menggunakan teknologi berbasis

web yang mengubah komunikasi menjadi dialog interaktif.⁴ Media mempunyai banyak bentuk diantaranya yang paling populer yaitu microblogging (*twitter*), *facebook*, dan *blog*. *Twitter* adalah suatu situs web yang merupakan layanan dari microblog, yaitu suatu bentuk blog yang membatasi ukuran setiap post-nya, yang memberikan fasilitas bagi pengguna untuk dapat menuliskan pesan twitter update hanya berisi 140 karakter. *Twitter* merupakan salah satu jejaring sosial yang paling mudah digunakan, karena hanya memerlukan waktu yang singkat tetapi informasi yang disampaikan dapat langsung menyebar secara luas.⁵

Andreas Kaplan dan *Michael Haenlein* mendefinisikan media sosial sebagai “sebuah kelompok aplikasi berbasis internet yang membangun di atas dasar ideologi dan teknologi Web 2.0 dan yang memungkinkan penciptaan dan pertukaran user-generated content”. Jejaring sosial merupakan situs dimana setiap orang bisa membuat web page pribadi, kemudian terhubung dengan temanteman untuk berbagi informasi dan berkomunikasi. Jejaring sosial terbesar antara lain *Facebook*, *Myspace* dan *Twitter*.

Jika media tradisional menggunakan media cetak dan media broadcast, maka media sosial menggunakan internet. Media sosial mengajak siapa saja yang tertarik untuk berpartisipasi dengan memberi kontribusi dan feedback secara

⁴Onong Uchijana Effendy, Ilmu, *Teori dan Filsafat Komunikasi*, cet ke-3 (Bandung: PT. Itra Aditya Bakti, 2003), hlm. 180

⁵Nasrullah, Rulli. *Media Sosial : Perspektif Komunikasi, Budaya dan Sioteknologi*. (Jakarta: Simbiosis Rekatama Media, 2015), hlm. 10

terbuka, memberi komentar, serta membagi informasi dalam waktu yang cepat dan tak terbatas.⁶

Media sosial adalah sebuah media online, dengan para penggunanya bisa dengan mudah berpartisipasi, berbagi, dan menciptakan isi meliputi blog, jejaring sosial, wiki, forum dan dunia virtual. Blog, jejaring sosial dan wiki merupakan bentuk media sosial yang paling umum digunakan oleh masyarakat di seluruh dunia.

Manusia biasa yang saling membagi ide, bekerjasama dan berkolaborasi untuk menciptakan kreasi, berfikir, berdebat, menemukan orang yang bisa menjadi teman baik, menemukan pasangan dan membangun sebuah komunikasi. Sementara jejaring sosial merupakan situs dimana setiap orang bisa membuat web page pribadi, kemudian terhubung dengan teman-teman untuk berbagi informasi dan berkomunikasi. Jejaring sosial terbatas antara lain *facebook*, *WhatsApp*, *Myspace*, *Twitter*, *You Tube* dan Instagram.

2. Sejarah Media

Sosial Sosial media mengalami perkembangan yang sangat signifikan dari tahun ke tahun, Jika pada tahun 2002 Friendster merajai sosial media karena hanya Friendster yang mendominasi sosial media di era tersebut, kini telah banyak bermunculan sosial media dengan keunikan dan karakteristik masing-masing. Sejarah sosial media diawali pada era 70-an, yaitu ditemukannya sistem

⁶Rema Karyanti S. *Komunikasi Massa: Suatu Pengantar* (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2005), hlm.10

papan buletin yang memungkinkan untuk dapat berhubungan dengan orang lain menggunakan surat elektronik ataupun mengunggah dan mengunduh perangkat lunak, semua ini dilakukan masih dengan menggunakan saluran telepon yang terhubung dengan modem.

Pada tahun 1995 lahirlah situs *Geo Cities*, *Geo Cities* melayani webhosting (layanan penyewaan penyimpanan data-data website agar website dapat diakses dari manapun). *Geo Cities* merupakan tonggak awal berdirinya websitewebsite. Pada tahun 1997 sampai tahun 1999 munculah sosial media pertama yaitu *Sixdegree.com* dan *Classmates.com*. Tak hanya itu, di tahun tersebut muncul juga situs untuk membuat blog pribadi, yaitu *Blogger*. situs ini menawarkan penggunanya untuk bisa membuat halaman situsnya sendiri. sehingga pengguna dari *Blogger* ini bisa memuat hal tentang apapun.

Pada tahun 2002 *Friendster* menjadi sosial media yang sangat booming dan kehadirannya sempat menjadi fenomenal. Setelah itu pada tahun 2003 sampai saat ini bermunculan berbagai sosial media dengan berbagai karakter dan kelebihan masing-masing, seperti *LinkedIn*, *My Space*, *Facebook*, *Twitter*, *Wiser*, *Google+* dan lain sebagainya.⁷

Sosial Media juga kini menjadi sarana atau aktivitas digital marketing, seperti *Social Media Maintenance*, *Social Media Endorsement* dan *Social Media*

⁷Nasrullah, Rull. *Media Sosial : Perspektif Komunikasi, Budaya dan Sosiotenologi*. (Jakarta: Simbiosis Rekatama Media), hlm. 5

Activation. Oleh karena itu, SosialMedia kini menjadi salah satu servis yang ditawarkan oleh *Digital Agency*.

3. Klasifikasi Media Sosial

Media sosial teknologi mengambil berbagai bentuk termasuk majalah, forum internet, weblog, blog sosial, microblogging, wiki, podcast, foto atau gambar, video, peringkat dan bookmark sosial. Dengan menerapkan satu set teori-teori dalam bidang media penelitian (kehadiran sosial, media kekayaan) dan proses sosial (*selfpresentasi, self-disclosure*) Kaplan dan Haenlein menciptakan skema klasifikasi untuk berbagai jenis media sosial dalam artikel *Horizons* Bisnis mereka diterbitkan dalam 2010.⁸ Menurut Kaplan dan Haenlein ada enam jenis media sosial:

a. *Proyek Kolaborasi*

Website mengizinkan usernya untuk dapat mengubah, menambah, ataupun me-remove konten-konten yang ada di website ini. contohnya wikipedia

b. *Blog dan microblog*

User lebih bebas dalam mengekspresikan sesuatu di blog ini seperti curhat ataupun mengkritik kebijakan pemerintah. contohnya twitter.

⁸Briggs, ASA dan Peter Burke. *Sejarah Sosial Media dari gutenterg sampai internet*. Terjemahan : A. Rahman Zainuddin, Edisi I (Jakarta : Yayasan Obor Indonesia, 2006), hlm. x

c. *Konten*

Para user dari pengguna website ini saling meng-share konten-konten media, baik seperti video, ebook, gambar, dan lain-lain. contohnya youtube.

d. *Situs jejaring sosial*

Aplikasi yang mengizinkan user untuk dapat terhubung dengan cara membuat informasi pribadi sehingga dapat terhubung dengan orang lain. Informasi pribadi itu bisa seperti foto – foto. contoh facebook

e. *Virtual game world*

Dunia virtual, dimana mengreplikasikan lingkungan 3D, dimana user bisa muncul dalam bentuk avatar-avatars yang diinginkan serta berinteraksi dengan orang lain selayaknya di dunia nyata. contohnya game online.

f. *Virtual social world*

Dunia virtual yang dimana penggunanya merasa hidup di dunia virtual, sama seperti *virtual game world*, berinteraksi dengan yang lain. Namun, *Virtual Social World* lebih bebas, dan lebih ke arah kehidupan, contohnya *second life*.

4. Kelebihan dan Kekurangan Media *Online*/sosial

Media online sekarang sangat berkembang pesat, banyak media online baru bermunculan setiap hari. Informasi yang disajikan juga sangat update dan menarik.

Berikut ini kelebihan dan kekurangan media online yang sekarang sering kita gunakan.

a. Kelebihan Media Online

1. Sangat cepat, dari segi waktu media online sangat cepat dalam menyampaikan beritanya.
2. Audio Visual media online juga mempunyai audio visual dengan melakukan streaming.
3. Praktis dan Fleksibel, media online dapat diakses dari mana saja dan kapan saja yang kita inginkan.⁹

b. Kekurangan Media Online

1. Ketergantungan terhadap perangkat komputer dan koneksi internet. Jika tidak ada aliran listrik, baterai habis, dan tidak ada koneksi internet juga, tidak ada browser maka media Online tidak dapat diakses.
2. Bisa dimiliki dan dioperasikan oleh “sembarangan orang” mereka yang tidak memiliki keterampilan menulis sekalipun dapat menjadi pemilik media Online dengan ini berupa “*copy-paste*” dari informasi situs lain.
3. Adanya kecenderungan mata “mudah lelah” saat membaca informasi media Online, khususnya naskah yang panjang.

⁹Kelebihan Media Online: [http:// www.rizkysopiyandi. com/2015/02/media-online.html](http://www.rizkysopiyandi.com/2015/02/media-online.html), Diakses Tanggal 8 September 2018 Jam 19.20 WIB.

4. Akurasi sering terabaikan. Karena mengutamakan kecepatan, berita yang dimuat di media online biasanya tidak seakurat media cetak, utamanya dalam hal penulisan (kata salah tulis).¹⁰

Namun dengan kelebihan media Online yang telah disebutkan diatas, membantu media komunikasi massa yang lainnya untuk mengembangkan keberadaannya dari media konvensional ke media modern. Seperti media elektronik.

D. HUKUM PIDANA DI INDONESIA

Salah satu jenis pidana yang ada dalam sistem hukum pidana di Indonesia sebagaimana ditentukan dalam Pasal 10 KUHP adalah penjara yang berdasarkan Pasal 12 ayat (1) terdiri dari pidana seumur hidup dan pidana selama waktu tertentu.¹¹

Pidana penjara adalah pidana berupa pembatasan kebebasan bergerak dari seorang terpidana yang dilakukan dengan menutup orang tersebut di dalam sebuah lembaga permasyarakatan yang menyebabkan orang tersebut harus menaati semua peraturan tata tertib bagi mereka yang telah melanggar.

Berkait dengan pidana ini didalam Pasal 12 KUHP dinyatakan :¹²

- 1) Pidana penjara adalah seumur hidup dan selama waktu tertentu

¹⁰ Burhan Bungin, *Sosiologi Komunikasi*. (Jakarta: Kencana, 2006). Hlm. 329

¹¹ Lamintang, *Hukum Penitensier Indonesia*. (Bandung : Amico, 1986), hlm. 58

¹² Asep saeful muhtadi. Pengantar ilmu jurnalistik. (Bandung: simbiosis Rekatama media, 2016), hlm.109

- 2) Pidana selama waktu tertentu paling pendek adalah satu hari dan paling lama lima belas tahun berturut-turut
- 3) Pidana penjara untuk selama waktu tertentu boleh dijatuhkan untuk dua puluh tahun berturut-turut dalam hal kejahatan yang pidananya hakim boleh memilih antara pidana mati pidana seumur hidup, dan pidana penjara selama waktu tertentu, begitu juga dalam hal batas lima belas tahun dapat dilampaui karena perbarengan (*concurus*), pengulangan (*residive*) atau karena yang ditentukan dalam pasal 52 dan 52a 9 (L.N. 1958 No. 127)
- 4) Pidana selama waktu tertentu sekali-kali tidak boleh lebih dari dua puluh tahun.

Berdasarkan ketentuan Pasal 12 KUHP di atas terlihat, bahwa untuk pidana penjara selama waktu tertentu Undang-undang/KUHP telah secara tegas memberikan batasan tentang jangka waktunya, yaitu maksimal 15 tahun berturut-turut dan minimal satu hari. Berbeda dengan jenis pidana penjara selama waktu tertentu yang secara eksplisit atau secara tegas ditentukan batas waktu antaranya Undang-undang (KUHP) tidak secara eksplisit memberikan batasan tentang jangka waktu pidana seumur hidup.

Tidak adanya batasan tentang pidana seumur hidup dalam KUHP seringkali menimbulkan keracunan penafsiran dikalangan awan hukum. Dikalangan awan hukum, istilah "*seumur hidup*" sering diartikan sebagai sama dengan (hidup) pelaku tindak pidana pada saat melakukan tindak pidana.

Namun demikian, sekalipun Pasal 12 KUHP tidak secara eksplisit memberikan penafsiran tentang pidana seumur hidup, secara doktrin pidana seumur hidup lazim ditafsirkan sebagai pidana selama hidup/sepanjang hidup. Pengertian seperti ini dapat dilihat dari pendapat *Barda Nawawi Arief* yang menyatakan : “Dilihat dari sudut penjatuhan pidana dan juga dari sudut terpidana, pidana seumur hidup itu bersifat pasti (*definite sentence*) karena si terpidana dikenakan jangka waktu yang pasti (*a definite period of time*), yaitu menjalani pidana penjara sepanjang hidupnya”.¹³

Karena sifatnya yang pasti itu menurut Roeslan Saleh, orang menjadi keberatan terhadap pidana seumur hidup. Sebab dengan putusan yang demikian, terpidana tidak akan mempunyai harapan lagi kembali ke dalam masyarakat.¹⁴

Bertolak dari uraian di atas terlihat, bahwa dalam hal pidana penjara selama waktu tertentu. KUHP menganut sistem *indefinite*, yaitu sistem pidana yang tidak ditentukan secara pasti (*indefinite sentence*). Sistem ini dapat dilihat dalam rumusan ancaman pidana dalam pasal perundang-undangan pidana di Indonesia khususnya dalam KUHP, dimana dalam setiap rumusan ancaman pidana hanya ditentukan maksimum (khusus) pidana yang dapat dijatuhkan. Sementara dalam hal pidana seumur hidup, KUHP menganut sistem pidana yang ditentukan secara pasti (*definite sentence*), karena terpidana dikenakan jangka

¹³Tongat. *Pengantar Ilmu Hukum*. (Bandung : Rineka Cipta, 1991), hlm. 37

¹⁴Lamintang, P.A.F. *Dasar-dasar Hukum Pidana Indonesia*. Cet III. (Bandung:Citra Aditya Bakti, 1997), hlm. 62

waktu yang pasti (*a definite periode of time*), yaitu menjalani pidana sepanjang hidupnya.

1. Ketentuan-ketentuan Pidana seumur hidup di Indonesia

a. Pidana seumur hidup dalam KUHP

Induk dari peraturan hukum pidana di Indonesia adalah KUHP. Sebagai peraturan induk, ketentuan umum dalam KUHP tidak saja berlaku mengikat terhadap aturan-aturan pidana di dalam KUHP tetapi juga mengikat terhadap aturan-aturan pidana di luar KUHP.

Ketentuan Pasal 12 ayat (1) KUHP di atas sebenarnya hanya menunjukkan bahwa bentuk pidana penjara itu bisa berupa pidana seumur hidup dan sementara waktu. Dengan demikian dalam ketentuan umum ini sama sekali tidak disinggung tentang bagaimana pidana penjara selama waktu tertentu.

b. Tindak Pidana yang diancam pidana seumur hidup

Dalam berbagai literature hukum yang membahas tentang sejarah sistem pidana dan pemidanaan di Indonesia akan nampak bahwa di Indonesia dahulu tidak dikenal jenis pidana penjara, termasuk pidana seumur hidup. Sistem pidana dan pemidanaan di Indonesia yang dapat ditelusuri dari zaman Majapahit tidak mencatat adanya jenis pidana penjara dalam sistem pidana dan pemidanaannya.¹⁵

¹⁵Abidin, A. Zaenal. *Hukum Pidana* (Jakarta : Sinar Grafika, 2007), hlm. 34

Pidana yang dikenal pada masa Majapahit adalah :

- a. Pidana pokok
 - 1) Pidana Mati
 - 2) Pidana potong anggota badan yang bersalah
 - 3) Denda
 - 4) Ganti kerugian atau penglicawa atau patukucawa
- b. Pidana Tambahan
 - 1) Tebusan
 - 2) Penyitaan
 - 3) Uang pembeli obat atau patibajampi

Menurut Koesnaoe, pidana penjara baru dikenal di Indonesia ketika VOC (*Verenigde Oost Indische Compagnie*) memperkenalkan lembaga bui pada tahun 1602 yang kemudian dilanjutkan pada zaman Hindia Belanda menjadi pidana penjara.

Keberadaan pidana penjara semakin eksis dalam sistem hukum pidana di Indonesia dengan adanya unifikasi WvS (*Wetboek van Strafrecht*) di Indonesia dengan Stb. 1915-723 yang mulai berlaku pada tanggal 1 Januari 1918. Dengan berlakukannya WvS di Indonesia maka secara resmi pidana penjara termasuk pidana seumur hidup menjadi salah satu pidana yang ada dalam sistem hukum pidana di

Indonesia. Berdasarkan pemaparan di atas terlihat, bahwa pidana penjara termasuk pidana seumur hidup merupakan produk hukum barat, bukan produk asli bangsa Indonesia dan karenanya tidak berasal dari nilai-nilai yang hidup dalam masyarakat Indonesia.

Dilihat dari klarifikasinya, tindak pidana dalam KUHP yang diancam dengan pidana seumur hidup adalah tindak pidana yang diklarifikasikan sebagai kejahatan (berat). Tindak pidana tersebut terdapat dalam buku II yang tersebar dalam delapan bab dan dua puluh tiga ketentuan.¹⁶ Penempatan kelompok tindak pidana yang diancam pidana seumur hidup dalam buku II KUHP ini dapat dipahami oleh karena tindak pidana menurut sistem KUHP dibedakan secara “klarifikasi” atas kejahatan dan pelanggaran.¹⁷ Kejahatan yang secara umum “dianggap” lebih berat diatur dalam bab II dan pelanggaran diatur dalam buku III.

Dalam perkembangannya, kualifikasi *kejahatan* dan *pelanggaran* atas pidana dirasa tidak relevan lagi, sehingga kualifikasi kejahatan dan pelanggaran atas tindak pidana dalam konsep KUHP baru dihapuskan.

Dalam konsep KUHP baru kualifikasi ini tidak dikenal. Dalam KUHP baru tindak pidana tidak dikualifikasikan atas kejahatan dan

¹⁶Tongat. *Pengantar Ilmu Hukum*. (Bandung : Rineka Cipta, 1991), hlm.80

¹⁷Moeljitano, *azaz-azaz hukum pidana*. (Jakarta : Bina Aksara, 1985), hlm.71

pelanggaran tetapi diklarifikasikan atas “sangat ringan”, “berat” dan “sangat berat/serius”.

c. Ancaman pidana seumur hidup dalam KUHP

Secara umum dalam KUHP hanya ada dua bentuk perumusan ancaman pidana penjara yaitu sistem tunggal dan bentuk sistem alternative.¹⁸ Bentuk ancaman pidana dengan sistem tunggal merupakan bentuk ancaman yang paling banyak digunakan dalam KUHP. Bahkan hampir semua kelompok tindak pidana yang dikualifikasikan sebagai kejahatan dalam buku II KUHP memuat ancaman pidana penjara dengan sistem tunggal.

E. PEMBUNUHAN

1. Pengertian Pembunuhan

Kasus pembunuhan adalah suatu tindakan untuk menghilangkan nyawa seseorang dengan cara yang melanggar hukum, pembunuhan biasanya dilatarbelakangi oleh macam-macam motif misalnya politik, kecemburuan, dendam, membela diri dan sebagainya.¹⁹

Apabila dipandang dari segi Ilmu Hukum dalam kasus pembunuhan (Pasal 338 KUHP) bahwa yang dilarang adalah menyebabkan matinya orang lain,

¹⁸Barda Nawawi arief. *Kebijakan Legislatif dalam penggulangan kejahatan dengan pidana penjara*. (Jakarta : Citra Aditya Bakti, 1996), hlm. 149-156

¹⁹Burhan Bungin, *Sosiologi Komunikasi*. (Jakarta: Kencana, 2006). hlm. 361

didalam delik pembunuhan, yang dilarang adalah timbulnya suatu akibat, yakni menyebabkan matinya orang lain.²⁰

Pembunuhan menurut Pasal 338 KUHP harus dilakukan segera sesudah timbulnya maksud untuk membunuh, tidak ada saat pikir-pikir lebih lama baik untuk memikirkan bagaimana cara maupun tempat pembunuhan. Apabila antara timbulnya maksud untuk membunuh dengan penyelenggaraannya, pelaku masih sempat memikirkannya dengan tenang mengenai cara sebaiknya untuk melaksanakan kejahatan pembunuhan tersebut, maka kejahatan tersebut digolongkan pada pembunuhan dengan direncanakan, kasus pembunuhan dirumuskan secara materil, lebih jauh harus ditinjau dari kedudukan dan penempatan "*opzettelijk*" (perbuatan dengan sengaja).

Menurut Ilmu Hukum Pidana, jika rumusan delik menggunakan unsur "*opzettelijk*" didepan, berarti unsur-unsur lain dari delik tersebut yang berada dibelakang unsur opzet, semuanya diliputi oleh unsur opzet. Rumusan delik tersebut memiliki konsekuensi tersendiri yakni secara mutlak harus ada bukti tentang pengetahuan pelaku mengenai perbuatannya itu merupakan perbuatan "menghilangkan nyawa orang lain". Disamping itu harus dibuktikan pula bahwa perbuatan yang ditujukan untuk menimbulkan matinya orang lain itu dilakukan dengan sengaja.

²⁰Asep saeful muhtadi. Pengantar ilmu jurnalistik. (Bandung: simbiosis Rekatama media, 2016), hlm.109

2. Jenis–Jenis Pembunuhan

Didalam KUHP terdapat beberapa jenis pembunuhan antara lain dapat diterangkan sebagai berikut:

a. Pembunuhan Biasa (*doodslag*)

Jenis pembunuhan ini diatur dalam Pasal 338 KUHP, agar dapat diancam, sebagaimana telah dijelaskan didalam pokok pembahasan di atas.

b. Pembunuhan Berkualifikasi (Pembunuhan yang diikuti, disertai atau didahului oleh tindak pidana lain).

Jenis pembunuhan ini diatur dalam Pasal 339 KUHP, dimana pembunuhan ini adalah pembunuhan yang diikuti, disertai atau didahului oleh suatu tindak pidana lain, yang dilakukan untuk mempersiapkan atau mempermudah pelaksanaannya, atau untuk menghindari diri sendiri ataupun orang lainnya dari pidana dalam hal tertangkap tangan, ataupun untuk memastikan penguasaan benda yang diperolehnya secara melawan hukum.

Dalam kejahatan Pasal 339 KUHP ini, pembunuhan (*doodslag*) adalah menjadi pokok, tetapi pembunuhan ini mempunyai kausal dengan tindak pidana lain (perbuatan yang dapat dihukum). Hubungan kausal ini mengandung pengertian bahwa tindak pidana lain harus menyertai atau mendahului perbuatan itu sehingga kedua tindak pidana ini merupakan suatu kesatuan. Maka dari itu diadakan pembatasan dalam maksud dimana pembunuhan itu dilakukan untuk dipersiapkan atau mempermudah atau

jika kedapatan untuk menjamin pemilikan barang yang diperolehnya dengan melawan hukum, jika bagi penyerta pada perbuatan lain atau bagi para peserta lainnya pada perbuatan itu.

Seseorang dapat melakukan kejahatan ini apabila Ia disamping melakukan pembunuhan, ia juga adalah pelaku atau peserta dalam perbuatan itu. Selain dari pada itu, pembunuhan juga harus dipertanggungjawabkan kepada siapa yang melakukannya atau siapa yang ikut serta, meskipun satu sama lain ada hubungannya, namun tetap merupakan dua perbuatan yang dapat dihukum, tiap-tiap perbuatan itu masing-masing dipertanggungjawabkan sendiri.

c. Pembunuhan Berencana (*moord*)

Tentang pembunuhan berencana ini diatur dalam Pasal 340 KUHP. Pembunuhan ini dengan sengaja dan direncanakan terlebih dahulu dalam keadaan tenang melenyapkan nyawa orang lain. Pasal 340 KUHP menyatakan bahwa barang siapa sengaja dan dengan rencana lebih dahulu merampas nyawa orang lain diancam karena pembunuhan dengan rencana (*moord*), dengan pidana mati ataupun pidana seumur hidup atau selama waktu tertentu, paling lama dua puluh lima tahun.

Isi Pasal ini hampir sama dengan isi Pasal 338 KUHP, perbedaannya jika itu pelaksanaan pembunuhan yang dimaksud oleh Pasal 338 KUHP itu dilakukan seketika pada waktu timbulnya niat, sedangkan dalam Pasal 340 KUHP pelaksanaan itu ditangguhkan setelah niat itu timbul, untuk

mengatur rencana, cara bagaimana pembunuhan itu akan dilaksanakannya. Jarak waktu antara timbul niat untuk membunuh dan pelaksanaan pembunuhan itu masih demikian luang, apakah pembunuhan itu akan diteruskan atau dibatalkan atau pula merencanakan dengan cara yang bagaimana ia melakukan pembunuhan itu. Waktu itu tidak boleh demikian penting, tetapi juga tidak perlu terlalu lama.

Hal ini mengandung pengertian bahwa yang penting disini adalah bahwa dalam waktu itu si pelaku masih sempat berfikir dengan tenang, apakah ia akan membatalkan niatnya atau meneruskan rencananya. Lain halnya apabila pikiran itu timbul dalam keadaan marah dan hal itu berlangsung secara terus menerus sampai ia melakukan pembunuhan itu, maka dalam hal ini tidak ada perencanaan yang dipikirkan dalam hati yang tenang. Bagi pembantu kejahatan ini tidak dikenakan peringanan hukuman dengan hanya dihukum sepertiga dari hukuman pembunuhan biasa, akan tetapi harus dikenakan hukuman yang tersebut dalam Pasal 340 KUHP. Jadi kesalahannya tetap membantu pembunuhan yang direncanakan dari semula, walaupun ia sendiri tidak ikut merencanakan.

d. Unsur-Unsur Pembunuhan

a) Pembunuhan Biasa (*doodslag*)

1) Menghilangkan jiwa seseorang (unsur objektif)

Dalam kejahatan ini tidak dirumuskan perbuatannya, tetapi hanya akibat dari perbuatannya, yaitu hilangnya jiwa seseorang.

Hilangnya jiwa seseorang ini timbul akibat perbuatan itu tidak perlu terjadi segera, tetapi dapat timbul kemudian misalnya setelah dirawat di rumah sakit. Untuk dapat menghilangkan jiwa, seseorang seharusnya melakukan sesuatu perbuatan. Tidak memberikan pertolongan, meskipun dengan maksud agar orang lain meninggal dunia, belum tentu dinyatakan sebagai telah menghilangkan jiwa seseorang karena tidak ada perbuatan yang dilakukan.

2) Dengan Sengaja (unsur subjektif)

Hilangnya jiwa seseorang harus dikehendaki, harus menjadi tujuan. Suatu perbuatan perbuatan yang dilakukan dengan maksud tujuan atau niat untuk menghilangkan jiwa seseorang.

F. DEFINISI KECEMASAN

Pada dasarnya, kecemasan merupakan hal wajar yang pernah dialami oleh setiap manusia. Kecemasan sudah dianggap sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Kecemasan adalah suatu perasaan yang sifatnya umum, dimanaseseorang merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri yang tidak jelas asal maupun wujudnya.²¹

Kecemasan adalah sesuatu yang menimpa hampir setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Kecemasan merupakan reaksi normal

²¹ Sutardjo Wiramihardja. *Pengantar Psikologi Abnormal*. (Bandung : Refika Aditama, 2005), hlm. 66

terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seseorang. Kecemasan bisa muncul sendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi.²²

Menurut Kaplan, Sadock, dan Grebb kecemasan adalah respon terhadap situasi tertentu yang mengancam dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru atau yang belum pernah dilakukan, serta dalam menemukan identitas diri dan arti hidup. Kecemasan adalah reaksi yang dapat dialami siapapun. Namun cemas yang berlebihan, apalagi yang sudah menjadi gangguan akan menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya.²³

Kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman. Perasaan yang tidak menentu tersebut pada umumnya tidak menyenangkan yang nantinya akan menimbulkan atau disertai perubahan fisiologis dan psikologis.²⁴

Namora Lumongga Lubis menjelaskan bahwa kecemasan adalah tanggapan dari sebuah ancaman nyata ataupun khayal. Individu mengalami kecemasan karena adanya ketidakpastian dimasa mendatang.

²² Savitri Ramaiah. *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. (Jakarta : Pustaka Populer Obor, 2003), hlm.10

²³ Fitri Fauziah & Julianti Widuri. *Psikologi Abnormal Klinik Dewasa*. (Jakarta: Universitas Indonesia (UI-Press),2007), hlm.73

²⁴ Kholil Lur Rochman. *Kesehatan Mental*. (Purwokerto : Fajar Media Press, 2010), hlm.104.

Kecemasan dialami ketika berfikir tentang sesuatu tidak menyenangkan yang akan terjadi. Sedangkan Siti Sundari memahami kecemasan sebagai suatu keadaan yang menggoncangkan karena adanya ancaman terhadap kesehatan.

Nevid Jeffrey S, Rathus Spencer A & Greene Beverly memberikan pengertian tentang kecemasan sebagai suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan kekhawatiran bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

Kecemasan adalah rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya. Kecemasan juga merupakan kekuatan yang besar dalam menggerakkan tingkah laku, baik tingkah laku yang menyimpang ataupun yang terganggu. Kedua-duanya merupakan pernyataan, penampilan, penjelmaan dari pertahanan terhadap kecemasan tersebut.²⁵

Kesimpulan yang dapat diambil dari beberapa pendapat diatas bahwa kecemasan adalah rasa takut atau khawatir pada situasi tertentu yang sangat mengancam yang dapat menyebabkan kegelisahan karena adanya ketidakpastian dimasa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

²⁵ Gunarsa, Singgih D. *Psikologi anak: Psikologi perkembangan anak dan remaja*. (Jakarta : PT. BPK Gunung Mulia, 2008), hlm. 27.

1. Gejala-gejala kecemasan

Kecemasan adalah suatu keadaan yang menggoncangkan karena adanya ancaman terhadap kesehatan. Individu-individu yang tergolong normal kadang kala mengalami kecemasan yang menampak, sehingga dapat disaksikan pada penampilan yang berupa gejala-gejala fisik maupun mental. Gejala tersebut lebih jelas pada individu yang mengalami gangguan mental. Lebih jelas lagi bagi individu yang mengidap penyakit mental yang parah.

Gejala-gejala yang bersifat fisik diantaranya adalah : jari tangan dingin, detak jantung makin cepat, berkeringat dingin, kepala pusing, nafsu makan berkurang, tidur tidak nyenyak, dada sesak. Gejala yang bersifat mental adalah : ketakutan merasa akan ditimpa bahaya, tidak dapat memusatkan perhatian, tidak tenteram, ingin lari dari kenyataan.²⁶

Kecemasan juga memiliki karakteristik berupa munculnya perasaan takut dan kehati-hatian atau kewaspadaan yang tidak jelas dan tidak menyenangkan. Gejala-gejala kecemasan yang muncul dapat berbeda pada masing-masing orang. Kaplan, Sadock, & Grebb menyebutkan bahwa takut dan cemas merupakan dua emosi yang berfungsi sebagai tanda akan adanya suatu bahaya. Rasa takut muncul jika terdapat ancaman yang jelas atau nyata, berasal dari lingkungan dan tidak

²⁶Sri rumini dan Siti Sundari. *Perkembangan anak dan remaja*. (Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2004), hlm. 62

menimbulkan konflik bagi individu. Sedangkan kecemasan muncul jika bahaya berasal dari dalam diri, tidak jelas, atau menyebabkan konflik bagi individu.²⁷

Kecemasan berasal dari perasaan tidak sadar yang berada didalam kepribadian sendiri, dan tidak berhubungan dengan objek yang nyata atau keadaan yang benar-benar ada. Kholil Lur Rochman, mengemukakan beberapa gejala-gejala dari kecemasan antara lain :

- a. Ada saja hal-hal yang sangat mencemaskan hati, hampir setiap kejadian menimbulkan rasa takut dan cemas. Kecemasan tersebut merupakan bentuk ketidakberanian terhadap hal-hal yang tidak jelas.
- b. Adanya emosi-emosi yang kuat dan sangat tidak stabil. Suka marah dan sering dalam keadaan exited (heboh) yang memuncak, sangat irritable, akan tetapi sering juga dihinggapi depresi.
- c. Diikuti oleh bermacam-macam fantasi, delusi, ilusi, dan *delusion of persecution* (delusi yang dikejar-kejar).
- d. Sering merasa mual dan muntah-muntah, badan terasa sangat lelah, banyak berkeringat, gemetar dan seringkali menderita diare.

²⁷Fitri Fauziah & Julianti Widuri. *Psikologi Abnormal Klinik Dewasa*. (Jakarta: Universitas Indonesia (UI-Press), 2007), hlm. 74

- e. Muncul ketegangan dan ketakutan yang kronis yang menyebabkan tekanan jantung menjadi sangat cepat atau tekanan darah tinggi.

Nevid Jeffrey S, Spencer A & Greene Beverly mengklasifikasikan gejala-gejala kecemasan dalam tiga jenis gejala, diantaranya yaitu :

- a. Gejala fisik dari kecemasan yaitu: kegelisahan, anggota tubuh bergetar, banyak berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, merasa lemas, panas dingin, mudah marah atau tersinggung.
- b. Gejala behavioral dari kecemasan yaitu: berperilaku menghindar, terguncang, melekat dan dependen
- c. Gejala kognitif dari kecemasan yaitu : khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi.

2. Faktor-faktor Penyebab Kecemasan

Kecemasan sering kali berkembang selama jangka waktu dan sebagian besar tergantung pada seluruh pengalaman hidup seseorang. Peristiwa peristiwa atau situasi khusus dapat mempercepat munculnya

serangan kecemasan. Menurut Savitri Ramaiah ada beberapa faktor yang menunjukkan reaksi kecemasan, diantaranya yaitu :

a. Lingkungan

Lingkungan atau sekitar tempat tinggal mempengaruhi cara berfikir individu tentang diri sendiri maupun orang lain. Hal ini disebabkan karena adanya pengalaman yang tidak menyenangkan pada individu dengan keluarga, sahabat, ataupun dengan rekan kerja. Sehingga individu tersebut merasa tidak aman terhadap lingkungannya.

b. Emosi yang ditekan

Kecemasan bisa terjadi jika individu tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaannya sendiri dalam hubungan personal ini, terutama jika dirinya menekan rasa marah atau frustrasi dalam jangka waktu yang sangat lama.

c. Sebab-sebab fisik

Pikiran dan tubuh senantiasa saling berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Hal ini terlihat dalam kondisi seperti misalnya kehamilan, semasa remaja dan sewaktu pulih dari suatu penyakit. Selama ditimpa kondisi-kondisi ini, perubahan-perubahan perasaan lazim muncul dan ini dapat menyebabkan timbulnya kecemasan.

Zakiah Daradjat mengemukakan beberapa penyebab dari kecemasan yaitu :²⁸

- a. Rasa cemas yang timbul akibat melihat adanya bahaya yang mengancam dirinya. Kecemasan ini lebih dekat dengan rasa takut, karena sumbernya terlihat jelas didalam pikiran.
- b. Cemas karena merasa berdosa atau bersalah, karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani. Kecemasan ini sering pula menyertai gejala-gejala gangguan mental, yang kadang-kadang terlihat dalam bentuk yang umum.
- c. Kecemasan yang berupa penyakit dan terlihat dalam beberapa bentuk. Kecemasan ini disebabkan oleh hal yang tidak jelas dan tidak berhubungan dengan apapun yang terkadang disertai dengan perasaan takut yang mempengaruhi keseluruhan kepribadian penderitanya.

Kecemasan hadir karena adanya suatu emosi yang berlebihan. Selain itu, keduanya mampu hadir karena lingkungan yang menyertainya, baik lingkungan keluarga, sekolah, maupun penyebabnya. Musfir Az-Zahrani menyebutkan faktor yang mempengaruhi adanya kecemasan yaitu :

²⁸ Kholil Lur Rochman. *Kesehatan Mental*. (Purwokerto : Fajar Media Press, 2010), hlm. 167

a. Lingkungan keluarga

Keadaan rumah dengan kondisi yang penuh dengan pertengkaran atau penuh dengan kesalahpahaman serta adanya ketidakpedulian orangtua terhadap anak-anaknya, dapat menyebabkan ketidaknyamanan serta kecemasan pada anak saat berada didalam rumah

b. Lingkungan sosial

Lingkungan sosial adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan individu. Jika individu tersebut berada pada lingkungan yang tidak baik dan individu tersebut menimbulkan suatu perilaku yang buruk, maka akan menimbulkan adanya berbagai penilaian buruk dimata masyarakat.

Kecemasan timbul karena adanya ancaman atau bahaya yang tidak nyata dan sewaktu-waktu terjadi pada diri individu serta adanya penolakan dari masyarakat menyebabkan kecemasan berada di lingkungan yang baru dihadapi. Sedangkan Page menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah :

a. Faktor fisik

Kelemahan fisik dapat melemahkan kondisi mental individu sehingga memudahkan timbulnya kecemasan.

b. Trauma atau konflik

Munculnya gejala kecemasan sangat bergantung pada kondisi individu, dalam arti bahwa pengalaman-pengalaman emosional atau konflik mental yang terjadi pada individu akan memudahkan timbulnya gejala-gejala kecemasan.

c. Lingkungan awal yang tidak baik

Lingkungan adalah faktor-faktor utama yang dapat mempengaruhi kecemasan individu, jika faktor tersebut kurang baik maka akan menghalangi pembentukan kepribadian sehingga muncul gejala-gejala kecemasan.

3. Jenis-jenis kecemasan

Kecemasan merupakan suatu perubahan suasana hati, perubahan didalam dirinya sendiri yang timbul dari dalam tanpa adanya rangsangan dari luar. Mustamir Pedak membagi kecemasan menjadi tiga jenis kecemasan yaitu :

a. Kecemasan Rasional

Merupakan suatu ketakutan akibat adanya objek yang memang mengancam, misalnya ketika menunggu hasil ujian. Ketakutan ini dianggap sebagai suatu unsur pokok normal dari mekanisme pertahanan dasarnya kita.

b. Kecemasan Irrasional

Yang berarti bahwa mereka mengalami emosi ini dibawah keadaan keadaan spesifik yang biasanya tidak dipandang mengancam.

c. Kecemasan fundamental

Kecemasan fundamental merupakan suatu pertanyaan tentang siapa dirinya, untuk apa hidupnya, dan akan kemanakah kelak hidupnya berlanjut. Kecemasan ini disebut sebagai kecemasan eksistensial yang mempunyai peran fundamental bagi kehidupan manusia.

Sedangkan Kartono Kartini membagi kecemasan menjadi dua jenis kecemasan, yaitu :

a. Kecemasan ringan

Kecemasan ringan dibagi menjadi dua kategori yaitu ringan sebentar dan ringan lama. Kecemasan ini sangat bermanfaat bagi perkembangan kepribadian seseorang, karena kecemasan ini dapat menjadi suatu tantangan bagi seorang individu untuk mengatasinya. Kecemasan ringan yang muncul sebentar adalah suatu kecemasan yang wajar terjadi pada individu akibat situasi-situasi yang mengancam dan individu tersebut tidak dapat mengatasinya, sehingga timbul kecemasan. Kecemasan ini akan bermanfaat bagi individu untuk lebih

berhati-hati dalam menghadapi situasi-situasi yang sama di kemudian hari. Kecemasan ringan yang lama adalah kecemasan yang dapat diatasi tetapi karena individu tersebut tidak segera mengatasi penyebab munculnya kecemasan, maka kecemasan tersebut akan mengendap lama dalam diri individu.

b. Kecemasan berat

Kecemasan berat adalah kecemasan yang terlalu berat dan berakar secara mendalam dalam diri seseorang. Apabila seseorang mengalami kecemasan semacam ini maka biasanya ia tidak dapat mengatasinya. Kecemasan ini mempunyai akibat menghambat atau merugikan perkembangan kepribadian seseorang. Kecemasan ini dibagi menjadi dua yaitu kecemasan berat yang sebentar dan lama. Kecemasan yang berat tetapi munculnya sebentar dapat menimbulkan traumatis pada individu jika menghadapi situasi yang sama dengan situasi penyebab munculnya kecemasan. Sedangkan kecemasan yang berat tetapi munculnya lama akan merusak kepribadian individu. Hal ini akan berlangsung terus menerus bertahun-tahun dan dapat merusak proses kognisi individu. Kecemasan yang berat dan lama akan menimbulkan berbagai macam penyakit seperti darah tinggi, *tachycardia* (percepatan darah), *excited* (heboh, gempar).

4. Gangguan Kecemasan

Gangguan kecemasan merupakan suatu gangguan yang memiliki ciri kecemasan atau ketakutan yang tidak realistik, juga irrasional, dan tidak dapat secara intensif ditampilkan dalam cara-cara yang jelas. Fitri Fauziah & Julianty Widuri membagi gangguan kecemasan dalam beberapa jenis, yaitu :

a. Fobia Spesifik

Yaitu suatu ketakutan yang tidak diinginkan karena kehadiran atau antisipasi terhadap obyek atau situasi yang spesifik.

b. Fobia Sosial

Merupakan suatu ketakutan yang tidak rasional dan menetap, biasanya berhubungan dengan kehadiran orang lain. Individu menghindari situasi dimana dirinya dievaluasi atau dikritik, yang membuatnya merasa terhina atau dipermalukan, dan menunjukkan tanda-tanda kecemasan atau menampilkan perilaku lain yang memalukan.

c. Gangguan Panik

Gangguan panik memiliki karakteristik terjadinya serangan panik yang spontan dan tidak terduga. Beberapa simtom yang dapat muncul pada gangguan panik antara lain ; sulit bernafas, jantung berdetak kencang, mual, rasa sakit didada, berkeringat

dingin dan gemetar. Hal lain yang penting dalam diagnosa gangguan panik adalah bahwa individu merasa setiap serangan panik merupakan pertanda datangnya kematian atau kecacatan.

d. Gangguan Cemas Menyeluruh (*Generalized Anxiety Disorder*)

Generalized Anxiety Disorder (GAD) adalah kekhawatiran yang berlebihan dan bersifat pervasif, disertai dengan berbagai simtom somatik, yang menyebabkan gangguan signifikan dalam kehidupan sosial atau pekerjaan pada penderita, atau menimbulkan stres yang nyata.

5. Pengaruh kecemasan

Rasa takut dan cemas dapat menetap bahkan meningkat meskipun situasi yang betul-betul mengancam tidak ada, dan ketika emosi-emosi ini tumbuh berlebihan dibandingkan dengan bahaya yang sesungguhnya, emosi ini menjadi tidak adaptif. Kecemasan yang berlebihan dapat mempunyai pengaruh yang merugikan pada pikiran serta tubuh bahkan dapat menimbulkan penyakit penyakit fisik.

Yustinus Semiun membagi beberapa dampak dari kecemasan kedalam beberapa simtom, antara lain :

a. Simtom suasana hati

Individu yang mengalami kecemasan memiliki perasaan akan adanya hukuman dan bencana yang mengancam dari suatu

sumber tertentu yang tidak diketahui. Orang yang mengalami kecemasan tidak bisa tidur dan dengan demikian dapat menyebabkan sifat mudah marah.

b. Simtom kognitif

Kecemasan dapat menyebabkan kekhawatiran dan keprihatinan pada individu mengenai hal-hal yang tidak menyenangkan yang mungkin terjadi. Individu tersebut tidak memperhatikan masalah-masalah real yang ada, sehingga individu sering tidak bekerja atau belajar secara efektif dan akhirnya dia akan menjadi lebih merasa cemas.

c. Simtom motor

Orang-orang yang mengalami kecemasan sering merasa tidak tenang, gugup, kegiatan motor menjadi tanpa arti dan tujuan, misalnya jari-jari kaki mengetuk-ngetuk, dan sangat kaget terhadap suara yang terjadi secara tiba-tiba. Simtom motor merupakan gambaran rangsangan kognitif yang tinggi pada individu dan merupakan usaha untuk melindungi dirinya dari apa saja yang dirasanya mengancam.

Kecemasan akan dirasakan oleh semua orang, terutama jika ada tekanan perasaan ataupun tekanan jiwa. Menurut Savitri Ramaiah kecemasan biasanya dapat menyebabkan dua akibat, yaitu :

- a. Kepanikan yang amat sangat dan karena itu gagal berfungsi secara normal atau menyesuaikan diri pada situasi.
- b. Gagal mengetahui terlebih dahulu bahayanya dan mengambil tindakan pencegahan yang mencukupi.

Dari beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah rasa takut atau khawatir pada situasi yang sangat mengancam karena adanya ketidakpastian dimasa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan tersebut ditandai dengan adanya beberapa gejala yang muncul seperti kegelisahan, ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, merasa tidak tenteram, sulit untuk berkonsentrasi dan merasa tidak mampu untuk mengatasi masalah. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah, kecemasan timbul karena individu melihat adanya bahaya yang mengancam dirinya, kecemasan juga terjadi karena individu merasa berdosa atau bersalah karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani.

Dari beberapa gejala, faktor, dan definisi diatas, kecemasan ini termasuk dalam jenis kecemasan rasional, karena kecemasan rasional merupakan suatu ketakutan akibat adanya objek yang memang mengancam. Adanya berbagai macam kecemasan yang dialami individu dapat menyebabkan adanya gangguan-gangguan kecemasan seperti gangguan kecemasan spesifik yaitu suatu ketakutan yang

tidak diinginkan karena kehadiran atau antisipasi terhadap objek atau situasi yang spesifik. Sehingga dapat menyebabkan adanya dampak dari kecemasan yang berupa simptom kognitif, yaitu kecemasan dapat menyebabkan kekhawatiran dan keprihatinan pada individu mengenai hal-hal yang tidak menyenangkan yang mungkin terjadi. Individu tersebut tidak memperhatikan masalah-masalah real yang ada, sehingga individu sering tidak bekerja atau belajar secara efektif dan akhirnya dia akan menjadi lebih merasa cemas.