E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Aspek Tujuan Hidup Pada Warga Binaan Di Lapas Kelas 11A Serang

Dian Dwiyani Mardiah[1], Lenny Wahyuningsih[2], Alfiandy Warih Handoyo[3]
[1]Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Diandwiyani790@gmail.com
[2]Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, lenny.wahyuningsih@untirta.ac.id
[3]Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Alfiandywh@Untirta.ac.id

Abstrak

Kesehatan mental merupakan salah satu aspek penting dalam proses pembinaan warga binaan pemasyarakatan. Lingkungan pemasyarakatan yang penuh dengan berbagai tekanan psikologis berpotensi menurunkan tingkat *psychological well-being* serta meningkatkan stres dan kecemasan warga binaan. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan memberikan layanan psikoedukasi sebagai upaya meningkatkan pemahaman mengenai kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis warga binaan. Kegiatan dilaksanakan menggunakan pendekatan *Community-Based Participatory Research* (CBPR) yang melibatkan peneliti dan pihak lembaga pemasyarakatan dalam proses identifikasi kebutuhan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi program. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, serta penyebaran instrumen *Psychological Well-Being Scale* (PWB). Program intervensi dilaksanakan dalam bentuk penyampaian materi, diskusi interaktif, dan refleksi kelompok mengenai pengelolaan emosi, strategi mengatasi stres, serta penguatan kesejahteraan psikologis. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta memiliki antusiasme yang tinggi selama mengikuti program dan memperoleh peningkatan pemahaman mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental, mengelola emosi secara adaptif, serta membangun pola pikir yang lebih positif dalam menjalani masa pembinaan. Program ini juga memperkuat kolaborasi antara tim pelaksana dan pihak lembaga pemasyarakatan dalam penyelenggaraan layanan psikososial bagi warga binaan. Dengan demikian, kegiatan psikoedukasi dapat menjadi salah satu alternatif program pembinaan yang mendukung peningkatan kesejahteraan psikologis warga binaan secara berkelanjutan.

Kata Kunci: *psikoedukasi, psychological well-being, warga binaan pemasyarakatan*.

Abstract

Mental health is an essential component of the rehabilitation process for correctional inmates. The correctional environment, which is often characterized by various psychological pressures, may reduce inmates' psychological well-being while increasing levels of stress and anxiety. Therefore, this community service program aimed to provide psychoeducation to enhance inmates' understanding of mental health and psychological well-being. The program employed a Community-Based Participatory Research (CBPR) approach involving collaboration between the research team and correctional institution personnel throughout the stages of needs assessment, planning, implementation, and evaluation. Data were collected through observation, interviews, and the administration of the Psychological Well-Being Scale (PWB). The intervention consisted of psychoeducational sessions, interactive discussions, and group reflections focusing on emotional regulation, stress management strategies, and strengthening psychological well-being. The results indicated that participants demonstrated high engagement throughout the activities and showed improved understanding of mental health, adaptive emotional regulation, and positive coping strategies during their

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

rehabilitation period. Furthermore, the program strengthened collaboration between the implementation team and the correctional institution in delivering psychosocial support services. Overall, psychoeducation can serve as an effective rehabilitation program to support the sustainable improvement of inmates' psychological well-being.

Keywords: *psychoeducation, psychological well-being, correctional inmates.*

Corresponding Author:
Dian Dwiyani Mardiah

Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Diandwiyani790@gmail.com

PENDAHULUAN

Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) merupakan institusi yang tidak hanya berfungsi sebagai tempat pelaksanaan pidana, tetapi juga sebagai wadah pembinaan yang bertujuan membentuk warga binaan pemasyarakatan (WBP) menjadi individu yang mampu memperbaiki diri dan kembali menjalankan fungsi sosial secara positif setelah menyelesaikan masa pidananya. Berdasarkan Undang-Undang Nomor 22 Tahun 2022 tentang Pemasyarakatan, proses pembinaan diarahkan pada pengembangan kepribadian, peningkatan keterampilan, serta persiapan reintegrasi sosial WBP. Oleh karena itu, keberhasilan pembinaan tidak hanya ditentukan oleh aspek fisik maupun keterampilan kerja, tetapi juga oleh kondisi psikologis WBP selama menjalani masa pidana.

Kehidupan di dalam lembaga pemasyarakatan membawa berbagai perubahan yang berpotensi memengaruhi kesehatan mental WBP. Keterbatasan kebebasan, pemisahan dari keluarga, kepadatan hunian, perubahan peran sosial, serta ketidakpastian masa depan menjadi sumber tekanan psikologis yang dapat menimbulkan stres, kecemasan, kesulitan penyesuaian diri, hingga menurunkan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) (Putri *et al*., 2020; Kurniawan & Santoso, 2021). Kondisi tersebut semakin kompleks pada WBP yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal karena pada fase ini individu sedang menghadapi berbagai tugas perkembangan, seperti pembentukan identitas diri, pencapaian kemandirian, pengembangan hubungan interpersonal, serta perencanaan karier dan masa depan.

Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi ketika individu mampu menerima dirinya, membangun hubungan positif dengan orang lain, memiliki tujuan hidup yang jelas, mengembangkan potensi diri, mampu mengendalikan lingkungan, serta mempertahankan kemandirian dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Menurut Ryff, psychological well-being terdiri atas enam dimensi, yaitu *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Individu dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang baik cenderung memiliki kemampuan penyesuaian diri, regulasi emosi, dan strategi koping yang lebih adaptif sehingga lebih siap menghadapi tekanan kehidupan (Salshabella, 2024). Sebaliknya, rendahnya kesejahteraan psikologis dapat menghambat proses pembinaan serta meningkatkan risiko munculnya berbagai permasalahan psikologis maupun perilaku maladaptif.

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

Lapas Kelas IIA Serang merupakan salah satu lembaga pemasyarakatan yang melaksanakan berbagai program pembinaan kepribadian dan kemandirian bagi WBP. Meskipun demikian, hasil observasi, wawancara, dan asesmen awal menunjukkan bahwa sebagian WBP, khususnya kelompok usia dewasa awal, masih mengalami berbagai permasalahan psikologis. WBP mengungkapkan adanya stres akibat keterpisahan dari keluarga, kecemasan terhadap kehidupan setelah bebas, kesulitan beradaptasi dengan lingkungan lapas, serta rendahnya motivasi mengikuti program pembinaan. Kondisi tersebut tampak melalui perilaku mudah tersinggung, menarik diri dari lingkungan sosial, sulit berkonsentrasi, dan kurang aktif mengikuti berbagai kegiatan pembinaan.

Asesmen menggunakan instrumen *Psychological Well-Being* terhadap 124 WBP usia dewasa awal menunjukkan bahwa sebanyak 64 orang (51%) berada pada kategori sedang, 38 orang (30%) berada pada kategori tinggi, dan 23 orang (19%) berada pada kategori rendah. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar WBP belum memiliki kesejahteraan psikologis yang optimal dan masih memerlukan intervensi yang mampu meningkatkan kemampuan penyesuaian diri, penerimaan diri, pengelolaan emosi, serta optimisme dalam menghadapi masa depan. Temuan ini memperkuat pentingnya penyediaan layanan psikologis sebagai bagian integral dari proses pembinaan di lembaga pemasyarakatan.

Selama ini, program pembinaan di lembaga pemasyarakatan lebih banyak berorientasi pada pembinaan kepribadian, keagamaan, dan keterampilan kerja, sedangkan layanan yang secara khusus menargetkan peningkatan kesejahteraan psikologis WBP masih relatif terbatas. Padahal, berbagai penelitian menunjukkan bahwa dukungan psikologis berperan penting dalam meningkatkan kemampuan koping, mengurangi stres dan kecemasan, serta mendukung keberhasilan reintegrasi sosial narapidana setelah bebas. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan akan layanan bimbingan dan konseling yang lebih terstruktur, berkelanjutan, dan berbasis kebutuhan nyata WBP.

Berdasarkan kondisi tersebut, dilaksanakan program layanan bimbingan dan konseling yang mengintegrasikan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling individu, konseling kelompok, serta rehabilitasi psikososial untuk meningkatkan *psychological well-being* WBP usia dewasa awal di Lapas Kelas IIA Serang. Program ini dirancang berdasarkan hasil asesmen kebutuhan sehingga intervensi yang diberikan tidak hanya berfokus pada penanganan stres dan kecemasan, tetapi juga pada penguatan aspek psikologis positif, seperti penerimaan diri, hubungan interpersonal yang sehat, tujuan hidup, serta kemampuan beradaptasi. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan mampu mendukung keberhasilan proses pembinaan sekaligus meningkatkan kesiapan WBP untuk kembali berfungsi secara positif di tengah masyarakat.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Community-Based Participatory Research (CBPR)* yang menempatkan peneliti dan mitra sebagai pihak yang berkolaborasi secara aktif dalam setiap tahapan kegiatan. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan identifikasi kebutuhan, perencanaan program, pelaksanaan intervensi, hingga evaluasi dilakukan secara partisipatif bersama pihak Lembaga Pemasyarakatan. Lokasi penelitian dilaksanakan di Lembaga Pemasyarakatan, dengan sasaran program yaitu warga binaan pemasyarakatan (WBP) yang memenuhi kriteria sesuai kebutuhan program.

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan tahap identifikasi kebutuhan melalui observasi lapangan, wawancara tidak terstruktur dengan petugas pembinaan, serta penyebaran instrumen asesmen psikologis kepada warga binaan. Hasil identifikasi tersebut digunakan sebagai dasar dalam menyusun program intervensi yang disesuaikan dengan kondisi psikologis dan kebutuhan peserta. Selanjutnya dilakukan penyusunan materi, koordinasi dengan pihak lapas, penentuan jadwal pelaksanaan, serta persiapan sarana dan prasarana pendukung kegiatan.

Program intervensi dilaksanakan dalam bentuk layanan psikoedukasi yang bertujuan meningkatkan pemahaman warga binaan mengenai kesehatan mental, pengelolaan emosi, strategi menghadapi stres, serta upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Kegiatan dilaksanakan secara kelompok dengan metode ceramah interaktif, diskusi, tanya jawab, serta pemberian latihan sederhana yang mendorong peserta untuk merefleksikan pengalaman dan menerapkan materi dalam kehidupan sehari-hari. Seluruh rangkaian kegiatan didampingi oleh petugas lapas guna memastikan kelancaran pelaksanaan program.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kombinasi teknik observasi, wawancara, dan penyebaran kuesioner. Observasi digunakan untuk memperoleh gambaran mengenai kondisi lapangan serta keterlibatan peserta selama kegiatan berlangsung. Wawancara tidak terstruktur dilakukan kepada petugas pembinaan untuk memperoleh informasi mengenai kondisi psikologis warga binaan dan kebutuhan layanan yang diperlukan. Sementara itu, pengukuran kondisi psikologis peserta dilakukan menggunakan dua instrumen, yaitu Psychological Well-Being Scale (PWB) yang mengukur enam dimensi kesejahteraan psikologis, meliputi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan pribadi.

Data kuantitatif yang diperoleh dari hasil pengisian instrumen dianalisis secara deskriptif dengan menghitung skor setiap responden, kemudian mengelompokkannya ke dalam kategori sesuai pedoman interpretasi masing-masing instrumen. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan kondisi psychological well-being serta tingkat stres dan kecemasan warga binaan sebelum pelaksanaan program. Adapun data kualitatif yang berasal dari hasil observasi dan wawancara dianalisis melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan untuk memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai kebutuhan peserta, proses pelaksanaan program, serta respons warga binaan terhadap kegiatan yang dilaksanakan.

Evaluasi program dilakukan secara berkelanjutan selama proses kegiatan berlangsung dan pada akhir pelaksanaan program. Evaluasi difokuskan pada keterlaksanaan setiap tahapan kegiatan, tingkat partisipasi peserta, serta perubahan pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan. Hasil evaluasi selanjutnya digunakan sebagai dasar dalam menyusun rekomendasi pengembangan program layanan psikososial bagi warga binaan di lembaga pemasyarakatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan topik *"Perencanaan Karier Setelah Masa Pembinaan"* bertujuan untuk membantu Membantu WBP memahami dan merencanakan karir serta menyusun langkah awal dalam menentukan karir, yang dihadiri oleh 5 WBP. Layanan ini dilaksanakan dengan memanfaatkan media *Engklek Karier*, yaitu media permainan yang dirancang untuk memfasilitasi WBP dalam mengeksplorasi tujuan hidup, mengenali potensi diri, serta menyusun langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk mencapai karier yang diharapkan. Penggunaan

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

media tersebut membuat proses layanan menjadi lebih interaktif, mendorong partisipasi aktif anggota kelompok, serta membantu WBP memahami materi melalui pengalaman belajar yang lebih konkret, Adapun hasil pre-test dan post-test sebagai berikut:

NAMA WBP	PRE TEST	PESENTASE	POST TEST	PERSENTASE
MA	60	60%	80	80%
JK	40	40%	100	100%
MF	60	60%	80	80%
MF	60	60%	100	100%
AS	60	60%	100	100%

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok yang berfokus pada pengembangan aspek tujuan hidup memberikan dampak positif terhadap peserta. Hal ini terlihat dari peningkatan rata-rata skor peserta dari 56% pada pretest menjadi 92% pada posttest, sehingga terjadi peningkatan sebesar 36%. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa setelah mengikuti layanan, peserta memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya memiliki tujuan hidup yang jelas serta mampu mengidentifikasi harapan dan arah kehidupan yang ingin dicapai di masa depan. Selain itu, peserta mulai menunjukkan kemampuan untuk menyusun rencana yang lebih terarah dan realistis sebagai bekal dalam menghadapi kehidupan setelah masa pembinaan. Hasil ini mengindikasikan bahwa layanan bimbingan kelompok yang diberikan efektif dalam membantu Warga Binaan mengembangkan aspek tujuan hidup sebagai salah satu dimensi penting dalam psychological well-being.

Pembahasan

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan topik "Perencanaan Karier Setelah Masa Pembinaan" diarahkan untuk memfasilitasi WBP dalam memahami pentingnya perencanaan karier serta membantu mereka merumuskan langkah awal yang dapat ditempuh untuk mencapai tujuan karier di masa depan. Kegiatan ini diikuti oleh lima orang WBP dengan menggunakan media Engklek Karier sebagai sarana untuk mengeksplorasi tujuan hidup, mengenali potensi diri, dan menyusun rencana karier secara lebih terarah. Penggunaan media tersebut mampu menciptakan suasana belajar yan Sebelum kegiatan dimulai, seluruh WBP mengerjakan pre-test untuk mengetahui tingkat pemahaman awal terkait perencanaan karier. Hasil pre-test menunjukkan persentase sebesar *56%*, yang mengindikasikan bahwa sebagian besar WBP masih mengalami kesulitan dalam menentukan tujuan hidup setelah masa pembinaan, mengenali pilihan pekerjaan yang sesuai dengan potensi diri, serta menyusun langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk mencapai tujuan tersebut. Kondisi ini terlihat dari masih adanya WBP yang belum memiliki gambaran mengenai pekerjaan yang ingin ditekuni setelah bebas dan belum mampu menghubungkan kemampuan yang dimiliki dengan peluang kerja yang tersedia.

Selama proses bimbingan kelompok, WBP diajak untuk mendiskusikan harapan dan rencana masa depan, mengidentifikasi minat serta kemampuan yang dimiliki, dan mengeksplorasi berbagai alternatif pekerjaan maupun usaha yang dapat dilakukan setelah kembali ke masyarakat. Melalui media Engklek Karier, setiap WBP secara bertahap diarahkan untuk memahami tahapan perencanaan karier mulai dari mengenali diri, menentukan tujuan hidup, memilih alternatif pekerjaan yang

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

sesuai, hingga merumuskan langkah nyata yang dapat dilakukan setelah masa pembinaan berakhir. Diskusi kelompok yang berlangsung juga memberikan kesempatan bagi WBP untuk saling bertukar pengalaman, memberikan dukungan, serta memperoleh perspektif baru mengenai peluang yang dapat dikembangkan di masa depan.

Capaian layanan terlihat pada kemampuan WBP dalam memenuhi indikator yang telah ditetapkan. WBP menunjukkan peningkatan kemampuan dalam *menentukan tujuan hidup yang ingin dicapai setelah menyelesaikan masa pembinaan*, sehingga mereka memiliki arah yang lebih jelas mengenai kehidupan yang akan dijalani setelah kembali ke masyarakat. Selain itu, WBP juga mampu *mengidentifikasi pilihan pekerjaan atau usaha yang sesuai dengan minat, kemampuan, dan kondisi diri*, sehingga alternatif karier yang dipilih menjadi lebih realistis dan memungkinkan untuk diwujudkan. Tidak hanya itu, WBP juga telah mampu *menyusun rencana tindakan yang konkret dan terukur* sebagai langkah awal untuk mencapai tujuan hidup dan karier yang telah ditetapkan, seperti mengikuti pelatihan keterampilan, memanfaatkan pengalaman kerja yang dimiliki sebelumnya, menjalin hubungan dengan keluarga sebagai sumber dukungan, serta mencari informasi mengenai peluang kerja atau usaha yang tersedia.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman perencanaan karier pada WBP setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok. Hal ini terlihat dari peningkatan hasil pre-test sebesar 56% menjadi 88% pada post-test. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa layanan yang diberikan mampu membantu WBP memahami pentingnya merencanakan masa depan, menentukan tujuan hidup, serta mengenali pilihan pekerjaan atau usaha yang sesuai dengan potensi yang dimiliki.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Srianturi et al. (2024) yang menyatakan bahwa bimbingan kelompok melalui teknik permainan simulasi efektif dalam meningkatkan kemampuan perencanaan karier WBP. Penggunaan media yang interaktif dapat membantu WBP lebih mudah memahami materi dan terlibat aktif dalam proses layanan. Selain itu, Hajiji dan Nisa (2024) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok dapat membantu individu mengenali potensi diri, menentukan tujuan karier, dan menyusun langkah-langkah untuk mencapainya. Hal tersebut terlihat dari kemampuan WBP yang semakin mampu menggambarkan rencana kehidupan setelah masa pembinaan serta menentukan pilihan karier yang sesuai dengan kondisi dirinya.

Hasil layanan ini juga didukung oleh penelitian Neva dan Irman (2023) yang menunjukkan bahwa layanan bimbingan karier berperan dalam meningkatkan kemampuan individu dalam mengambil keputusan karier dan mempersiapkan masa depan secara lebih terarah. Setelah mengikuti layanan, WBP menunjukkan pemahaman yang lebih baik dalam menyusun rencana tindakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan, seperti memanfaatkan keterampilan yang dimiliki, mengikuti pelatihan, maupun mencari peluang kerja atau usaha yang dapat dikembangkan setelah kembali ke masyarakat.

Layanan bimbingan kelompok dengan topik *"Perencanaan Karier Setelah Masa Pembinaan"* memberikan kontribusi positif terhadap kesiapan WBP dalam merencanakan masa depan. Melalui kombinasi metode diskusi kelompok dan media Engklek Karier, WBP tidak hanya memperoleh pemahaman mengenai pentingnya perencanaan karier, tetapi juga memiliki gambaran yang lebih jelas mengenai langkah-langkah yang perlu dilakukan untuk mewujudkan tujuan hidup dan karier secara realistis setelah menyelesaikan masa pembinaan.

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

Pada aspek tujuan hidup (*purpose in life*), WBP menunjukkan perkembangan yang cukup signifikan setelah mengikuti rangkaian layanan yang diberikan. Pada kondisi awal, WBP masih mengalami kebingungan dalam menentukan arah kehidupan setelah masa pembinaan, belum memiliki tujuan yang jelas, serta menunjukkan keraguan dalam merencanakan masa depan. WBP cenderung memandang masa depan dengan penuh ketidakpastian dan lebih berfokus pada berbagai kemungkinan hambatan yang akan dihadapi dibandingkan dengan peluang yang dapat dikembangkan. Ketakutan untuk menentukan pilihan karier dan tujuan hidup juga menyebabkan WBP kesulitan menyusun rencana yang terarah serta kurang memiliki keyakinan terhadap masa depan yang ingin dicapai.

Seiring berjalannya proses layanan, WBP mulai menunjukkan peningkatan kemampuan dalam memahami dan merumuskan tujuan hidup yang dianggap penting bagi dirinya. WBP tidak lagi hanya memiliki harapan yang bersifat umum, tetapi mulai mampu mengidentifikasi tujuan yang lebih spesifik dan realistis, seperti memperoleh pekerjaan yang layak, mengembangkan usaha mandiri, memperbaiki kondisi ekonomi, membangun kembali hubungan dengan keluarga, serta menjalani kehidupan yang lebih bertanggung jawab setelah bebas. Perkembangan ini menunjukkan bahwa WBP mulai memiliki orientasi masa depan yang lebih jelas dibandingkan sebelumnya.

Perubahan juga terlihat dari meningkatnya kemampuan WBP dalam menghubungkan pengalaman hidup yang telah dilalui dengan tujuan yang ingin dicapai di masa depan. WBP mulai memandang pengalaman masa lalu sebagai sumber pembelajaran yang dapat digunakan untuk memperbaiki kualitas kehidupan di kemudian hari. Kesadaran tersebut membantu WBP membangun pemahaman bahwa tujuan hidup tidak hanya menjadi harapan, tetapi memerlukan usaha, komitmen, dan langkah-langkah nyata untuk mewujudkannya. WBP juga mulai mampu mengidentifikasi tindakan yang perlu dilakukan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan, sehingga tujuan hidup yang dimiliki menjadi lebih terarah dan dapat diwujudkan secara bertahap.

Selain itu, terjadi peningkatan keyakinan dalam menentukan arah kehidupan yang ingin dijalani setelah masa pembinaan. Apabila pada awalnya WBP menunjukkan keraguan dan ketakutan dalam mengambil keputusan terkait masa depan, pada akhir proses layanan WBP mulai berani menetapkan pilihan dan menunjukkan komitmen untuk berusaha mencapai tujuan yang telah direncanakan. Meskipun masih terdapat kekhawatiran mengenai berbagai tantangan yang mungkin dihadapi setelah kembali ke masyarakat, WBP telah mampu memandang tantangan tersebut secara lebih realistis dan tidak lagi menjadikannya sebagai penghalang utama dalam menentukan tujuan hidup.

Perkembangan aspek tujuan hidup ditandai oleh meningkatnya kejelasan arah kehidupan, kemampuan menetapkan tujuan yang lebih spesifik dan bermakna, kesadaran akan langkah-langkah yang diperlukan untuk mencapai tujuan, serta tumbuhnya keyakinan untuk mewujudkan masa depan yang lebih baik. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa WBP telah memiliki orientasi hidup yang lebih jelas dan mampu memandang masa depan sebagai sesuatu yang dapat direncanakan serta diupayakan secara nyata.

Berdasarkan hasil asesmen dan pengamatan selama pelaksanaan layanan, ditemukan bahwa WBP masih memiliki kebutuhan yang cukup tinggi dalam aspek tujuan hidup (purpose in life). Kebutuhan tersebut terlihat dari belum optimalnya kemampuan WBP dalam menentukan arah kehidupan yang ingin dijalani setelah menyelesaikan masa pembinaan. Sebagian WBP masih mengalami keraguan ketika

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

memikirkan masa depan, belum memiliki tujuan yang jelas, serta kesulitan menyusun rencana yang dapat menjadi pedoman dalam menjalani kehidupan setelah bebas. Kondisi ini menyebabkan WBP cenderung menjalani masa pembinaan tanpa memiliki gambaran yang pasti mengenai kehidupan yang ingin dicapai di masa mendatang.

Kebutuhan pada aspek tujuan hidup juga tampak dari masih terbatasnya orientasi masa depan yang dimiliki WBP. Sebagian besar WBP lebih banyak memikirkan berbagai risiko dan hambatan yang mungkin muncul setelah kembali ke masyarakat, seperti kesulitan memperoleh pekerjaan, penyesuaian diri dengan lingkungan sosial, maupun tuntutan ekonomi dan keluarga. Fokus yang lebih besar pada berbagai kekhawatiran tersebut menyebabkan WBP belum mampu melihat secara utuh peluang dan potensi yang dapat dimanfaatkan untuk membangun kehidupan yang lebih baik

Selain itu, WBP memerlukan bantuan untuk mengembangkan kemampuan dalam menetapkan tujuan hidup yang realistis dan sesuai dengan kondisi yang dimiliki. Sebagian WBP masih mengalami kesulitan dalam menentukan target yang ingin dicapai karena kurang memahami potensi diri, minat, maupun sumber daya yang dapat mendukung proses pencapaian tujuan tersebut. Akibatnya, tujuan yang dimiliki masih bersifat umum, belum terarah, atau bahkan belum terbentuk secara jelas.

Kebutuhan lainnya berkaitan dengan penguatan keyakinan diri dalam mengambil keputusan mengenai masa depan. Beberapa WBP menunjukkan keraguan untuk menentukan pilihan hidup dan karier karena merasa tidak yakin terhadap kemampuan yang dimiliki. Pengalaman masa lalu, kegagalan yang pernah dialami, serta kekhawatiran akan penilaian negatif dari lingkungan menjadi faktor yang memengaruhi rendahnya kepercayaan diri dalam menetapkan tujuan hidup. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya layanan yang dapat membantu WBP membangun keyakinan bahwa mereka tetap memiliki kesempatan untuk berkembang dan mencapai kehidupan yang lebih baik.

WBP juga membutuhkan wadah untuk mengeksplorasi harapan, impian, dan nilai-nilai yang dianggap penting dalam kehidupannya. Melalui proses tersebut, WBP diharapkan mampu menemukan makna dan alasan yang dapat menjadi pendorong dalam melakukan perubahan positif. Kejelasan mengenai harapan dan tujuan hidup akan membantu WBP memiliki motivasi yang lebih kuat dalam menjalani masa pembinaan maupun mempersiapkan diri menghadapi kehidupan setelah bebas.

SIMPULAN

Pelaksanaan program bimbingan dan konseling di Lapas Kelas IIA Serang berangkat dari hasil identifikasi kebutuhan yang menunjukkan bahwa Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP), terutama yang berada pada fase dewasa awal, menghadapi berbagai tantangan psikologis selama menjalani masa pembinaan. Tantangan tersebut meliputi stres, kecemasan, kejenuhan, kesulitan dalam menerima pengalaman masa lalu, ketidakjelasan arah kehidupan setelah bebas, serta rendahnya kemampuan dalam memaknai tujuan hidup. Hasil asesmen yang dilakukan melalui observasi, wawancara, serta penggunaan instrumen Psychological Well-Being (PWB) memperlihatkan bahwa kondisi psikologis WBP memerlukan perhatian dan intervensi yang terarah guna mendukung proses penyesuaian diri serta meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

Sebagai tindak lanjut dari hasil asesmen tersebut, dikembangkan program bimbingan dan konseling yang terdiri atas layanan bimbingan klasikal, bimbingan

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

kelompok, konseling individu, konseling kelompok, dan rehabilitasi psikososial. Pelaksanaan program dirancang berdasarkan kebutuhan aktual WBP dengan tujuan memfasilitasi pengembangan pemahaman diri, penerimaan diri, kemampuan mengelola emosi, keterampilan menyelesaikan permasalahan, kemampuan menjalin hubungan sosial yang sehat, serta kesiapan menghadapi kehidupan pasca pembinaan. Proses pelaksanaan layanan menunjukkan adanya keterlibatan yang cukup baik dari WBP, yang ditunjukkan melalui meningkatnya keterbukaan dalam mengungkapkan pengalaman pribadi, kemampuan melakukan refleksi terhadap diri sendiri, kesadaran terhadap potensi yang dimiliki, serta tumbuhnya optimisme dan harapan terhadap masa depan.

Secara umum, implementasi program bimbingan dan konseling memberikan dampak positif terhadap pengembangan kesejahteraan psikologis WBP. Hal tersebut terlihat dari berkembangnya berbagai aspek psychological well-being, seperti penerimaan diri, hubungan interpersonal yang lebih positif, kejelasan tujuan hidup, kemandirian, kemampuan beradaptasi dengan lingkungan, serta pertumbuhan pribadi. Program ini juga berkontribusi dalam membantu WBP mengelola tekanan psikologis secara lebih konstruktif sehingga mendukung keberhasilan proses rehabilitasi dan reintegrasi sosial. Selain memberikan manfaat bagi WBP, pelaksanaan program turut memperkuat upaya pembinaan yang dilakukan oleh pihak lapas melalui pendekatan yang lebih komprehensif dan berorientasi pada kesehatan mental. Bagi mahasiswa, kegiatan ini menjadi pengalaman profesional yang berharga dalam mengimplementasikan layanan bimbingan dan konseling pada setting non-sekolah serta mengembangkan kompetensi dalam asesmen, perencanaan, pelaksanaan, evaluasi, dan tindak lanjut program layanan.

DAFTAR PUSTAKA

Afriyanti, N., Handoyo, A. W., & Conia, P. D. D. (2022). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Focus Group Discussion (FGD) Untuk Meningkatkan Self Efficacy. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia*, *7*(2), 249-255.

Amelia, B. (2024). Psychological Well-Being pada Narapidana Lanjut Usia di Lembaga Pemasyarakatan KLAS IIA Sragen. Journal of Mental Health and Social Rehabilitation.

Arjanto, Paul (2022). Uji Reliabilitas dan Validitas Depression Anxiety Stress Scales21 (DASS-21) pada Mahasiswa. Jurnal Psikologi Perseptual Vol. 7 No. Juli2022.

Aslam, A. F. (2025). Program Reintegrasi Sosial pada WBP Pemasyarakatan di Lapas Kelas IIA Serang. Journal Central Publisher.

Astriani, D., Puspasari, K. D., Purwaningrum, D., Lestari, A. A., & Nisa, A. R. (2023). Memperbaiki Hubungan Interpersonal dalam Keluarga pada Individu dengan Unfinished Business melalui Teknik Empty Chair. *SINDA: Comprehensive Journal of Islamic Social Studies*, *3*(3), 115-122.

Ayu, A. T., Buchori, S., & Umar, N. F. (2024). Strategi meningkatkan kemampuan perencanaan karier siswa melalui teknik problem solving. Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application, and Development, 4(2).

Carol D. Ryff (1989). *Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being*.

Famati, N. (2023). Profil Singkat Serta Berbagai Terobosan Lapas Kelas IIA Serang. Nawacita Post.

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

Gomez, Rapson., StavropoulosID, Vasileios., Griffiths, Mark D. (2020). Universitas Federasi, Ballarat, Australi. Jurnal Plos One.

Hajiji, I., & Nisa, P. (2024). Efektivitas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan perencanaan karier siswa. B*iblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 7(3).

Hakim, Moh. Abdul & Aristawat, Nina Vania (2023). Mengukur Depresi, Kecemasan, Dan Stres Pada Kelompok Dewasa Awal Di Indonesia: Uji Validitas Dan Reliabilitas Konstruk Dass-21. Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous Psychology(2023),10(2), 232-250

Hapni, E. (2023). Dampak Psikologi WBP di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Bukittinggi. Ristekdik: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 8(1), 16–24.

Harsantik, G. S. S., Habsy, B. A., & Purwoko, B. (2025). Paradigma Konsep Diri Dalam Pendekatan Konseling Person Centered Therapy: Kajian Literatur. *Realita: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *10*(2), 2807-2823.

Harsono, C. I. (2019). Sistem Baru Pembinaan Narapidana. Jakarta: Djambatan.

Hidayat, A., & Wahyuni, N. (2022). Keberhasilan tahap awal konseling individual dalam meningkatkan kesadaran diri konseli. Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia, 7(2), 85–96.

Indonesia. (2022). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2022 tentang Pemasyarakatan. Jakarta: Pemerintah Republik Indonesia.

IriShinta, P. (2023). Hubungan Dukungan Sosial dan Psychological Well-Being pada WBP Pemasyarakatan di Lapas Kelas IIA Yogyakarta. JPDK.

Kaedati, S. H., Zen, E. F., & Fauzan, L. 2021. P*engembangan Panduan Konseling Kelompok Teknik Psikodrama untuk Mengatasi Masalah* Psychological Well-Being *Siswa SMP*. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan,* 1(5), 401–409.

Kanti, W., Suherman, U., & Yustiana, Y. R. (2024). Fungsi Pelayanan Bimbingan dan Konseling bagi WBP di Lembaga Pemasyarakatan. JIIP: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, 7(3), 3396–3402. https://doi.org/10.54371/jiip.v7i3.4103

Kanti, W., Suherman, U., & Yustiana, Y. R. (2024). Fungsi Pelayanan Bimbingan dan Konseling bagi WBP di Lembaga Pemasyarakatan. JIIP.

Kanti, W., Suherman, U., & Yustiana, Y. R. (2024). Fungsi Pelayanan Bimbingan dan Konseling bagi WBP di Lembaga Pemasyarakatan. JIIP: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, 7(3), 3396–3402.

Kanti, W., Suherman, U., & Yustiana, Y. R. (2024). *Fungsi Pelayanan Bimbingan dan Konseling bagi WBP di Lembaga Pemasyarakatan*. JIIP: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, 7(3), 3396–3402. https://doi.org/10.54371/jiip.v7i3.4103

KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA. Organisasi dan Tata Kerja. Lapas. No.751, 2011.

Lafiola, S., & Mutaqin, M. F. T. (2025). Pembinaan Kesejahteraan Psikologis WBP melalui Workshop Konseling di Lapas Kelas III Rangkasbitung. Al-DYAS.

Lafiola, S., & Mutaqin, M. F. T. (2025). Pembinaan Kesejahteraan Psikologis WBP melalui Workshop Konseling di Lapas Kelas III Rangkasbitung. Al-DYAS

Lafiola, S., & Mutaqin, M. F. T. (2025). *Pembinaan Kesejahteraan Psikologis WBP melalui Workshop Konseling di Lapas Kelas III Rangkasbitung*. Al-DYAS, 4(2), 1086–1099. https://doi.org/10.58578/aldyas.v4i2.6017

Lapas Kelas IIA Serang. (Diakses untuk data sejarah dan profil lembaga).

Maisyaroh, S., & Astuti, A. D. (2024). Penerapan teknik role playing dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan perilaku asertif siswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *14*(1), 11-26.

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

Marlina. (2020). Peradilan Pidana Anak di Indonesia. Bandung: Refika Aditama.

Mulyana. (2024). Anggota DPR RI Kunjungan Spesifik ke Lapas Serang. ANTARA Banten.

Nasution, L. M., & Darmayanti, N. (2025). Group Counselling with Expressive Writing Therapy to Enhance Self-Acceptance of Junior High School Students from Broken Homes. *Journal of General Education and Humanities*, *4*(4), 1735-1746.

Neva, M. N. A., & Irman. (2023). Layanan bimbingan karir dalam meningkatkan perencanaan karir. Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi, 6(1), 49–68.

Nugroho, D., & Fitriani, R. (2024). Efektivitas konseling individual dalam meningkatkan perencanaan masa depan peserta didik. Jurnal Konseling Pendidikan, 9(1), 33–47.

Pratama, A. R. A. (2022). Aspek Psychological Well-Being Narapidana Kasus Pencabulan Anak di Lapas Kelas I Surabaya. JPDK.

Pratiwi, N., & Handayani, R. (2023). Implementasi teori Holland dalam perencanaan karier peserta didik. Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling, 8(1), 45–56.

Priyatno, D. (2020). Sistem Pelaksanaan Pidana Penjara di Indonesia. Bandung: Refika Aditama.

Putri, M. F., & Winingsih, E. (2023). Efektivitas penggunaan teknik relaksasi dalam mengatasi kecemasan berdasarkan jurnal bimbingan dan Konseling. INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling, 12(1), 44–54.

Rahman, F. Z. (2022). Analisis Program Pembinaan Kepribadian Terhadap Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Cibinong. Jurnal Pendidikan dan Konseling, 4(4), 625–629.

Rahmawati, S., & Kurniawan, A. (2024). Perencanaan karier melalui layanan konseling individual. Jurnal Konseling Pendidikan dan Pengembangan Diri, 5(1), 22–34.

Rizkiyah, F. N. A., & Hariastuti, R. T. (2023). Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Kelas Viii Di Smpn 35 Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, *13*(3).\

Robbani, A. A., & Turhamun. (2026). Peran Konseling Sebaya dalam Meningkatkan Resiliensi Psikologis WBP di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Purwokerto. Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 11(1), 229–235.

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). *The Structure of Psychological Well-Being Revisited*. Journal of Personality and Social Psychology, 69(4), 719–727.

Salshabella, T. E. (2024). Gambaran Kesejahteraan Psikologis WBP Pemasyarakatan di Lapas Purwodadi. Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa.

Sari, D., Yuliana, E., & Putra, M. (2022). Pengaruh teknik self exploration terhadap peningkatan pemahaman diri peserta didik. Jurnal Pendidikan dan Konseling, 4(3), 145–154.

Sari, N., & Wibowo, M. E. (2023). Efektivitas bimbingan kelompok dalam meningkatkan self-acceptance WBP didik. Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia.r:

Siddiq, H. (2025). Efektivitas teknik art therapy *dalam WBPn kelompok terhadap regulasi emosi dan kecemasan akademik siswa:* Systematic literature review. KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya*, 6*(3), 83–89.

Siregar, R. A., & Daharnis. (2024). Bimbingan kelompok untuk meningkatkan self-acceptance dan pengembangan diri. Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia.

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

Srianturi, Y., Distira, R. P. A., & Fitrianingsih, S. (2024). Efektivitas layanan bimbingan kelompok melalui teknik permainan simulasi untuk meningkatkan perencanaan karier. Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman, 10(2), 211–219.

Subagyo, P. P. (2025). Well-being Pada Narapidana: Sebuah Analisis Bibliometrik. Jurnal Psikologi Forensik Indonesia.

Supriyadi, A. (2021). "Implementasi Sistem Pemasyarakatan dalam Pembinaan Narapidana." Jurnal Pemasyarakatan Indonesia, 15(2), 45–58.

Wilani, N. M. A., Fridari, I. G. A. D., & Suarya, L. M. K. S. (2024). Penerapan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif WBP di Lapas Kerobokan. Buletin Udayana Mengabdi.

Wilani, N. M. A., Fridari, I. G. A. D., & Suarya, L. M. K. S. (2024). Penerapan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif WBP di Lapas Kerobokan.