

UPAYA MENCAPAI *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* NARAPIDANA PADA KASUS PELECEHAN SEKSUAL

EFFORTS TO ACHIEVE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN PRISONERS IN SEXUAL HARASSMENT CASES

Sonya Pramadita Sumarno*

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: sonya.19212@mhs.unesa.ac.id

Hermien Laksmiwati

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: hermienlaksmiwati@unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini berfokus pada kondisi *Psychological Well-Being* narapidana dalam menghadapi kondisi yang sedang dijalani di dalam penjara. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dan Teknik pengumpulan data melalui wawancara. Hasil yang di dapatkan dalam penelitian ini, menunjukkan bahwa narapidana kasus pelecehan seksual dapat mencapai kesejahteraan psikologis dengan cara mengatasi perasaan negatif, beradaptasi dengan lingkungan penjara, menjalin hubungan positif dengan orang lain, mengatur kehidupan mereka sendiri, dan memiliki tujuan hidup yang positif.

Kata kunci : Pelecehan seksual, kesejahteraan psikologis, narapidana

Abstract

This research focuses on the Psychological Well-Being conditions of prisoners in facing the conditions they are experiencing in prison. The research method used in this research is a qualitative research method with a phenomenological approach and data collection techniques through interviews. The results obtained in this study show that prisoners with sexual harassment cases can achieve psychological well-being by overcoming negative feelings, adapting to the prison environment, establishing positive relationships with other people, managing their own lives, and having positive life goals.

Key word : Sexual harassment, psychological well-being, prisoners

Article History

Submitted :

13-01-2026

Final Revised :

24-08-2026

Accepted :

24-08-2026



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license

Copyright © 2022 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya

Kekerasan seksual merupakan isu yang telah lama menjadi perbincangan di tengah masyarakat Indonesia. Di Indonesia sendiri, kata pelecehan seksual sudah tidak asing karena hampir setiap tahunnya kasus pelecehan seksual terjadi. Kejahatan seksual semakin meningkat belakangan ini. Banyak pelaku kejahatan seksual yang menargetkan remaja, karena mereka dianggap lemah dan tidak dapat melawan dengan baik. Remaja yang menjadi korban kekerasan seksual juga mengalami gangguan psikologis (Sari et al., 2015).

Korban pelecehan seksual kebanyakan adalah perempuan, korban kekerasan seksual adalah sebuah tindakan kriminal yang terkait dengan perilaku kontak seksual yang dilakukan tanpa izin atau persetujuan dari korban. Tindakan ini tidak hanya terjadi dalam hubungan seksual saja, melainkan juga di luar situasi tersebut. Dampak psikologis yang dialami oleh para korban beragam dan bervariasi tergantung pada setiap individu, serta faktor usia juga dapat mempengaruhinya. Para pelaku kekerasan seksual memiliki berbagai metode untuk mencari korban, baik dengan kontak fisik langsung maupun melalui kata-kata terlebih dahulu. Tindakan kejahatan kekerasan seksual dapat berbagai macam bentuknya dan tidak terbatas pada hubungan seksual langsung. Di dalam kekerasan seksual terjadi bentuk perilaku seksual yang dilakukan tanpa persetujuan korban. Namun, penting untuk dicatat bahwa kekerasan seksual tak terbatas pada situasi hubungan seksual yang terjadi secara langsung saja (Syauket et al., 2022).

Bagi para pelaku kejahatan seksual mereka akan menghadapi konsekuensi hukum yang tegas sesuai dengan peraturan yang berlaku di Indonesia. Menurut Pasal 1 undang-undang, kekerasan seksual didefinisikan sebagai tindakan yang merendahkan, menghina, menyerang, atau tindakan serupa. Balasan atas tindakan kejahatan akan bermacam-macam sesuai dengan tingkat keparahannya, dan bisa mencakup bentuk hukuman berupa denda maupun penjara di fasilitas pemasyarakatan (Recidive, 2019).

Pelaku kejahatan seksual akan menghadapi konsekuensi hukum yang tegas sesuai dengan peraturan yang berlaku di Indonesia. Menurut Pasal 1 undang-undang, kekerasan seksual didefinisikan sebagai tindakan yang merendahkan, menghina, menyerang, atau tindakan serupa. Balasan atas tindakan kejahatan akan bermacam-macam sesuai dengan tingkat keparahannya, dan bisa mencakup bentuk hukuman berupa denda maupun penjara di fasilitas pemasyarakatan (Paradias & Soponyono, 2022).

Di Indonesia, tindakan pelecehan seksual dianggap melanggar hukum, dan pemerintah memberlakukan hukuman penjara di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) bagi pelakunya. Pelaku kejahatan tersebut menjadi narapidana. Para narapidana menyatakan bahwa tantangan terbesar selama menjalani masa di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) adalah aturan yang sangat ketat, isolasi dari keluarga dan teman, kurangnya privasi dan kebebasan bergerak, serta stigmatisasi dari masyarakat yang menimbulkan perasaan takut, cemas, stres, bahkan depresi. Pengalaman hidup di dalam Lapas juga dapat menyebabkan perubahan psikologis seperti munculnya kecemasan, tingkat stres yang tinggi, dan bahkan depresi (Mahendra, 2020).

Metode

Jenis penelitian yang akan digunakan oleh penulis dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode kualitatif. Metode kualitatif lebih berfokus untuk meneliti pada suatu kondisi obyek yang alamiah dimana peneliti merupakan instrumen kunci dan hasil dari penelitian kualitatif lebih menekankan kepada makna daripada generalisasi. Metode kualitatif digunakan untuk lebih memahami secara mendalam terkait masalah manusia serta sosial dengan memperoleh makna dari lingkungan sekelilingnya dan bagaimana peristiwa mempengaruhi perilaku individu (Fadli, 2021).

Partisipan (atau subjek dalam kualitatif).

Penelitian ini menggunakan 3 partisipan yang akan menceritakan terkait pengalaman hidupnya. Pelaksanaan untuk pengambilan data ini dilakukan selama satu bulan dan melakukan tiga kali pertemuan termasuk wawancara. Menurut Cresswell (2015) menjelaskan bahwa pendekatan fenomenologi adalah dengan mengeksplorasi pengalaman beberapa individu yang mengalami suatu fenomena tersebut. Subjek dalam penelitian adalah beberapa narapidana yang sedang melaksanakan proses pidana yang sedang berlangsung.

Pengumpulan data

Teknik pengumpulan data dapat beragam pada penelitian kualitatif, pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengumpulan data utama berupa wawancara. Wawancara merupakan suatu teknik pengumpulan data yang melibatkan komunikasi dan interaksi antara dua pihak, pada teknik wawancara terdapat tiga proses utama yaitu bagian pembukaan, bagian tubuh atau inti, dan bagian penutupan. Pada wawancara semi – terstruktur merupakan wawancara yang relative aman, dan mendorong peneliti untuk menggali jawaban lebih fleksibel serta beradaptasi dengan responden yang berbeda. Penelitian ini menggunakan metode wawancara Semi-terstruktur dimana untuk menemukan permasalahan secara terbuka serta memungkinkan beberapa pertanyaan baru muncul karena jawaban yang diberikan oleh subjek dan tidak ada jumlah pertanyaan yang ditetapkan pada wawancara semi-terstruktur ini. Dalam wawancara semi – terstruktur peneliti memberikan pertanyaan yang telah tersusun dan dapat dimodifikasi, serta melakukan wawancara semi terstruktur dapat dengan merekam pembicaraan lalu mentranskripsinya. Peneliti sebelumnya Menyusun pertanyaan yang berfokus kepada penelitian dan pertanyaan bersifat terbuka guna menghindari pertanyaan yang mengarahkan partisipan untuk memberikan jawaban tertentu (Cresswell, 2015).

Pada penelitian ini menggunakan teknik wawancara mendalam (*in deep interview*). Wawancara mendalam (*in deep interview*) bertujuan untuk memahami pandangan subjek tentang pengalaman yang dapat dijelaskan dengan bahasanya sendiri, hal ini dikarenakan wawancara mendalam (*in deep interview*) bersifat luwes terbuka (Agusta, 2003). Wawancara mendalam (*in deep interview*) juga membantu peneliti untuk menangkap data yang jelas, dan mendalam utamanya terkait perilaku dan cara pikir individu (James, 2014). Sehingga teknik pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam (*in deep interview*) digunakan peneliti untuk mempermudah dalam menangkap data secara mendalam dan terperinci, namun tetap mengacu pada konsep teori yang sudah di susun

Analisis data

Teknik analisa yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis tematik menjadi pendekatan dalam analisis data penelitian ini. Teknik Analisis Tematik (TA) merupakan metode yang fleksibel dan mampu untuk menjawab berbagai pertanyaan dalam penelitian, metode ini bertujuan untuk mengkonstruksi beberapa tema dan sekumpulan data (Sitasari, 2022). Terdapat beberapa analisis yang digunakan, tahapan yang dapat dilakukan peneliti dalam menggunakan teknik Analisis Tematik (AT) menurut Sitasari (2022) yaitu sebagai berikut :

1. Pengenalan dan penghayatan data, dilakukannya pengecekan kembali data yang sudah diperoleh dan dapat ditambahkan catatan jika terdapat data yang terlewat, sehingga data yang di peroleh lebih lengkap dan akurat.
2. Pengkodean (*coding*), membuat atau menciptakan tema atau kategori-kategori yang di dasarkan oleh hasil wawancara. Tahapan ini dapat dilakukan dengan cara mentranskrip hasil wawancara dan menuliskan kode pada setiap transkrip.

3. Pencarian tema dan peninjauan tema, pengkategorian atau tema yang di hasilkan dari proses *coding* akan dikelompokkan dengan cara memilah tema-tema tertentu dengan memperhatikan struktur atau cakupannya dan memperhatikan keterkaitan antar tema.
4. Mendefinisikan tema, tema yang sudah dikategorikan kemudian akan di definisikan dengan pendekatan naratif dalam bentuk narasi atau hasil laporan kualitatif.
5. Hasil analisis, hasil analisis sendiri di peroleh dari hasil interpretasi pada data yang telah di peroleh dan dioleh menggunakan beberapa tahapan di atas.

Sebelum menginterpretasikan hasil *coding*, data di kelompokkan ke dalam sub tema sesuai dengan ruang lingkupnya. Semua proses ini terhubung ke tabel tematik, agar mempermudah analisis data wawancara. Pada kolom kutipan atau transkrip wawancara, peneliti menggunakan tanda “[...]” untuk menandai hasil wawancara yang di hapus atau yang dianggap kurang penting serta tidak jejas, hal ini bertujuan untuk mempermudah pemahaman dan menunjukkan data asli dan kutipan tertentu yang merujuk pada inti pembicaraan subjek (Sitasari, 2022).

Peneliti juga menggunakan tanda “()” yang diletakkan di samping kata yang membutuhkan klarifikasi atau pemaknaan tertentu, tanda ini sebagai symbol pemerjelas makna kalimat sehingga mempermudah pemahaman peneliti dan pembaca

Hasil

Hasil penelitian ini berdasarkan dari pengumpulan data yang telah dilakukan. Peneliti memperoleh beberapa data sebagaimana terangkum dalam tabel tema berikut. Paparan lebih lanjut mengenai data tersebut akan dipaparkan dalam bagian berikutnya

Tabel 1. Pengelompokan Tema

Tema	Sub – Tema
Latar Belakang Narapidana	• Profesi sebelum dipenjara • Alasan melakukan tindakan kriminal
<i>Psychological Well – Being</i>	Penerimaan diri (<i>self acceptance</i>)
	Hubungan positif dengan orang lain (<i>positive relation with other</i>)
	Otonomi (<i>autonomy</i>)
	Penguasaan lingkungan (<i>environmental mastery</i>)
	Tujuan dalam hidup (<i>purpose in life</i>)
	Pengembangan diri (<i>personal growth</i>)

Menurut Ryff (2008) terdapat 6 (enam) tema dalam penelitian berjenis ini, yaitu penerimaan diri, tujuan hidup, hubungan yang positif dengan orang lain, dan otonomi dimana kemampuan individu untuk mengatur kehidupannya.

1. Penerimaan Diri

Pada dimensi penerimaan diri ini subjek mengaku merasa menjadi sosok yang gagal dalam segala hal. Hal ini dibuktikan dalam hasil wawancara sebagai berikut

Saya merasa menjadi sosok ayah yang gagal bagi anak saya, merasa gagal menjadi suami yang tidak bertanggung jawab lagi kepada istri. Intinya saya juga gagal menjadi seorang anak bagi kedua orang tua saya.

(J,S1,L30-L35)

Subjek dua dalam dimensi penerimaan diri juga tidak berhasil dalam dimensi ini. Subjek mengaku merasa belum puas atas apa yang ada pada dirinya saat ini. Hal ini terbukti dalam hasil wawancara sebagai berikut :

Saya merasa belum puas dengan diri saya dan saya merasa diri saya masih sama dari sebelumnya. (R,S2,L93-L94)

Subjek ketiga dalam penelitian ini juga tidak berhasil pada dimensi penerimaan diri. Subjek berkata bahwa dia merasa kehilangan rasa bangga terhadap dirinya sendiri. Hal ini terbukti dalam hasil wawancara sebagai berikut :

Ketika saya berada di dalam penjara, tidak ada sedikit pun rasa ingin membanggakan diri saya sendiri (Y, S3, L22-L23)

Dari hasil wawancara dengan ketiga subjek yaitu pada tema penerimaan diri tidak berhasil atau ketiga subjek masih belum bisa menerima dirinya dapat dilihat dari beberapa hasil wawancaranya, seperti pada subjek JS dimana ia masih merasa menjadi sosok yang gagal pada keluarganya, lalu pada subjek RS dimana ia merasa belum puas dengan dirinya, dan subjek YS dimana ia kehilangan rasa bangga terhadap dirinya sendiri. Dari ketiga subjek masih belum ada yang dapat menerima dirinya sendiri karena kesalahan yang telah mereka lakukan, tetapi mereka berusaha untuk menjadi lebih baik dari sebelumnya Ketika berada di dalam penjara.

Upaya yang dapat dilakukan untuk membantu responden dalam mencapai dimensi ini adalah memberikan sesi konseling secara rutin agar responden dapat mengembangkan kekuatan psikis dan memperoleh perilaku baru yang lebih baik, dimulai dari memiliki perencanaan dalam hidup dan lingkungan sekitar mengapresiasi hal – hal positif yang telah dilakukan responden agar dapat mengembalikan kepercayaan diri sehingga responden dapat menerima dirinya di masa lalu dan mencoba membuka lembaran baru di masa sekarang (Agum, 2023).

2. Hubungan Positif dengan orang lain (*Positive Relation With Other*)

Pada dimensi ini subjek J mengaku mudah berkomunikasi dan bergaul dengan orang lain, subjek J berhasil mencapai dimensi ini. Hal ini terbukti dalam hasil wawancara sebagai berikut :

Kalau dengan orang lain saya merasa cukup enak berkomunikasi karena memang dulunya saya bekerja sebagai kasir dan tidak terlalu susah dalam bersosialisasi dengan orang yang ada disini. (J,S1,L85-L89)

Subjek kedua dalam dimensi ini mencapai. Hal ini terbukti dalam hasil wawancara sebagai berikut :

Saya merasa diri saya mampu berkomunikasi dengan baik oleh siapapun yang saya temui. (R,S2,L62-L64)

Subjek ketiga dalam dimensi ini mengatakan cukup mudah berhubungan baik dengan orang sekitar. Hal ini terbukti dalam hasil wawancara sebagai berikut :

Saya tidak merasakan kesulitan dalam berinteraksi, berkomunikasi dengan orang baru yang saya temui. Karena memang saya bekerja sebagai penjaga kos, sehingga mampu membuat saya tidak merasakan kesulitan. (Y, S3, L54-58)

Dari hasil penelitian ketiga subjek berhasil mencapai tema hubungan positif dengan orang lain, karena ketiga subjek memiliki interaksi yang baik dengan individu lainnya. Dapat dilihat dari subjek pertama yaitu JS dimana ia dahulu pernah bekerja sebagai kasir dan sering melakukan interaksi dengan orang lain, jadi Ketika berada di dalam lapas ia tidak merasakan kesulitan untuk berkomunikasi dengan individu lainnya. Pada subjek kedua yaitu RS menyatakan bahwa dapat berkomunikasi dengan siapapun dan mampu berkomunikasi dengan orang yang baru ia temui serta subjek ketiga karena memiliki riwayat pekerjaan sebagai penjaga kos ia menyatakan bahwa tidak kesulitan dalam berinteraksi dengan orang baru ia temui bahkan ketika berada di lapas. Dapat dikatakan ketiga subjek mencapai hubungan positif dengan orang lain dimana individu tersebut dapat memiliki hubungan yang hangat dengan orang lain, bahkan percaya dengan orang lain (Ryff, 2008).

Upaya yang dapat dilakukan untuk dimensi ketika salah satu responden merasakan perubahan adalah dengan mempertahankan komunikasi dengan orang lain. Seperti, menunjukkan kehangatan kepada individu lain serta peduli dengan individu lainnya dengan menunjukkan dan memberikan kedekatan emosional inilah akan mempertahankan hubungan dengan individu lain bahkan meningkatkan hubungan positif dengan individu lainnya (Roffey, 2012). Ketika, individu merasa kesepian maka akan mempengaruhi perilaku serta emosional individu tersebut dan berdampak negative serta mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya sebab kurangnya hubungan sosial dengan yang lainnya dan membuat individu menjadi tidak puas karena tidak sesuai dengan yang diharapkan (Baron & Byre, 2005).

3. Otonomi (*Autonomy*)

Pada dimensi ini subjek pertama dapat mencapai karena diarahkan oleh program yang ada di laps. Hal ini terbukti dalam hasil wawancara sebagai berikut :

Ya harus mbak, karena memang program disini ya mengarahkan kita buat apa-apa itu sendiri. Kalo dulu ada istri yang ngurus, kalo sekarang enggak. (J, S1, L13-16)

Subjek kedua dapat mencapai karena menjadi mandiri dalam mengurus diri sendiri. Hal ini terbukti dalam hasil wawancara sebagai berikut :

Ya, saya merasa di penjara saya belajar untuk bisa mandiri dan mengurus urusan saya sendiri, sehingga ada banyak hal yang dulunya saya tidak bisa menjadi bisa (R,S2,L142-145)

Pada subjek ketiga tidak dapat mencapai dalam dimensi ini, karena masih bergantung dengan orang lain. Hal ini terbukti dalam hasil wawancara sebagai berikut :

Belum, karena saya masih sulit mengatur diri saya sendiri dan selalu merasa butuh bantuan orang lain. (Y, S3, L125-L127)

Hasil penelitian pada tema otonomi yaitu subjek pertama merasakan kesejahteraan psikologisnya dengan menyatakan bahwa program yang ada di penjara mengarahkan ia untuk melakukan apapun sendiri sehingga membuat ia jauh lebih mandiri, subjek kedua juga berhasil dalam mencapai dimensi ini dimana selama berada di penjara ia dapat mengurus urusan ia sendiri yang semula tidak bisa menjadi bisa sendiri.

Namun, subjek ketiga tidak berhasil mencapai dimensi ini karena masih kesulitan dalam mengatur dirinya sendiri dan membutuhkan pertolongan dari orang lain dimana ia belum bisa

mandiri sepenuhnya. Subjek pertama dan kedua telah berhasil dalam mengatur kehidupannya sendiri dan mengejar yang ingin ia capai, namun subjek ketiga tidak berhasil mencapai dimensi ini dikarenakan ia masih kesulitan dalam mengatur kehidupannya dan masih membutuhkan bantuan dari orang lain. Upaya untuk mencapai dimensi ini yaitu lapas memberikan mengadakan kegiatan kemandirian dimana untuk membentuk individu menjadi lebih mandiri dan tidak bergantung kepada orang lain, serta dengan adanya kegiatan kemandirian maka individu dapat menentukan tujuan serta cara mengatur perilaku dengan baik. Contoh kegiatan mandiri yaitu dengan seringnya kegiatan gotong – royong antar narapidana dan memberikan jadwal membersihkan kamar lapas agar terbentuk mental mandiri sehingga menciptakan kemandirian pada individu tersebut (Yuliani, 2018).

4. Penguasaan Lingkungan

Pada dimensi ini subjek pertama berhasil mencapai dimensi ini, ia mengatakan bahwa dukungan dari keluarga merupakan hal penting untuk dapat beradaptasi di berbagai lingkungan. Hal ini terbukti dalam hasil wawancara sebagai berikut :

Kalau yang ideal mungkin, cukup keluarga saya mendukung itu menurut saya sudah ideal, keluarga saya selalu melakukan kunjungan kepada saya. (.....)

Pada subjek kedua menunjukkan keberhasilan mencapai penguasaan lingkungan sesuai dengan hasil dari wawancara dengan peneliti, Hal ini terbukti dalam hasil wawancara sebagai berikut :

Menurut saya, lingkungan tempat tinggal yang ideal ialah lingkungan yang selalu ramai dan aman. (.....)

Pada subjek ketiga, juga menunjukkan keberhasilan mencapai penguasaan lingkungan yang baik dapat dilihat dari hasil wawancara sebagai berikut :

Tempat tinggal yang ideal menurut saya adalah tempat tinggal yang dihidupkan dengan keharmonisan dalam rumah tangga. (.....)

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka menunjukkan ketiga subjek memiliki penguasaan lingkungan yang baik. Menurut Ryff & Singer (2008) penguasaan lingkungan yaitu individu menciptakan lingkungan yang sesuai dan dapat mengelola lingkungan tersebut. Subjek pertama menyatakan bahwa ia menciptakan lingkungan yang ideal menurutnya dengan keluarga yang selalu mendukungnya serta berkunjung ke penjara untuk bertemu dengan subjek dan menurut subjek tindakan yang dilakukan keluarganya merupakan dukungan kepadanya sehingga ia dapat menciptakan lingkungan yang ideal. Subjek kedua menyatakan bahwa melalui lingkungan yang ramai dan aman. Subjek kedua merasa aman dan selalu merasa ramai Ketika berada di penjara karena ia dapat berkomunikasi baik dengan orang lain. Subjek ketiga yaitu ia dapat mengelola lingkungannya dengan memiliki rumah tangga yang terjalin harmonis dengan begitu ia mendapatkan kesejahteraan psikologis.

Meskipun ketiga responden telah berhasil mencapai kesejahteraan psikologis pada dimensi ini, namun kesejahteraan psikologis ketiga responden tetap perlu dijaga dan ditingkatkan melalui Upaya yang dilakukan, seperti menggunakan pendekatan disiplin agar dapat membantu narapidana untuk menyesuaikan diri dengan memberikan tata tertib tentang waktu makan, jam bangun tidur, dan lain hal. Lalu, bimbingan dan konseling kepada narapidana dengan memberikan psikolog khusus lapas untuk menjaga kesejahteraan psikologis narapidana. Ketika, terjadi pembullying maka narapidana dapat melapor ke psikolog khusus lapas agar dapat diberikan cara penyelesaian masalah yang benar dan dengan adanya konseling maka narapidana dapat menguasai lingkungan di lapas (Bakar & Zuliani, 2020).

5. Tujuan Dalam Hidup

Pada dimensi ini subjek pertama berhasil mencapai, subjek pertama mengatakan bahwa dia membahagiakan orang sekitar. Hal ini terbukti dalam hasil wawancara sebagai berikut :

Tujuan hidup saya mungkin hanya satu yaitu membahagiakan orang – orang.(J,S1,L156-157)

Lalu pada subjek kedua juga mampu mencapai dimensi tujuan hidup, subjek kedua mengatakan bahwa ingin kembali ke kampung. Hal ini terbukti dalam hasil wawancara sebagai berikut :

Saya berkeinginan untuk kembali ke kampung, hidup dengan kedua orang tua saya dan melanjutkan hidup saya mengingat kedua orang tua saya yang semakin hari semakin tua.(R,S2,L103-105)

Sedangkan subjek ketiga juga mampu mencapai dimensi tujuan hidup, dikatakan subjek ketiga mampu menjadi pribadi yang lebih baik. Hal ini terbukti dalam hasil wawancara sebagai berikut :

Menjadi pribadi yang lebih baik. Saya selalu bertujuan dalam hidup saya harus bermanfaat bagi orang lain (Y, S3, L93-L97)

Hasil penelitian dari tema tujuan hidup pada subjek pertama membuktikan bahwa berhasil mencapai dimensi ini, karena ia menyatakan memiliki tujuan hidup yaitu membahagiakan orang – orang di sekitarnya. Pada subjek kedua memiliki tujuan hidup yaitu Kembali ke kampung dan membahagiakan serta merawat orang tuanya dimana dari hasil wawancara yang didapat maka subjek kedua berhasil mencapai dimensi ini. Subjek ketiga berhasil mencapai dimensi ini, karena memiliki tujuan yaitu menjadi pribadi yang lebih dan bermanfaat untuk orang lain. Dari hasil ketiga subjek menunjukkan sesuai dengan dimensi tujuan dalam hidup oleh Ryff & singer (2008) dimana individu memiliki tujuan hidup dan mampu mengarahkan hidupnya ke arah yang lebih baik dari sebelumnya.

Upaya peneliti untuk meningkatkan tujuan hidup narapidana adalah dengan memberikan kegiatan rutin setiap minggunya, seperti kegiatan yang menunjukkan bakat dari narapidana atau mengembangkan skill yang dimiliki sehingga narapidana dapat memiliki tujuan dalam hidupnya melalui kegiatan yang diberikan selama berada di lapas. Berdasarkan dimensi tujuan dalam hidup yaitu individu memiliki tujuan dan makna dalam hidupnya, ketika individu tidak memiliki tujuan hidup maka kesejahteraan psikologisnya tidak akan tercapai ini dapat dilihat melalui individu yang tidak memiliki tujuan sehingga akan kehilangan arah (Ramadhani & Sismiati, 2016). Peneliti ingin narapidana mengembangkan skill nya melalui kegiatan yang diberikan di lapas sehingga dapat berkembang dan memiliki tujuan hidup dan dapat menentukan arah hidupnya ketika telah keluar dari lapas.

6. Pengembangan Diri

Pada dimensi ini subjek pertama berhasil mencapai dimensi ini. Hal ini terbukti dalam hasil wawancara sebagai berikut :

Mungkin untuk potensi saya gampang bersosialisasi dengan orang-orang dan berkomunikasi juga dan itu saya gunakan untuk mencari pekerjaan. (.....)

Subjek kedua menunjukkan hasil tercapainya dimensi pengembangan diri. Hal ini dibuktikan dalam hasil wawancara sebagai berikut :

Saya memiliki potensi dalam memasak dalam makanan, Kedepannya saya akan memulai usaha di bidang makanan. (.....)

Subjek ketiga menunjukkan hasil tidak tercapainya dimensi pengembangan diri. Hal ini dibuktikan dalam hasil wawancara sebagai berikut :

saya beranggapan saya tidak memiliki potensi dibidang apapun. (.....)

Hasil penelitian dari ketiga subjek yaitu dua dari tiga menunjukkan tercapainya dimensi pengembangan diri. Pada subjek pertama yaitu ia pandai dalam bersosialisasi sehingga ia akan mengembangkan skill komunikasinya untuk mencari pekerjaan suatu saat dan ia tidak merasa kesulitan dalam melakukan komunikasi dengan orang lain. Subjek kedua menunjukkan ia memiliki potensi dalam memasak dan ingin mengembangkan potensi tersebut dengan membuka usaha di bidang kuliner. Dari pernyataan dua subjek tersebut dapat dikatakan bahwa kedua subjek tersebut mencapai keberhasilan dalam pengembangan diri dimana individu menyadari terdapat potensi dan bakat dalam diri mereka dan berusaha untuk mengembangkan potensi tersebut ke hal yang positif (Ryff, 2008). Sedangkan pada subjek ketiga menunjukkan ketidakberhasilan dalam dimensi pengembangan diri dikarenakan pernyataan ia yang tidak memiliki potensi menunjukkan bahwa ia tidak menyadari potensi yang ada pada dirinya.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti yaitu ketiga subjek mendapatkan *psychological well being* Ketika berada di penjara dan merasakan perubahan lebih baik serta ketiga subjek memiliki tujuan hidup. Hasil penelitian ini sesuai dengan 6(enam) tema yang disampaikan oleh Ryff (2008). Ketiga subjek berhasil mencapai hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan, dan tujuan dalam hidup. Sedangkan terdapat satu dimensi dimana ketiga subjek gagal mencapai keberhasilan yaitu pada dimensi penerimaan diri dimana ketiga subjek masih sering menyalahkan diri sendiri dan belum bisa menerima masa lalunya. Upaya untuk meningkatkan pengembangan diri pada narapidana menurut peneliti adalah dengan diberikan pelatihan – pelatihan selama berada di lapas dan mendatangkan ahli atau Lembaga pelatihan kerja agar membentuk kemandirian dan mengoptimalkan sarana dan prasana lapas agar narapidana dapat meningkatkan minat dan bakatnya melalui program pelatihan kemandirian yang diadakan (Rahardjo & Anwar, 2022).

Pembahasan

Berawal dari tujuan penelitian ini adalah untuk melihat dan menjelaskan bagaimana kesejahteraan psikologis narapidana memburuk dalam kasus pelecehan seksual dimana narapidana membuat mereka tertekan. Namun, tidak semua napi merasakan stres dan tekanan yang berlebihan. Ada narapidana yang mampu mengelola emosi negatif tersebut sehingga mereka dapat menyesuaikan diri dengan baik dan berusaha lebih positif terhadap diri sendiri untuk mencapai kesejahteraan psikologis. bahwa berada di dalam ruangan membawa mereka ke arah yang lebih positif. Berdasarkan hasil wawancara dengan narapidana yang menjadi subjek penelitian pencapaian kesejahteraan psikologis, dapat ditemukan pola yang menunjukkan perbedaan antara hal-hal yang dicapai dan yang tidak dapat dicapai.

Orang yang memiliki kesejahteraan psikologis mengakui bahwa mereka dapat dengan mudah beradaptasi dengan lingkungan baru dan membentuk hubungan sosial yang positif dengan orang lain yang membantu mereka tumbuh untuk mencapai tujuan hidup yang baru dan lebih baik. Di sisi lain, ketika orang yang tidak memiliki kesejahteraan psikologis maka ketika sedang tidak enak badan, sangat mudah bagi mereka untuk menjadi depresi dan tegang di bawah tekanan karena mereka tidak dapat dengan mudah mengatasi dan menciptakan, apalagi mencapai model hubungan dan lingkungan baru. tujuan hidup.

Kesejahteraan psikologis sendiri merupakan istilah yang dapat digunakan untuk menjelaskan kesehatan jiwa seseorang sesuai dengan pencapaian dan standar pada fungsi psikologis yang positif. Untuk mempertahankan harapan hidup pada narapidana, maka salah satu cara yang dapat dilakukan ialah dengan mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal (Ryff, 2008).

Kesimpulan

Di tinjau dari hasil penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa narapidana memiliki kesejahteraan psikologis selama berada di dalam penjara. Dapat dilihat melalui enam dimensi yang telah diimplementasikan melalui wawancara dengan ketiga subjek Narapidana kasus pelecehan seksual memiliki pengalaman yang beragam dalam mencapai kesejahteraan psikologis. Beberapa narapidana mampu mengolah perasaan negatif mereka dengan baik, sehingga mereka dapat beradaptasi dengan lingkungan penjara dan mencapai kesejahteraan psikologis yang lebih positif. Dalam dimensi penerimaan diri, beberapa narapidana mengalami kesulitan menerima diri mereka dan merasa gagal dalam berbagai aspek kehidupan. Namun, ada juga narapidana yang berhasil mencapai penerimaan diri dengan mengubah pandangan negatif terhadap diri sendiri dan memiliki semangat untuk memperbaiki diri. Dalam dimensi hubungan positif dengan orang lain, sebagian narapidana mampu dengan mudah berkomunikasi dan bergaul dengan orang lain di dalam penjara. Mereka menjalin hubungan yang baik dan positif, yang membantu mereka dalam memperbaiki diri dan mencapai tujuan hidup yang lebih baik setelah bebas.

Otonomi merupakan dimensi lain yang memainkan peran penting dalam kesejahteraan psikologis narapidana. Beberapa narapidana mampu mengatur kehidupan mereka sendiri dan menjadi mandiri dalam mengurus diri mereka. Namun, ada juga narapidana yang masih bergantung pada bantuan orang lain dalam mengatur diri mereka. Dimensi terakhir adalah tujuan hidup, di mana narapidana memiliki aspirasi dan keinginan untuk menjadi pribadi yang lebih baik dan membahagiakan orang-orang di sekitar mereka. Mereka melihat kesempatan di dalam penjara sebagai peluang untuk mengembangkan diri dan melupakan kesalahan masa lalu. Pada dimensi penguasaan lingkungan semua subjek mencapai keberhasilan terkait dimensi penguasaan lingkungan dimana dapat beradaptasi dengan siapapun dan merasa lingkungan ideal yang ramai dan aman serta keluarganya yang sering berkunjung merupakan bentuk dari keberhasilan dimensi ini. Pada dimensi pengembangan diri dua dari tiga mencapai keberhasilan melalui potensi yang ia miliki dan mereka akan mengembangkan potensi yang mereka miliki.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa narapidana kasus pelecehan seksual dapat mencapai kesejahteraan psikologis dengan cara mengatasi perasaan negatif, beradaptasi dengan lingkungan penjara, menjalin hubungan positif dengan orang lain, mengatur kehidupan mereka sendiri, dan memiliki tujuan hidup yang positif. Ketiga subjek dapat mencapai kesejahteraan psikologis melalui kegiatan yang diberikan oleh lapas, seperti diadakannya kegiatan gotong – royong, bimbingan konseling dengan psikolog secara rutin setiap bulan untuk setiap narapidana, dan seminar serta pelatihan untuk mengembangkan skill mereka agar dapat memiliki tujuan sehingga ketika telah keluar dari lapas para narapidana dapat menentukan tujuan hidupnya. Subjek pertama menjalani kegiatan dan pelatihan yang diberikan oleh lapas selama lima bulan dan subjek kedua menjalani kegiatan untuk mencapai kesejahteraan psikologis selama sembilan bulan, serta pada subjek ketiga menjalani proses untuk mencapai kesejahteraan psikologis selama satu tahun dua bulan. Pada subjek pertama berupaya untuk meningkatkan hubungan komunikasinya dengan orang lain, seperti mengajak narapidana lain untuk berkomunikasi serta mengikuti sesi konseling secara rutin dengan beberapa pertemuan selama sebulan sesuai dengan kondisi yang dialami oleh subjek.

Pada subjek kedua adalah mengikuti kegiatan pengembangan skill yang disediakan oleh lapas secara rutin agar skill nya dapat berkembang dan mengikuti kegiatan gotong – royong tiap minggu agar menumbuhkan jiwa positif serta hubungan komunikasi yang baik dengan narapidana lain. Pada subjek ketiga merasa gagal untuk mengembangkan diri sehingga ia dapat mencapai pengembangan diri selama setahun lebih dua bulan melalui kegiatan yang diadakan oleh lapas dengan memberikan pelatihan kerja sebagai bentuk kemandirian dan meningkatkan bakat serta minat dari narapidana, lalu subjek juga rutin mengikuti konseling psikolog agar dapat memiliki perubahan ke arah yang lebih positif dan berhasil menerima dirinya serta tidak mengulangi kesalahan di masa lalunya. Pola-pola ini saling berhubungan dan memberikan pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis narapidana dalam konteks kasus pelecehan seksual.

Penemuan ini memiliki implikasi penting dalam pengembangan program rehabilitasi yang berfokus pada aspek psikologis narapidana kasus pelecehan seksual, termasuk pengembangan keterampilan adaptasi, interaksi sosial, otonomi, dan pembentukan tujuan hidup yang positif. Dengan memperhatikan faktor-faktor ini, diharapkan narapidana dapat mencapai kesejahteraan psikologis yang lebih baik dan memiliki peluang yang lebih baik untuk memulai kehidupan yang positif setelah pembebasan.

Saran

Penelitian ini menggambarkan kesejahteraan psikologis narapidana kasus pelecehan seksual dengan merujuk pada teori Ryff (2013). Namun, penelitian ini memiliki batasan dalam mengulas kesejahteraan psikologis narapidana kasus pelecehan seksual dengan menggunakan teori tersebut. Oleh karena itu, disarankan agar penelitian selanjutnya dapat mendeskripsikan konsep kesejahteraan psikologis pada narapidana kasus pelecehan seksual dengan pendekatan yang berbeda atau melibatkan subjek yang berbeda, sehingga dapat mengembangkan dan memperkaya pemahaman tentang kesejahteraan psikologis secara umum.

Selain itu, penelitian ini juga memiliki jumlah responden yang terbatas dan hanya menggunakan wawancara sebagai metode pengumpulan data. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat meneliti variable lain yang berkaitan dengan *Psychology Well Being* dan menggunakan Lokasi yang berbeda agar masyarakat mendapatkan insight baru. Oleh karena itu, disarankan agar penelitian selanjutnya dapat menambahkan teknik pengumpulan data lainnya untuk mendapatkan perspektif yang lebih komprehensif.

Daftar Pustaka

- Agum, S. (2023). Penerimaan Diri pada Warga Binaan Pemasyarakatan dengan Masa Hukuman Seumur Hidup. *Dalam Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 42-52.
- Alfi Karimah, S., Nrh, F., & Soedarto Tembalang Semarang, J. S. (2016). *PERBEDAAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING REMAJA DITINJAU DARI PERSEPSI POLA ASUH ORANG TUA* (Vol. 5, Nomor 2).
- Aulia Noor, A., Fauzia, R., & Safitri, D. J. (2020). PENYESUAIAN DIRI NARAPIDANA PELAKU KEKERASAN SEKSUAL PADA ANAK YANG BERADA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS III BANJARBARU SELF ADJUSMENT OF CHILDREN SEXUAL VIOLENCE'S CONVICT IN CLASS

III COMMUNITY PRISON OF BANJARBARU. Dalam *Jurnal Kognisia* (Vol. 3, Nomor 1).

- Bakar, A., & Zuliani, H. (2020). Upaya Peningkatan Penyesuaian Sosial Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Banda Aceh. *Jurnal Suloh*, 5(1). 1-9.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). Psikologi Sosial. Edisi kesepuluh. Jakarta: Erlangga.
- Bernard, M. (2013). The Strength of self acceptance: Theory, practice, and research. *Springer*.
- Cahyo, R. N., Cahyaningtyas, I., Magister, S., Hukum, I., Hukum, F., Diponegoro, U., Hukum, F., & Diponegoro, U. (2021). Jurnal Pembangunan Hukum Indonesia. Kebijakan Hukum Pidana Tentang Diversi Terhadap Anak Pelaku Recidive Guna Mencapai Restorative Justice, 3, 213–216.
- Creswell, J. W. (2015). *Penelitian kualitatif & desain riset : Memilih di antara lima pendekatan (3rd ed.)*. Pustaka Pelajar.
- Deviana, M., Umari, T., & Khadijah, K. (2023). Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Remaja. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 5(1), 3463-3468.
- Effendy, N. (2016). Konsep Flourishing dalam Psikologi Positif : Subjective Well-being atau berbeda ? Seminar Asean Psychology and Humanity, 2004, 326–333.
- Evan, D., & Greenway, C. (2010). *Exploring the psychological Well-Being of Student in Higher Education*. Diunduh 08 Desember 2024. (<http://escalate.ac.uk/downloads/7772.pdf>)
- Fatimah, S., Budikafa, A., Suarni, W., & Pambudhi, Y. A. (2021). *Dukungan Sosial dan Psychological Well-Being Narapidana Perempuan* (Vol. 2, Nomor 3).
- Heliany, I., & Manurung, E. H. (2019). Sistem Pembinaan Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Cipinang Ditinjau Berdasarkan Undang-Undang No 12 Tahun 1995 Tentang Pemasyarakatan. *Prosiding Seminar Nasional Cendekiawan*, 1–7. <https://doi.org/10.25105/semnas.v0i0.5848>
- Hurlock, E. B. (1999). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Erlangga.
- Jumrianti, F., Nugroho, S., & Arief, Y. (2022). Hubungan Antara Kecanduan Smartphone Dengan Psychological Well-being Pada Remaja. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)*, 2(1), 49–57. <https://doi.org/10.25299/jicop.v2i1.10263>
- Kayowuan Lewoleba, K., & Helmi Fahrozi, M. (2020). Studi Faktor – Faktor Terjadinya Tindak Kekerasan Seksual Pada Anak-Anak. *Esensi Hukum*, 2(1), 27-48.
- Lauer, R. H. & Lauer, J. C, "*Marriage and family*", (4th ed.), McGraw-Hill, Boston, 2000.
- Mahendra, A. I. (2020). Analisis pemenuhan kebutuhan seksual narapidana di lapas x. *Jurnal Ilmu Hukum Dan Humaniora*, 7(3), 641–654.
- Marliana, S., & Maslihah, S. (2012). Analisis sumber-sumber kebermaknaan hidup narapidana yang menjalani hukuman seumur hidup. *Jurnal Psikologi*, 11(1), 12.
- Moleong, L.J. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Novitasari, Y., & Kusmiyanti, K. (2021). Hubungan Konsep Diri dengan Penerimaan Diri

- Narapidana Pasca Putusan di Rutan Kelas I Surakarta. *Reformasi*, 11(2), 180-192.
- Panggabean, D., & Huwae, A. (2023). Self-Forgiveness dan Kesejahteraan Psikologis pada Narapidana Lembaga Pemasyarakatan Kelas 2A Ambarawa. *Journal of Psychology and Instruction*, 7(3).
- Paradias, R., & Soponyono, E. (2022). Perlindungan Hukum Terhadap Korban Pelecehan Seksual. *Jurnal Pembangunan Hukum Indonesia*, 4(1), 61–72. <https://doi.org/10.14710/jphi.v4i1.61-72>
- Pratiti, B., & Kj, S. (n.d.). *Aspek kejiwaan pada korban kekerasan seksual Aspek Kejiwaan pada Korban Kekerasan seksual*.
- Priyatin. 2012. Kasus Perkosaan Anak Melonjak 400%. Diunduh 5 November 2024. (<http://internasional.kompas.com/read/2012/02/29/12225746/Kasus.Perkosaan.Anak.Melonjak.400.Persen>)
- Prilleltensky, I., & Prilleltensky, O. (2006). Promoting Wellbeing: Linking Personal, Organizational, and Community Change. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons.
- Poapa, R. H., & Syamsu, K. (2024). Pelaksanaan Layanan Konseling Individu dan Kelompok pada Anak Didik Pemasyarakatan (ANDIKPAS) di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas II Kendari. *INSANIYAH*, 3(1), 17-25.
- Raco, J. R. (2010). *Metode penelitian kualitatif: Jenis, Rakhmat, J. (2007). Psikologi Komunikasi. Bandung: Remaja Rosda Karya. karakteristik, dan keunggulannya*. PT Grasindo.
- Rakhmat, J. (2007). Psikologi Komunikasi. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Ramadhani, T., Djunaedi, D., & Sismiati, A. (2016). Kesejahteraan Psikologis (psychological well-being) siswa yang orangtuanya bercerai (studi deskriptif yang dilakukan pada siswa di smk negeri 26 pembangunan Jakarta). *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 108-115.
- Rath, J. F., & Elliott, T. R. (2012). Psychological Models in Rehabilitation Psychology. In *The Oxford Handbook of Rehabilitation Psychology* (Issue October). <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199733989.013.0003>.
- Recidive, F. F., & 2019. (2019). Telaah Tindak Pidana Pelecehan Seksual Secara Verbal Dalam Hukum Pidana Indonesia. *Jurnal.Uns.Ac.Id*, 8(3), 238–244. <https://jurnal.uns.ac.id/recidive/article/view/47380>
- Roffey, S. (2012). Positive relationship: Evidence based practice across the world. *Positive Relationships: Evidence Based Practice across the World*, 9789400721, 1-297. <https://doi.org/10.1007/978-94-007-2147-0>.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? eksplorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D. & Singer, B. (2008). Know they self and become what you are : A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness*, 9 (3), 13-39.
- Sabri, H. (2019). Statistik Kesehatan. *Analisis Data*, 129.

- Salshabella, T.E. Gambaran Kesejahteraan Psikologis Warga Binaan Pemasyarakatan Di Lapas Purwodadi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 9(1), 12-17.
- Sari, R., Nulhaqim, S. A., & Irfan, M. (2015). Pelecehan Seksual Terhadap Anak. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 14–18. <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i1.13230>
- Sefilia, T. F., Yudianto, J., Lestari, E., Al Makki, M. H., & Anggara, O. (2022). Upaya Peningkatan Psychological well-being Narapidana Narkoba Melalui Pelatihan Mental di Rutan Kelas II B. *Transformasi Dan Inovasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 111-118.
- Shoimin, A. (2014). *68 Model Pembelajaran Inovatif dalam Kurikulum 2013*. Yogyakarta: Ar-Ruzz.
- Suharsimi, A. (2006). Metodologi Penelitian Dan Profil Desa. *Metodelogi Penelitian*, 48–67.
- Sugiyono. (2016). *Pdf-Buku-Metode-Penelitian-Sugiyono_Compress.Pdf* (p. 62).
- Suharsimi, A. (2006). Metodologi Penelitian Dan Profil Desa. *Metodelogi Penelitian*, 48–67.
- Syauket, A., Saimima, I. D. S., Simarmata, R. P., Aidy, W. R., Zainab, N., Prayitno, R. B., & Cabui, C. E. (2022). Sextortion (Fenomena Pemerasan Seksual di Lingkungan Pendidikan). *Jurnal Kajian Ilmiah*, 22(3), 219–230. <https://doi.org/10.31599/jki.v22i3.1210>
- Tacasily, Y. O. M. (2021). Hubungan Forgiveness dan Psychologicall Well-Being pada Mahasiswa yang Pernah Mengalami Putus Cinta. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(2), 259-267. <https://doi.org/10.23887/jibk.v12i2.34199>
- Triwijati, N. K. E. (2015). Pelecehan Seksual : Tinjauan Psikologis. *Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, Dan Savy Amira Women's Crisis Center*, 20(4), 303–306.
- Wikanestri, dan Prabowo, . (2015). Psychological Well-Being Pada Pelaku Wirausaha. *Seminar Psikologi & Kemanusiaan, 2013*, 431–439.
- Zahro Qila, S., Nur Rahmadina, R., & Azizah, F. (2021). Catcalling sebagai Bentuk Pelecehan Seksual Traumatis. *Jurnal Mahasiswa Komunikasi Cantrik*, 1(2), 95–106. <https://doi.org/10.20885/cantrik.vol1.iss2.art3>
- Yuliani, I. (2018). Konsep psychological well-being serta implikasinya dalam bimbingan dan konseling. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, 2(02), 51-56.