

HUBUNGAN KEBERSYUKURAN DAN RESILIENSI TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN TINDAK PIDANA UMUM DI LAPAS KELAS II A SRAGEN

Nazza Aulia Azizah; Soleh Amini
Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Warga binaan pemasyarakatan adalah seseorang yang melakukan pelanggaran secara hukum dan telah dijatuhi hukuman atas apa yang sudah dilakukannya. Warga binaan pemasyarakatan yang masuk ke dalam Lapas pasti akan mengalami penyesuaian dengan kondisinya saat ini. Mereka akan mengalami stress, kecemasan dan memunculkan perilaku agresif, sehingga kesejahteraan psikologis nya akan menurun. Warga binaan pemasyarakatan sering kali akan merasa tidak nyaman dan sulit untuk bisa beradaptasi dengan keadaannya saat ini sehingga akan mengalami berbagai persoalan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti hubungan antara Kebersyukuran dan resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan tindak pidana umum. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif-korelasional. Sebanyak 100 warga binaan pemasyarakatan Lapas Kelas IIA Sragen menjadi responden dan dalam pengambilan data nya menggunakan teknik random sampling. Analisis data menggunakan regresi linier berganda. Hasil dari penelitian ini menjelaskan bahwa hipotesis mayor diterima, hal ini berdasarkan Sig yang diperoleh yaitu 0,009 ($<0,05$). Sedangkan hipotesis Minor pada penelitian ini diterima berdasarkan nilai Sig yang diperoleh yaitu Kebersyukuran Sig. 0,007 ($<0,05$) dan resiliensi Sig. 0,003 ($<0,05$) yang dapat disimpulkan bahwa kedua hipotesis minor diterima.

Kata Kunci: Kesejahteraan Psikologis, Kebersyukuran, Resiliensi

Abstract

A convict has committed a legal violation and has been sentenced for what he has done. Prisoners who enter prison will experience adjustments to their current conditions. They will experience stress, and anxiety and develop aggressive behavior so that their psychological well-being will decrease. Prisoners will often feel uncomfortable and find it difficult to adapt to their current situation so they will experience various psychological problems. This study examines the relationship between gratitude and resilience in the psychological well-being of general criminal prisoners. This research uses quantitative-correlational methods. 100 Class IIA Sragen prison inmates were respondents in the data collection using random sampling techniques. Data analysis uses multiple linear regression. The results of this research explain that the major hypothesis is accepted, based on the Sig obtained, namely 0.009 (<0.05). Meanwhile, the Minor hypothesis in this study was accepted based on the Sig value obtained, namely gratitude Sig. 0.007 (<0.05) and resilience Sig. 0.003 (<0.05) which can be concluded that both minor hypotheses are accepted.

Keywords: Psychological Well-Being, Gratitude, Resilience

1. PENDAHULUAN

Tindak kriminal di Indonesia semakin hari semakin meningkat. Tindakan kriminal ini bisa dilakukan oleh siapa saja baik laki laki, perempuan, anak, dewasa, bahkan lanjut usia (lansia). Berdasarkan data Pusat Kriminal Nasional (Pusiknas) Kepolisian RI (Polri), terdapat setidaknya 321.662 kasus kejahatan yang terjadi sepanjang 2022. Indonesia ada beberapa kategori tindak pidana. Menurut Direktorat Putusan Mahkamah Agung Republik Indonesia ada 9 direktori yaitu perdata, TUN, pidana khusus, pidana umum, perdata khusus, perdata agama, pajak, pidana militer, sengketa kewenangan mengadili. Menurut Kemenkumham tindak pidana umum adalah istilah yang biasanya digunakan untuk menyebut tindakan kriminal yang bersifat *independent crime* atau “pidana yang berdiri sendiri”, misalnya penganiayaan, pembunuhan, pencurian. Tindak pidana umum adalah tindak pidana yang diatur dalam KUHP dan masuk kedalam perbuatan yang sifat nya umum, dimana sumber hukumnya berpedoman pada KUHP sebagai sumber hukum materil dan KUHAP yang menjadi sumber hukum formal nya. Jenis-jenis Tindak pidana umum menurut Direktorat Putusan Mahkamah Agung Republik Indonesia adalah kejahatan keamanan negara, penghinaan, penipuan, pengelapan, penganiayaan, pencurian, pemalsuan, pembunuhan, perusakan, perjudian, lalu lintas, penadahan, kealfaan mengakibatkan kematian luka, sumpah palsu dan keterangan palsu, pemerasan dan pengancaman, pra peradilan, kejahatan terhadap kesusilaan, kejahatan terhadap ketertiban umum, kejahatan terhadap asal usul perkawinan, kejahatan terhadap kemerdekaan orang lain, kehutanan, jinayat dan juga pemalsuan uang. Mereka yang sudah melalui proses peradilan akan ditetapkan sebagai warga binaan pemasyarakatan dan menjalani masa hukuman sesuai dengan putusan terhadap tindak pidana yang dilakukan.

Warga binaan pemasyarakatan adalah seseorang yang telah terbukti melakukan tindak pidana baik yang merugikan diri sendiri maupun orang lain dan harus menjalani hukuman di dalam lembaga pemasyarakatan (Nugraeni, 2022). Menurut Undang -Undang nomor 12 tahun 1995 tentang pemasyarakatan yang disebut Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) merupakan lembaga tempat pelaksanaan pembinaan terhadap warga binaan pemasyarakatan dan anak didik pemasyarakatan. Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) adalah tempat dimana para pelaku tindak pidana telah dijatuhi hukuman oleh pengadilan. Lembaga pemasyarakatan juga bertanggung jawab untuk memberikan pembinaan, penahanan dan pengawasan terhadap warga binaan pemasyarakatan yang telah dijatuhi hukuman. Menurut keputusan Menteri Kehakiman Republik Indonesia, Nomor: M.01-PR.07.03 Tahun 1985 memaparkan tujuan dari diberikannya hukuman penjara ini untuk mengembalikan fungsi warga binaan pemasyarakatan menjadi seseorang yang nanti nya bisa kembali untuk menjadi pribadi yang lebih baik ketika sudah kembali kedalam masyarat sesuai dengan nilai nilai yang ada dimasyarakat. Namun, bagi warga binaan pemasyarakatan khususnya

warga binaan pemasyarakatan yang baru pertama kali masuk ke lapas akan merasakan perbedaan yang signifikan dengan berada diluar dan di dalam lapas ini. Menjadi warga binaan pemasyarakatan artinya dipaksa untuk memulai kehidupan baru nya. Artinya warga binaan pemasyarakatan akan memulai dengan lingkungan sosial yang baru dan mencari cara sendiri untuk memenuhi kebutuhan dasarnya dalam kondisi penuh keterbatasan. Kehidupan baru inilah yang nanti nya akan berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis individu. Misalnya saja akan muncul gejala gejala stres, depresi ringan sampai berat dan juga menarik diri dari hubungan sosial. Tekanan yang dialami ketika berhadapan dengan lingkungan Lapas juga rentan memunculkan depresi (Piselli, Elisei, Murgia, Quartesan, & Abram, 2009).

Hasil penelitian dari Witus (2016) dengan judul “Gambaran Tingkat Depresi Pada Warga binaan pemasyarakatan Berdasarkan Karakteristik Individu di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ruteng Tahun 2016” menjelaskan hasil dari jumlah sample yang didapatkan yaitu 90 orang terdapat 40% warga binaan pemasyarakatan yang memiliki tingkat depresi sedang, 27,8% yang memiliki tingkat depresi rendah, 17,8% yang memiliki tingkat depresi berat, dan 14,4% yang memiliki tingkat depresi normal. Kondisi di dalam lapas menimbulkan banyak sekali emosi negatif yang muncul, perasaan tertekan, dan mengharuskan melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan baru di dalam lapas yang tidak sebebaskan saat diluar lapas. Penelitian lainnya dilakukan oleh Wibowo (2013) Prevalensi depresi pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Sragen menunjukan sebanyak 70,4% narapidana mengalami depresi berat, 7,4% narapidana mengalami depresi sedang, dan 22,2% narapidana mengalami depresi ringan. Penelitian yang dilakukan oleh Utami & Pratiwi (2011) pada narapidana wanita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Semarang menunjukan bahwa rata-rata narapidana mengalami depresi ringan, namun sebanyak 35,36% narapidana dengan tingkat depresi sedang, dan 13,91% mengalami depresi berat. Studi-studi tentang pemerataan menunjukkan bahwa prevalensi terjadinya gangguan mental pada narapidana lebih tinggi sekitar 10%-15% dibandingkan dengan populasi pada umumnya (Gunter dkk, 2008)

Seseorang yang merasakan kesejahteraan dalam hidup akan membuat individu tersebut mampu untuk mengatasi tekanan yang dialaminya dan mampu untuk memaknai proses yang terjadi didalam hidupnya (Aqib 2013). Seseorang dapat dikatakan memiliki tingkat kesejahteraan psikologis tinggi apabila seseorang tersebut bisa merasakan kepuasan hidup yang tinggi dan merasakan kebahagiaan dengan intensitas yang tinggi. Selain itu individu juga mampu mengontrol emosi negatif yang muncul misalnya saja kesedihan dan kemarahan. Sedangkan kesejahteraan psikologis seseorang dikatakan rendah apabila seseorang merasa tertekan dan tidak puas terhadap apa yang saat ini dia jalani dan alami. Sulit menunjukkan afeksi dan kebahagiaan sehingga sering kali seseorang itu merasakan emosi negatif lain seperti kesedihan, stres dan depresi ringan (Latipun,

2014). Sehingga dengan adanya pemamaparan tersebut bisa di gambarkan bagaimana kondisi individu yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi dan juga rendah.

Kesejahteraan psikologis adalah kondisi dimana individu mampu menerima segala hal yang ada dalam dirinya, menyadari perkembangan diri, meyakini bahwa hidup itu bermakna dan memiliki tujuan, kualitas hubungan yang baik dengan lingkungan sosial serta mampu menentukan tindakannya (Ryff,1989). Huppert (2009) mengemukakan kesejahteraan psikologis adalah kondisi dimana seseorang merasakan bahwa kehidupannya berjalan dengan baik. hal ini adalah intepretasi dari pengendalian emosi yang baik dan memiliki perasaan positif yang membawa seseorang untuk dapat memaknai setiap apa yang terjadi dalam diri individu. Seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi berarti dirinya memiliki perasaan puas, senang, gembira dan mendapatkan dukungan sosial yang tinggi pula.

Adapun aspek dalam kesejahteraan psikologis yaitu perkembangan pribadi adalah kondisi dimana seseorang dengan pengembangan potensi dalam diri nya secara bertahap untuk tumbuh kembang sebagai individu, penerimaan diri yaitu sebuah bentuk aktulisasi diri, mengoptimalkan potensi diri, penerimaan diri ini adalah terkait dengan kondisi seseorang pada saat ini maupun pengalaman yang sudah terlewati, otonomi yaitu bagaimana seseorang dalam menilai diri sendiri. Dalam hal ini seseorang tidak perlu mencari validasi dan pengakuan dari orang lain, tetapi mampu untuk menilai diri dia sendiri, hubungan positif dengan orang lain yaitu Kemampuan untuk mencintai dan mengkasih menjadi aspek utama dalam kesehatan mental seseorang, tujuan hidup adalah pedoman yang dimiliki oleh seseorang agar hidupnya lebih tertuju dan memiliki makna yang positif, dan penguasaan lingkungan yaitu kemampuan individu untuk menciptakan lingkungan yang nyaman sesuai dengan kondisi psikologisnya (Ryff, 1995).

Kemudian ada juga faktor faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang yaitu usia merupakan faktor yang mempengaruhi bagaimana seseorang bisa mencapai kondisi kesejahteraan psikologis yang baik, jenis kelamin mempengaruhi bagaimana seseorang meningkatkan kesejahteraan psikologis, status sosial ekonomi Status sosial yang tinggi sejalan lurus dengan kondisi kesejahteraan psikologis individu yang lebih baik dari pada individu dengan status sosial rendah dan latar belakang budaya yaitu perbedaan budaya akan berpengaruh pada bagaimana seseorang mencapai kondisi kesejahteraan psikologis nya, kepribadian yaitu sifat dalam diri seseorang yang mempengaruhi bagaimana seseorang dalam bertindak untuk mencapai kesejahteraan hidup dan religiusitas adalah bentuk kepercayaan individu pada tuhan dan cara individu menemukan solusi dari setiap masalah melalui pendekatan religiusitas (Ryff & Keyes, 1995).

Kebersyukuran sering disebut dalam istilah Gratitude atau bersyukur. Sama halnya dengan yang dikemukakan oleh Emmons, McCullough, & Tsang (2003) kata syukur dalam pandangan psikologi positif dapat dikatakan "*gratitude*" yang berasal dari istilah latin yaitu "*gratia*" yang dapat dimaknai sebagai kelembutan atau "*grace*" yang dapat diartikan rahmat, "*gratefulness*" yang berarti rasa bersyukur. Semua kata-kata tersebut memiliki makna yang berhubungan dengan kebaikan dan bagaimana seseorang dapat menerima segala sesuatunya dengan apa adanya. Menurut Watkins, et al (2003) Kebersyukuran adalah suatu perwujudan dari emosi yang dialami oleh seseorang seperti perasaan senang, sedih, dan perasaan yang membuat seseorang lebih baik dalam menjalani segala hal dalam hidupnya. Sedangkan menurut Peterson dan Seligman (2004) Kebersyukuran merupakan suatu bentuk respon atau wujud dari rasa terimakasih terhadap segala sesuatu yang didapatkannya, baik itu adalah sesuatu yang terjadi karena keinginannya ataupun sesuatu yang terjadi bukan karena keinginannya. Menurut Listyandini, R.(2015) Kebersyukuran digambarkan sebagai sebuah perasaan terimakasih atas kebahagiaan dan segala hal baik yang diperoleh di dalam kehidupan baik itu datang nya dari Tuhan, manusia maupun lingkungan kehidupan lainnya sehingga hal tersebut mendorong seseorang untuk melakukan kebaikan dalam kehidupannya.

Kebersyukuran menjadi jembatan masalah dengan solusi bagi warga binaan pemasyarakatan dalam menjalani kehidupan, dengan jalan mensyukuri segala sesuatu yang sudah diterima baik secara materi maupun non materi (batin). Maka manusia akan menemukan makna hidup yang sesungguhnya, yaitu sesuatu yang bisa membuat seseorang menjadi lebih berarti dan berharga dalam kehidupan yang bermuara pada kebahagiaan. Allah dengan jelas menerangkan dalam firmanNya:

"dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memaklumkan; "Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), Maka Sesungguhnya azab-Ku sangat pedih".(QS. Ibrahim (14):7)". Nash Al-Qur'an menjelaskan bahwa orang yang bersyukur sebenarnya mensyukuri dirinya sendiri, sebagaimana firman Allah dalam QS. Luqman (31):12: "Dan barang siapa yang bersyukur (kepada Allah), maka sesungguhnya ia bersyukur untuk dirinya sendiri; dan barang siapa yang tidak bersyukur, sesungguhnya Allah Maha Kaya lagi Maha Terpuji".

Kesejahteraan dan kebahagiaan itu merujuk kepada keyakinan diri akan hakikat terakhir yang mutlak yang dicari-cari itu adalah keyakinan akan Hak Ta'ala dan penuaian amalan yang dikerjakan oleh diri berdasarkan keyakinan itu dan menuruti titah batinnya. Jadi, *subjective well-being* atau kebahagiaan adalah kondisi hati yang dipenuhi dengan keyakinan (iman) dan berperilaku sesuai dengan keyakinannya itu. Dan sejalan dengan firman Allah SWT. Dalam QS. Al-Imron ayat 18

sebagai berikut:

شَهِدَ اللَّهُ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ وَالْمَلَائِكَةُ وَأُولُو الْعِلْمِ قَائِمًا بِالْقِسْطِ ۗ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ

Artinya: Allah menyatakan bahwasanya tidak ada Tuhan melainkan Dia (yang berhak disembah), Yang menegakkan keadilan. Para Malaikat dan orang-orang yang berilmu (juga menyatakan yang demikian itu). Tak ada Tuhan melainkan Dia (yang berhak disembah), Yang Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana. (QS. Al-Imron Ayat 18). Spiritual sebagai sesuatu yang mengacu pada apa yang terkait dengan dunia ruh, dekat dengan Ilahi, mengandung kebatinan dan integritas yang disamakan dengan yang hakiki seperti yang difirmankan Allah dalam QS. Al-Fajr: 27-30:

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ (٢٧) ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً (٢٨) فَادْخُلِي فِي عِبَادِي (٢٩) وَادْخُلِي جَنَّاتِي (٣٠)

Artinya: “Wahai jiwa-jiwa yang tenang (27), kembalilah kepada Tuhanmu dengan rela dan diridlai (28), masuklah ke dalam gelongan hamba-hamba-Ku (29), masuklah ke dalam surga-Ku (30) [Q. S. al-Fajr, 89: 27-30].

Aspek Kebersyukuran menurut Watkins (2003) yaitu, (1) *Sense of abundance* yaitu individu merasa cukup dengan apa yang dimilikinya saat ini dan menerima segala hal baik itu hal yang baik maupun yang buruk. (2) *Simple appreciation* yaitu perlakuan baik seseorang berpengaruh pada kebahagiaan dalam diri individu. (3) *Simple appreciation for other* yaitu apresiasi terhadap orang lain karena memberikan kepuasan dan kesejahteraan pada diri individu sehingga memunculkan emosi yang positif dan mengurangi dampak emosi negatif. Menurut Listyandini (2015) aspek dari Kebersyukuran yaitu rasa apresiasi terhadap sesama, Tuhan dan lingkungan, rasa positif terhadap kehidupan yang dijalani saat ini, dan memiliki kecenderungan untuk melakukan hal yang positif sebagai bentuk apresiasi pada hal hal yang dimiliki.

Menurut McCullough (2002) ada beberapa faktor yang mempengaruhi Kebersyukuran yaitu, (1) Kesejahteraan emosi adalah suatu tingkatan dimana seseorang bisa menanggapi atau bereaksi secara emosional terhadap sesuatu dan memiliki pandangan sendiri tentang nilai kepuasan dalam hidupnya. (2) Prososial, terkait bagaimana seseorang bisa diterima secara baik di lingkungan sosialnya. (2) Religiusitas yaitu terkait bagaimana dan seberapa tinggi atau rendah nya tingkat kepercayaan dan keimanan seseorang terhadap Tuhan YME.

Menurut Connor dan Davidson (2003) resiliensi adalah kemampuan individu untuk memberikan peluang kebangkitan dalam diri sehingga mampu menghadapi kesulitan dalam hidup. Seseorang yang memiliki kemampuan bangkit yang baik dalam hidupnya pasti mampu menemukan cara dan upaya untuk bangkit dari keterpurukan dan kesulitan dalam hidup. Dengan kemampuan tersebut seseorang tetap bisa menghadapi kesulitan dan tidak terpuruk dengan situasi

yang terjadi. Resiliensi menjadi salah satu kompetensi penting dalam memaknai beratnya tantangan dalam hidup (Olson dan Del-rain, 2003). Resiliensi ini menjadi salah satu cara individu untuk mencapai kesejahteraan mental. Dengan bangkit dari keterpurukan dapat membuat individu menjadi lebih semangat dalam menjalani kehidupan dan menerima segala kondisi yang sedang dia rasakan saat ini. Menurut Herman, et al (2011) resiliensi adalah kemampuan individu untuk menyesuaikan diri nya dalam kondisi yang menyebabkan dirinya terpuruk. Kemampuan bangkit dari keterpurukan ini tidak semua orang memiliki nya. Sehingga seseorang yang dengan resiliensi tinggi maka akan tetap tenang dalam menghadapi kemalangan yang dihadapi nya. Desmita (2011) mendefinisikan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu dalam menghadapi dan mengurangi dampak negatif dari kondisi tidak menyenangkan yang dihadapi atau dialami oleh individu. Kemampuan ini memungkinkan individu untuk meminimalkan efek negatif dari keadaan yang penuh tekanan dan penderitaan menjadi kondisi yang wajar dan mampu dijalani dengan semestinya oleh individu.

Aspek resiliensi menurut Connor & Davidson (2003) ada 5 yaitu: (1) Kompetensi pribadi, standar tinggi, dan keuletan; (2) kepercayaan pada diri individu, toleransi pada efek negatif, dan mampu menghadapi stress; (3) mampu menerima perubahan yang positif dan dapat berhubungan baik dengan sesama; (4) dapat mengendalikan diri dan; (5) spiritual.

Herman et al., (2011) mengungkapkan bahwa ada 3 hal yang menjadi faktor dalam membangun resiliensi dalam diri seseorang yaitu *personal factors* (sifat kepribadian, fungsi intelektual, regulasi emosi, dan optimisme), *biological factors* (perkembangan struktur otak), dan *environmental-systemic factors* (dukungan sosial, budaya, dan stabilitas keluarga). Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Edriany dkk. (2021) menunjukkan bahwa resiliensi berpengaruh positif dan signifikan terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis.

Penelitian yang dilakukan Lina & Nur'aeni (2019) yang berjudul “Resiliensi dan kesejahteraan pada orang tua yang memiliki anak disabilitas intelektual” menjelaskan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara resiliensi dengan kesejahteraan psikologis. Sumbangan efektif resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 52,6%. Kemudian dalam penelitian yang dilakukan oleh Asti & Rohmatun (2018) yang berjudul “Kebersyukuran kaitannya dengan Kesejahteraan Psikologis pada Guru Honorer Sekolah Dasar” memaparkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara Kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis. Sumbangan efektif yang diberikan terhadap kesejahteraan psikologis adalah sebesar 55,4%. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Hertinjung, dkk (2022) yang berjudul “Hubungan Kebersyukuran dan Resiliensi dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja Selama Pandemi” memaparkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Kebersyukuran dan resiliensi dengan kesejahteraan psikologis.

Sumbangan efektif variabel Kebersyukuran dan resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 56,6% dan masih terdapat 43,4% faktor lainnya yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Dari penelitian ini peneliti akan menggunakan variabel yang sama namun dengan subjek penelitian yang berbeda. Peneliti akan meneliti hubungan antara Kebersyukuran dan resiliensi terhadap kesejahteraan pada warga binaan pemasyarakatan tindak pidana umum. Untuk diketahui korelasinya antar variabel yang akan diteliti.

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan oleh peneliti maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: (1) apakah ada hubungan antara Kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis pada warga binaan pemasyarakatan tindak pidana umum?; (2) apakah ada pengaruh antara resiliensi dengan kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan tindak pidana umum?; (3) apakah ada hubungan antara Kebersyukuran dan resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan tindak pidana umum?

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan korelasi antara Kebersyukuran dan resiliensi dengan kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan tindak pidana umum. Sehingga melalui penelitian ini nantinya dapat dilihat bagaimana faktor internal kesejahteraan psikologi yaitu Kebersyukuran dan resiliensi dapat berkontribusi untuk mengantisipasi berkurangnya peran faktor eksternal sebagai akibat dari perubahan kondisi yang dialami oleh Warga binaan pemasyarakatan.

Berdasarkan tujuan dari penelitian ini maka dirumuskan bahwa manfaat hasil dari penelitian ini nanti diharapkan bisa memberikan dan menambah informasi pada bidang ilmu psikologi. Selain itu, hasil dari penelitian ini juga dapat memberikan pengetahuan kepada pembaca tentang kondisi kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan tindak pidana umum di Lapas kela 2A Sragen Serta dapat memberikan pemahaman penting tentang Kebersyukuran dan resiliensi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang.

Kebersyukuran atau Kebersyukuran menjadi salah satu hal yang membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan. perilaku syukur yang tinggi terhadap diri sendiri akan meningkatkan kesejahteraan psikologis individu (Rhayu & Setiawati, 2019). Menurut Rahman (2023) Kebersyukuran menjadi salah satu pembuktian dari religiusitas manusia yang beragama. Kebersyukuran merupakan salah satu aspek dalam religiusitas. Menurut Watkins, dkk (2003) individu yang memiliki Kebersyukuran yang tinggi maka bisa gambarkan bahwa tingkat religiusitasnya juga tinggi. Karena Kebersyukuran bisa dikatakan memiliki keterkaitan erat dengan religiusitas. Connor & Davidson (2003) mengungkapkan terkait dengan resillien, yaitu suatu kondisi dimana seseorang mampu untuk menghadapi tantangan baru dalam hidup mereka.

Hipotesis penelitian ini adalah: 1) Ada hubungan antara Kebersyukuran dan resiliensi dengan

kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan tindak pidana umum. 2) Ada hubungan positif antara Kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan tindak pidana umum. 3) Ada hubungan positif antara resiliensi dengan kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan tindak pidana umum..

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional yaitu metode penelitian yang menggunakan statistik pengukuran untuk mengukur bagaimana pengaruh antara dua atau lebih variabel (Creswell, 2014). Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan hubungan antara variabel bebas yaitu Kebersyukuran dan resiliensi dengan variabel tergantung yaitu kesejahteraan psikologis. Analisis data menggunakan teknik analisis regresi berganda untuk membuktikan pengaruh dari ketiga variabel yang akan diteliti oleh peneliti. Teknik analisis regresi berganda yaitu teknik analisis yang bertujuan untuk mengungkap hubungan antara dua variabel independen dan variabel dependen (Suharyadi dan Purwanto, 2004).

Variabel penelitian adalah atribut atau sifat dari sebuah benda, objek, atau kegiatan yang memiliki variasi yang telah ditentukan oleh penelitian sebelum melakukan penelitian untuk nantinya bisa ditarik sebuah kesimpulan dari penelitian (Sugiyono, 2013) Variabel Tergantung (Y) Kesejahteraan Psikologis sedangkan Variabel Bebas (X1) Kebersyukuran dan (X2) Resiliensi.

2.1. Definisi Operasional dari tiap variabel penelitian:

Kesejahteraan Psikologis adalah kondisi individu dapat melakukan segala sesuatunya dengan baik serta dapat menerima segala hal dalam hidupnya dengan ikhlas, memiliki kemampuan untuk bersosialisasi dengan baik, tidak bergantung pada orang lain, dapat memaknai hidupnya dengan baik sehingga mampu untuk mencapai suatu tujuan dalam hidupnya. Variabel kesejahteraan psikologi diukur berdasarkan pada alat ukur yang telah dikembangkan oleh Ryff (1995). Yang berisikan beberapa aspek yaitu: penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

Kebersyukuran adalah perwujudan dari perasaan puas dan nikmat dari segala sesuatu yang didapatkan baik itu berasal dari orang lain yang berupa materi atau kebaikan ataupun nikmat dan rezeki yang berasal dari Tuhan. Alat ukur yang digunakan oleh peneliti mengadaptasi dari teori Listyandini (2015) yang terdiri dari beberapa aspek yaitu syukur dengan hati, syukur dengan lisan, dan syukur dengan perbuatan.

Resiliensi adalah sikap atau perbuatan yang dilakukan oleh individu khususnya mereka

yang berada dalam tekanan seperti warga binaan pemasyarakatan yang harus mampu menyesuaikan dirinya didalam lapas untuk terus bangkit dan berusaha untuk menjadi yang lebih baik kedepannya. Untuk mengukur resiliensi peneliti menggunakan aspek resiliensi dari Connor dan Davidson (2003) yaitu *personal competence; high standard and tenacity, trust in one's instincts; tolerance of negative affect; strengthening effect, positive acceptance of change and secure relationship, control and faktor, spiritual influences.*

2.2. Populasi, Sampel, Teknik Sampling

Populasi adalah gambaran dari data yang jumlahnya sangat banyak dan luas yang ada dalam sebuah penelitian (Darmawan, 2016). Populasi yang digunakan adalah Warga Binaan Pemasyarakatan Tindak pidana Umum di Lapas Kelas 2A Sragen dengan jumlah 455 orang (*per tanggal 5 Juli*).

Sampel merupakan bagian dari sebuah populasi yang akan di ambil untuk data penelitian (Suharyadi & Purwanto, 2016). Sampel dalam penelitian ini berjumlah 100 orang responden dengan minimal sampel sejumlah 81 orang responden. Jumlah sampel ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin yang berlandaskan pada jumlah populasi penelitian.

Teknik yang digunakan adalah simple random sampling yang dimana nanti peneliti akan memilih warga binaan pemasyarakatan tindak pidana umum secara acak untuk mengisi pernyataan yang diberikan dalam selembar kertas. Metode yang digunakan adalah purposive sampling yang dikenakan pada seluruh populasi yang memenuhi syarat. Penelitian ini menggunakan rumus Slovin dengan taraf kesalahan 0,1 dengan perhitungan sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan :

n : Jumlah sampel

N : Jumlah populasi penelitian

e : Toleransi kesalahan

Perhitungan :

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$
$$n = \frac{455}{1 + 455(0,1)^2}$$

$$n = \frac{455}{5.55}$$

$$n = 81,981981982$$

$n = 81$

Pengambilan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala. Menurut Sugiyono (2019), skala adalah suatu jenis pengukuran yang telah disepakati untuk menghasilkan data kuantitatif, di gunakan untuk mengetahui suatu interval dalam alat ukur dan bila digunakan akan menghasilkan data berupa data angka, kuantitatif, peneliti juga menggunakan skala dengan 4 kategori untuk mendapatkan jawaban yang netral dan mendapatkan jawaban yang pasti tentang kondisi sebenarnya subjek. Penelitian ini skala yang digunakan adalah skala kesejahteraan psikologis, Kebersyukuran, dan resiliensi. Model skala yang digunakan adalah skala pengukuran psikologis. Terdapat 2 jenis pernyataan dalam skala pengukuran psikologis yaitu pernyataan *Favorabel* untuk mengukur skala pernyataan positif yang kemudian diberi skor 4,3,2,1 dan pernyataan *Unfavorabel* yang digunakan untuk mengukur skala pernyataan negatif dengan skor 1,2,3,4 (Sugiyono, 2017). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 4 pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS).

Tabel 1. *Favourable dan Unfavourable*

<i>Favorable</i>	<i>Skor</i>	<i>Unfavorable</i>	<i>Skor</i>
Sangat Sesuai (SS)	4	Sangat Sesuai (SS)	1
Setuju (S)	3	Sesuai (S)	2
Tidak Sesuai (TS)	2	Tidak Sesuai (TS)	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	Sangat Tidak Sesuai (STS)	4

Variabel kesejahteraan psikologi diukur berdasarkan pada alat ukur yang telah dikembangkan oleh Ryff (1995). Yang berisikan beberapa aspek yaitu: penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

Tabel 2. *Blueprint kesejahteraan psikologis sebelum expert judgement*

No	Aspek	Indikator	Fav	Unfav	Jumlah
1.	Otonomi (<i>Autonomy</i>)	Perasaan untuk bisa menentukan takdir sendiri	1,4	2,11	4
2.	Penguasaan terhadap lingkungan	Memiliki kemampuan untuk dapat mengelola lingkungan serta kehidupan sekitarnya	7,5	3,6	4

	<i>(Environmental mastery)</i>				
3.	Pertumbuhan diri sendiri <i>(Personal growth)</i>	Mampu untuk bersikap terbuka pada hal yang baru	9,10	8,12	4
4.	Hubungan positif terhadap diri pribadi maupun orang lain <i>(Positive relation)</i>	Kemampuan untuk menjalin hubungan yang baik dengan orang lain	15,17,14	13	4
5.	Tujuan dalam hidup <i>(Purpose in life)</i>	Tujuan hidup yang jelas	16,19	18	3
6.	Menerima diri sendiri <i>(Self acceptance)</i>	Sikap yang baik pada diri pribadi dan menerima kondisi yang telah lalu	21,22	20	3
	Jumlah				22

Variabel Kebersyukuran menggunakan Alat ukur yang digunakan oleh peneliti mengadaptasi dari teori Listyandini (2015) yang terdiri dari beberapa aspek yaitu syukur dengan hati, syukur dengan lisan, dan syukur dengan perbuatan.

Tabel 3. *Blueprint skala Kebersyukuran sebelum expert judgement*

No	Aspek	Jenis	Indikator	Fav	Unfav	Jumlah
1.	Rasa apresiasi terhadap Tuhan, diri sendiri, orang lain dan juga lingkungan	Tranpersonal	a. Menyadari bahwa hal menyenangkan sederhana itu itu datangnya dari Tuhan	1	2	2
			b. Mengakui kebaikan Tuhan untuk kita	3	-	1

	sekalipun		c. Memandang tuhan serta hidup dengan positif	5	4	2
		Personal	a. Menyadari bahwa kesenangan sederhana juga datang dari orang lain	7	8	2
			b. Mengakui bahwa ada peran orang lain dalam kehidupan kita	9	-	1
			c. Berpikiran positif terhadap orang lain	6	10	2
2.	Perasaan yang positif terhadap kehidupan yang saat ini dijalani	Transpersonal	a. Memiliki rasa puas terhadap hidup	11	-	1
			b. Merasa bahwa dirinya bisa bahagia	-	12	1
		Personal	a. Merasa bahagia berkat kehadiran orang lain disekitar kita	13	-	1
3.	Cenderung bertindak sebagai bentuk syukur dari munculnya perasaan positif dan segala hal yang dimiliki	Transpersonal	a. Melakukan ibadah sebagai wujud ketakwaan kepada Tuhan	14	15	2
			b. Menjalani aktivitas sebaik yang dia mampu sebagai wujud syukur kepada Tuhan	16	17	2
		Personal	a. Membantu orang lain sebagai tanda terimakasih	18	-	1

			b. Memberikan balasan yang setimpal atas segala bantuan yang diberikan oleh orang lain	19	-	1
Jumlah						19

Yang terakhir adalah variabel resiliensi. Untuk mengukur resiliensi peneliti menggunakan aspek resiliensi dari Connor dan Davidson (2003) yaitu *personal competence; high standard and tenacity, trust in one's instincts; tolerance of negative affect; strengthening effect, positive acceptance of change and secure relationship, control and faktor, spiritual influences*.

Tabel 4. Blueprint skala resiliensi sebelum expert judgement

No	Aspek	Indikator	Fav	Unfav	Jumlah
1.	Personal competence; high standard and tenacity	a. Menjadi seseorang yang memiliki kompetensi dalam diri	1,4	2	3
		b. Menjadi pribadi yang tekun	3,5	-	2
		c. Memiliki standar diri yang tinggi	6,9	8	3
2.	<i>Trust in one's instincts; tolerance of negative affect; strengthening effect of stress</i>	a. Percaya pada kata hati	7	-	1
		b. Memiliki toleransi yang baik terhadap hal yang buruk	10	-	1
		c. Mampu mengatasi hal hal yang menyebabkan stress	11	13	2
3.	<i>Positive acceptance of change and secure relationship</i>	a. Mampu menyikapi perubahan dengan positif	12	14	2
		b. Memiliki kemampuan untuk menjaga hubungan baik dengan sesama	16	15	2
4.	<i>Control and faktor</i>	a. Memiliki kontrol diri yang baik	17	19	2
5.	<i>Spiritual influences</i>	a. Memiliki keimanan dan percaya pada Tuhan	18	-	1

	b. Memiliki kepercayaan terhadap takdir Tuhan	20	-	1
Jumlah				20

Dari ketiga blueprint skala diatas dilakukan expert judgement untuk mengetahui validitas dan reliabilitas dari skala Kesejahteraan psikologis, Kebersyukuran dan resiliensi. Uji expert jugment dilakukan dengan 5 reter yang merupakan dosen fakultas psikologi UMS. Setelah dilakukan expert jugment maka dihasilkan blueprint skala baru sebagai berikut:

Tabel 5. Blueprint skala kesejahteraan psikologis setelah expert jugment

No	Aspek	Indikator	Fav	Unfav	Jumlah
1.	Otonomi (<i>Autonomy</i>)	Perasaan untuk bisa menentukan takdir sendiri	1	11	2
2.	Penguasaan terhadap lingkungan (<i>Environmental mastery</i>)	Memiliki kemampuan untuk dapat mengelola lingkungan serta kehidupan sekitarnya	5	3	2
3.	Pertumbuhan diri sendiri (<i>Personal growth</i>)	Mampu untuk bersikap terbuka pada hal yang baru	9,10	8,12	4
4.	Hubungan positif terhadap diri pribadi maupun orang lain (<i>Positive relation</i>)	Kemampuan untuk menjalin hubungan yang baik dengan orang lain	17,14	13	3
5.	Tujuan dalam hidup (<i>Purpose in life</i>)	Tujuan hidup yang jelas	19	18	2
6.	Menerima diri sendiri (<i>Self acceptance</i>)	Sikap yang baik pada diri pribadi dan menerima kondisi yang telah lalu	21,22	20	3
Jumlah					16

Pada variabel kesejahteraan psikologis setelah dilakukan expert jugment maka didapatkan 16 aitem yang layak untuk dijadikan aitem kuisisioner untuk warga binaan pemsyarakatan. Dengan total aitem yang gugur sebanyak 6 aitem.

Tabel 6. Blueprint skala Kebersyukuran setelah expert jugment

No	Aspek	Jenis	Indikator	Fav	Unfav	Jumlah
1.	Rasa apresiasi terhadap Tuhan, diri sendiri, orang lain dan juga lingkungan sekalipun	Tranpersonal	a. Menyadari bahwa hal menyenangkan sederhana itu itu datangnya dari Tuhan	1	2	2
			b. Mengakui kebaikan Tuhan untuk kita	3	-	1
			c. Memandang tuhan serta hidup dengan positif	5	-	1
		Personal	a. Menyadari bahwa kesenangan sederhana juga datang dari orang lain	7	8	2
			b. Mengakui bahwa ada peran orang lain dalam kehidupan kita	9	-	1
			c. Berpikiran positif terhadap orang lain	-	10	1
2.	Perasaan yang positif terhadap kehidupan yang saat ini dijalani	Transpersonal	a. Memiliki rasa puas terhadap hidup	-	-	-
			b. Merasa bahwa dirinya bisa bahagia	-	12	1
		Personal	a. Merasa bahagia berkat kehadiran orang lain disekitar kita	-	-	-
3.	Cenderung bertindak	Transpersonal	a. Melakukan ibadah sebagai wujud	14	15	2

sebagai bentuk syukur dari munculnya perasaan positif dan segala hal yang dimiliki		ketakwaan kepada Tuhan			
		b. Menjalani aktivitas sebaik yang dia mampu sebagai wujud syukur kepada Tuhan	16	-	1
	Personal	a. Membantu orang lain sebagai tanda terimakasih	18	-	1
		b. Memberikan balasan yang setimpal atas segala bantuan yang diberikan oleh orang lain	-	-	-
Jumlah					13

Pada variabel Kebersyukuran setelah dilakukan expert judgment maka didapatkan 13 aitem yang layak untuk dijadikan aitem kuisioner untuk warga binaan pemasyarakatan. Dengan total aitem yang gugur sebanyak 6 aitem.

Tabel 7. Blueprint skala resiliensi setelah expert judgment

No	Aspek	Indikator	Fav	Unfav	Jumlah
1.	Personal competence; high standard and tenacity	a. Menjadi seseorang yang memiliki kompetensi dalam diri	-	2	1
		b. Menjadi pribadi yang tekun	3	-	1
		c. Memiliki standar diri yang tinggi	6,9	-	2
2.	<i>Trust in one's instincts; tolerance of negative affect; strengthening effect of stress</i>	a. Percaya pada kata hati	7	-	1
		b. Memiliki toleransi yang baik terhadap hal yang buruk	-	-	-

		c. Mampu mengatasi hal hal yang menyebabkan stress	11	13	2
3.	<i>Positive acceptance of change and secure relationship</i>	a. Mampu menyikapi perubahan dengan positif	-	14	1
		b. Memiliki kemampuan untuk menjaga hubungan baik dengan sesama	16	15	2
4.	<i>Control and factor</i>	a. Memiliki kontrol diri yang baik	17	19	2
5.	<i>Spiritual influences</i>	a. Memiliki keimanan dan percaya pada Tuhan	18	-	1
		b. Memiliki kepercayaan terhadap takdir Tuhan	-	-	-
Jumlah					13

Pada variabel resiliensi setelah dilakukan expert judgment maka didapatkan 13 aitem yang layak untuk dijadikan aitem kuisisioner untuk warga binaan pemsyarakatan. Dengan total aitem yang gugur sebanyak 7 aitem.

2.3. Validitas dan reliabilitas

Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan bahwa alat ukur yang akan digunakan layak dan bisa digunakan untuk mengukur hal yang akan diukur (Sugiyono, 2005). Validitas yang digunakan adalah validitas isi untuk melihat kecocokan blueprint dengan aitem aitem dengan meminta pendapat dari ahli atau reter dengan menggunakan expert judgment. Karena menggunakan 5 reter maka validitas dari aitem tersebut harus berada minimal diangka 0,8 dan 0,75 tetap bisa digunakan dengan asumsi bahwa aitem pernyataan tersebut sudah diperbaiki sesuai dengan saran dari reter. Sehingga alat ukur dapat digunakan untuk mengukur suatu variabel. Deskripsi dari hasil aiken V dari 5 reter sebagai berikut:

Tabel 8. Hasil Aiken V

Kebersyukuran			Resiliensi			Kesejahteraan Psikologis		
Butir	V	Ket	Butir	V	Ket	Butir	V	Ket
item 1	0,8	TINGGI	item 1	0,55	SEDANG	item 1	0,8	TINGGI

Kebersyukuran			Resiliensi			Kesejahteraan Psikologis		
Butir	V	Ket	Butir	V	Ket	Butir	V	Ket
item 2	0,7	SEDANG	item 2	0,8	TINGGI	item 2	0,7	SEDANG
item 3	0,8	TINGGI	item 3	0,9	TINGGI	item 3	0,8	TINGGI
item 4	0,7	SEDANG	item 4	0,6	SEDANG	item 4	0,7	SEDANG
item 5	0,8	TINGGI	item 5	0,6	SEDANG	item 5	0,8	TINGGI
item 6	0,3	RENDAH	item 6	0,8	TINGGI	item 6	0,3	RENDAH
item 7	0,4	RENDAH	item 7	0,8	TINGGI	item 7	0,4	RENDAH
item 8	0,8	TINGGI	item 8	0,6	SEDANG	item 8	0,8	TINGGI
item 9	0,8	TINGGI	item 9	0,8	TINGGI	item 9	0,8	TINGGI
item 10	0,8	TINGGI	item 10	0,65	SEDANG	item 10	0,8	TINGGI
item 11	0,85	TINGGI	item 11	0,8	TINGGI	item 11	0,85	TINGGI
item 12	0,85	TINGGI	item 12	0,5	SEDANG	item 12	0,85	TINGGI
item 13	0,8	TINGGI	item 13	0,9	TINGGI	item 13	0,8	TINGGI
item 14	0,8	TINGGI	item 14	0,8	TINGGI	item 14	0,8	TINGGI
item 15	0,6	SEDANG	item 15	0,8	TINGGI	item 15	0,6	SEDANG
item 16	0,5	SEDANG	item 16	0,8	TINGGI	Item 16	0,5	SEDANG
item 17	0,8	TINGGI	item 17	0,8	TINGGI	Item 17	0,8	TINGGI
item 18	0,8	TINGGI	item 18	0,8	TINGGI	Item 18	0,8	TINGGI
item 19	0,8	TINGGI	item 19	0,8	TINGGI	Item 19	0,8	TINGGI
item 20	0,75	SEDANG	item 20	0,6	SEDANG	Item 20	0,75	SEDANG
Item 21	0,85	TINGGI	item 21	0,7	SEDANG	Item 21	0,85	TINGGI
Item 22	0,8	TINGGI	item 22	0,95	TINGGI	Item 22	0,8	TINGGI
			item 23	0,75	SEDANG			

Untuk menguji reliabilitas maka peneliti menggunakan SPSS untuk melakukan uji statistik Cronbach Alpha >0,6 maka instrument alat tersebut dikatakan reliabel. Dari hasil pengujian yang sudah dilakukan untuk skala kesejahteraan psikologis memperoleh 0,694 , kemudian untuk skala Kebersyukuran mendapatkan skor reliabilitas sebesar 0,673, dan untuk skala resiliensi mendapatkan skor reliabilitas sebesar 0,65 . dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa nilai koefisien alpha >0,06 sehingga dapat dikatakan bahwa variabel dan alat ukur yang akan digunakan layak untuk dijadikan pengumpul data.

Tabel 9. Hasil Uji Reliabilitas skala

Variabel	Reliability Statistics	
	Cronbach's Alpha	N of Items
Kebersyukuran	.673	13
Resiliensi	.650	13
Kesejahteraan Psikologis	.694	16

Penelitian ini menggunakan analisis regresi linear berganda yang digunakan untuk peneliti mengetahui apakah terdapat pengaruh antar variabel yang diteliti antara variabel tergantung dengan dua atau lebih variabel bebas. (Uyanik & Guler, 2013). Analisis data ini dilakukan dengan bantuan SPSS Version 26 for windows yang mana nantinya akan membandingkan nilai signifikansi dengan probabilitas 0,05. Perlu untuk dilakukan uji asumsi dasar klasik untuk bisa melakukan uji hipotesis yang berupa uji normalitas, uji linieritas, uji multikolonieritas, dan uji heterokedastisitas, uji hipotesis minor menggunakan uji T, sementara uji hipotesis mayor menggunakan uji F.

Uji normalitas digunakan untuk melihat apakah nilai residual tersebut normal atau tidak. Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah ada sifat linier antara dua variabel yang diidentifikasi pada suatu teori sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan peneliti. Uji multikolonieritas digunakan untuk menghitung apakah ada korelasi yang kuat antara variabel independent (Kebersyukuran dan resiliensi) dengan model regresi linear berganda. Apabila terdapat hubungan yang kuat antara variabel independent maka hal ini dapat disimpulkan bahwa prediksi model regresi akan terganggu. Uji heterokedastisitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang tidak sama antara residu satu dengan pengamatan lainnya. Uji hipotesis minor adalah uji t yang dilakukan untuk mengetahui perbandingan rata-rata dua variabel dan untuk mengetahui apakah rata-rata tersebut signifikan. Uji hipotesis mayor dilakukan dengan menggunakan uji F yang nantinya akan menghasilkan output berupa perbandingan hipotesis antara dua atau lebih variabel.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Penelitian dilakukan di Lapas Kelas IIA Sragen yang merupakan lembaga permasyarakatan dibawah naungan Kemenkumham. Lapas Kelas IIA Sragen adalah salah satu lembaga permasyarakatan yang berada di Karesidenan Surakarta dan memiliki lebih dari 500 Warga binaan permasyarakatan. pada penelitian ini peneliti melibatkan warga binaan permasyarakatan tindak pidana umum yang berjumlah 455 warga binaan permasyarakatan dan peneliti akan menggunakan 100 responden dengan klasifikasi warga binaan permasyarakatan tindak pidana umum yang ada di Lapas Kelas IIA Sragen. Pada saat peneliti melakukan penelitian warga binaan permasyarakatan yang ada di lapas berjenis kelamin laki laki dan berusia antara 20 – 50 tahun. Berikut frekuensi dari responden:

Tabel 10. Distribusi Responden

Kategori	frekuensi	Presentase
----------	-----------	------------

Jenis kelamin	Laki laki	100	100%
Usia	20-30 tahun	60	60%
	30-50 tahun	40	40%
Tindak Pidana	Penganiayaan	19	19%
	Pencurian	30	30%
	Pengelapan	12	12%
	Penipuan	17	17%
	Penggelapan	10	10%
	Perjudian	12	12%

Data per tanggal 5 Juli 2024

Tabel diatas menunjukkan bahwa dalam penelitian ini melibatkan 100 responden warga binaan pemasyarakatan yang terdiri keseluruhannya laki laki dan jika dilihat dari usia untuk usia 20-30 tahun terdapat 60 (60%) responden dan untuk 31-50 tahun terdapat 40 (40%).

3.1.1. Uji Asumsi Klasik

Uji Normalitas

Pada penelitian ini peneliti akan melakukan uji normalitas menggunakan uji non-parametrik One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test (K-S). Dalam hal ini apabila nilai ($p > 0,05$) maka data dapat dikatakan terdistribusi normal, namun bila nilai ($p < 0,05$) maka data terdistribusi tidak normal. Berikut hasil pengujiannya.

Tabel 11. Uji Normalitas

		Kesejahteraan Psikologis	Resiliensi	Kebersyukuran
N		100	100	100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	48.19	42.83	43.54
	Std. Deviation	3.271	5.516	4.827
Most Extreme Differences	Absolute	.188	.096	.115
	Positive	.070	.060	.064
	Negative	-.188	-.096	-.115
Test Statistic		.188	.096	.115
Monte Carlo	Sig.	.067 ^d	.240 ^d	.100 ^d

Sig. (2-tailed)	99% Confidence Interval	Lower Bound	.044	.130	.023
		Upper Bound	.145	.350	.177

Berdasarkan dari Uji Normalitas Kolmogrov-Smirnov Test dengan menggunakan teknik Monte Carlo didapatkan nilai signifikan tiap variabel sebesar 0,1 untuk variabel Kebersyukuran, kemudian untuk variabel resiliensi mendapatkan nilai signifikan sebesar 0,24 dan untuk variabel kesejahteraan psikologis mendapatkan nilai signifikan sebesar 0,067. Dalam hal ini berdasarkan hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa seluruh data terdistribusi normal.

Uji linearitas

Dalam penelitian ini dilakukan uji linearitas untuk mengetahui ada tidak nya hubungan yang linear antara variabel bebas terhadap variabel terikat yang diuji. Hasil pengujian lineritas adalah sebagai berikut:

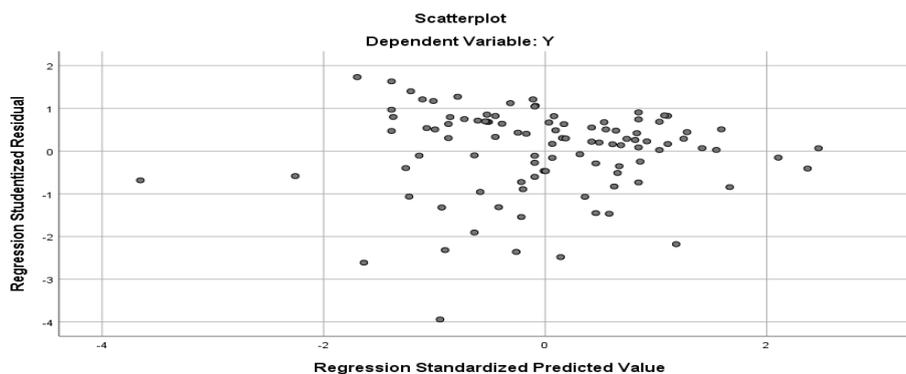
Tabel 12. Hasil uji Linearitas

Variabel	Nilai F	Sig.	Keterangan
Kebersyukuran	14,870	0,032	Linear
Resiliensi	1,793	0,045	Linear

Hasil uji linearitas pada penelitian ini menunjukkan bahwa pada variabel Kebersyukuran dengan variabel kesejahteraan psikologis diperoleh nilai $F=14,870$ dengan linearity sig sebesar 0,032 ($p < 0,05$) maka dari itu dapat disimpulkan bahwa variabel Kebersyukuran memiliki hubungan linear dengan variabel kesejahteraan psikologis. Kemudian untuk variabel resiliensi dengan kesejahteraan psikologis diperoleh nilai $F=1,793$ dengan linearity sig sebesar 0,045 ($p < 0,05$) yang artinya variabel resiliensi memiliki hubungan linear dengan variabel kesejahteraan psikologis.

Uji Heterokedastisitas

Pengujian ini memiliki tujuan untuk mengetahui model regresi dalam penelitian ini apakah terjadi ketidaksamaan variance dari residual satu pengamatan ke pengamatan lain. Berikut gambar pola scatterplot:



Gambar 1. Uji Heterokedastisitas Scatterplot

Berdasarkan gambar scatterplot diatas, data tersebar secara acak dan tidak memiliki pola.

Tabel 13. Uji Heterokedastisitas

Variabel	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Kebersyukuran	.896	Tidak terjadi Heterokedastisitas
Resiliensi	.518	Tidak terjadi Heterokedastisitas

Berdasarkan tabel hasil uji heterokedastisitas diatas dapat diketahui bahwa nilai p-value atau sig, (2-tailed) pada variabel Kebersyukuran $0,896 > 0,05$ yang artinya tidak terjadi heterokedastisitas pada variabel Kebersyukuran. Kemudian pada variabel Resiliensi $0,518 > 0,05$ pada uji Spearman yang artinya variabel resiliensi tidak terjadi heterokedastisitas.

Uji Multikolonieritas

Uji Multikolonieritas bertujuan untuk mengetahui apakah model regresi ditemukan adanya korelasi antar variabel bebas (dependent). Untuk mengetahui ada atau tidaknya multikolonieritas dalam model regresi.

Tabel 14. Uji Multikolonieritas

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Kebersyukuran	0,484	2,065	Tidak Terjadi Multikolonieritas
Resiliensi	0,484	2,065	Tidak Terjadi Multikolonieritas

Hasil uji multikolonieritas pada penelitian ini menunjukkan bahwa variabel Kebersyukuran dan resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis, diperoleh $VIF = 2,065 < 10$ dengan tolerance value $0,484 > 0,1$ yang artinya tidak terjadi multikolonieritas pada variabel Kebersyukuran dan resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis.

Uji Hipotesis Mayor

Tabel 15. Uji Hipotesis Mayor

Variabel	F	Sig.	Keterangan
Kebersyukuran, Resiliensi, Kesejahteraan psikologis	4,896	0,009	Terdapat pengaruh yang signifikan

Hasil uji hipotesis variabel Kebersyukuran dan variabel resiliensi terhadap variabel kesejahteraan psikologi diperoleh nilai F sebesar 4,896 dengan nilai sig. sebesar 0.009 ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan antara variabel Kebersyukuran dan resiliensi terhadap variabel kesejahteraan psikologis yang bersifat signifikan. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis mayor dari penelitian ini diterima.

Uji Hipotesis Minor

Tabel 16. Uji Hipotesis Minor

Variabel	Correlation	Sig.	Keterangan
Kebersyukuran terhadap Kesejahteraan psikologis	0,387	0,007	Ada hubungan positif yang signifikan
Resiliensi terhadap Kesejahteraan Psikologis	0,417	0,003	Ada hubungan positif yang signifikan

Hubungan variabel Kebersyukuran dengan variabel kesejahteraan psikologis dihasilkan nilai $r = 0,387$ dan $sig = 0,007$ ($p < 0,05$), yang artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel Kebersyukuran dan variabel kesejahteraan psikologis. Kemudian untuk hubungan variabel resiliensi dengan variabel kesejahteraan psikologis diperoleh $r = 0,417$ dan $sig = 0,003$ ($p < 0,05$), yang mana berarti terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel resiliensi dan variabel kesejahteraan psikologis. Dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa hipotesis minor pertama dan kedua dari penelitian ini diterima.

Sumbangan Efektif dan Kategorisasi

Tabel 17. Sumbangan efektif

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
.503 ^a	.370	.373	8.151

Berdasarkan pada hasil pengujian hipotesis mayor dan minor, hasil sumbangan

positif mengacu pada nilai R^2 (*R square*)= 0,370 (37%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel Kebersyukuran dan resiliensi memiliki sumbangan efektif terhadap variabel kesejahteraan psikologis sebesar 37%. Dengan rincian variabel Kebersyukuran 26,47% dan variabel resiliensi sebesar 10,53% dengan sisa sebesar 63% merupakan pengaruh dari faktor lain yang ada di variabel lain selain yang diteliti peneliti.

Berdasarkan analisis yang sudah dilakukan data dalam penelitian ini terbagi ke dalam 3 kategori yakni kategori rendah, kategori sedang, dan kategori tinggi.

Tabel 18. Kategorisasi Kebersyukuran

Skor Interval	Kategori	Rerata Hipotetik	Rerata Empirik	Frekuensi (ΣN)	%
$X < 38,7$	Rendah	32,5		19	19%
$38,8 \leq X < 48,4$	Sedang		43,5	64	64%
$48,5 \leq X$	Tinggi			17	17%
Jumlah				100	100%

Pada tabel diatas dapat diketahui bahwa jika variabel Kebersyukuran mendapatkan hasil rerata hipotetik 32.5 dengan rerata empirik sebesar 43,5. Kemudian sebesar 19% orang dalam kategorisasi rendah, kemudian sebesar 64% orang dalam kategori sedang dan 17% orang masuk dalam kategori tinggi.

Tabel 19. Kategorisasi Resiliensi

Skor Interval	Kategori	Rerata Hipotetik	Rerata Empirik	Frekuensi (ΣN)	%
$X < 37,3$	Rendah	32,5		24	24%
$37,4 \leq X < 48,2$	Sedang		42,8	58	58%
$48,3 \leq X$	Tinggi			18	18%
Jumlah				100	100%

Pada tabel diatas dapat diketahui bahwa jika variabel resiliensi mendapatkan hasil rerata hipotetik 32.5 dengan rerata empirik sebesar 42,8. Kemudian sebesar 24% orang dalam kategorisasi rendah, kemudian sebesar 58% orang dalam kategori sedang dan 18% orang masuk dalam kategori tinggi.

Tabel 20. Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis

Skor Interval	Kategori	Rerata Hipotetik	Rerata Empirik	Frekuensi (ΣN)	%
$X < 50,5$	Rendah			1	1%
$50,6 \leq X < 63,2$	Sedang	60	50,5	98	98%
$63,3 \leq X$	Tinggi			1	1%
Jumlah				100	100%

Pada tabel diatas dapat diketahui bahwa jika variabel Kebersyukuran mendapatkan hasil rerata hipotetik 60,2 dengan rerata empirik sebesar 50,5. Kemudian sebesar 1% orang dalam kategorisasi rendah, kemudian sebesar 98% orang dalam kategori sedang dan 1% orang masuk dalam kategori tinggi.

Persamaan regresi linier berganda

Tabel 21. Uji Regresi linier berganda

Model		Unstandardized Coefficients B
1	(Constant)	55.234
	X1	.512
	X2	.483

Dari persamaan regresi pada tabel diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara variabel X dan Y. pada variabel X1 dapat diketahui bahwa nilai sebesar 0,512 yang dapat diartikan bahwa apabila Kebersyukuran warga binaan pemsyarakatan dinaikkan, maka kesejahteraan psikologis warga binaan pemsyarakatan akan meningkat. Dan untuk variabel X2 diperoleh nilai sebesar 0,483 yang dapat diartikan bahwa apabila resiliensi pada warga binaan pemsyarakatan dinaikkan maka kesejahteraan psikologis warga binaan pemsyarakatan akan meningkat.

3.2.Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara Kebersyukuran dan resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis warga binaan pemsyarakatan tindak pidana umum. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah (1) terdapat hubungan antara

Kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan tindak pidana umum, (2) terdapat hubungan antara resiliensi dengan kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan tindak pidana umum, (3) terdapat hubungan antara Kebersyukuran dan resiliensi pada warga binaan pemasyarakatan tindak pidana umum.

Berdasarkan analisis data yang sudah dilakukan didapatkan hasil bahwa sumbangan efektif terkait dengan variabel Kebersyukuran dan resiliensi berpengaruh 37% terhadap variabel kesejahteraan psikologis. Penelitian ini menunjukkan bahwa Kebersyukuran dan resiliensi sama-sama memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis pada warga binaan pemasyarakatan tindak pidana umum dengan nilai Sig. 0,009 yang artinya $<0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis mayor dari penelitian ini berpengaruh secara signifikan dan itu artinya hipotesis mayor dalam penelitian ini diterima. Untuk hipotesis minor didapatkan hasil 0,007 untuk variabel Kebersyukuran dan 0,003 untuk variabel resiliensi dengan ketentuan Sig. $<0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara Kebersyukuran dan resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Vod, Venezuaini, dan fuochi (2019) dikatakan bahwa Kebersyukuran masuk kedalam beberapa aspek dalam kesejahteraan psikologis yaitu pada aspek tujuan hidup, pertumbuhan diri, penguasaan lingkungan, penerimaan individu, dan hubungan positif dengan orang lain, namun Kebersyukuran tidak ada kaitannya dengan aspek kesejahteraan yaitu aspek otonomi. Dalam studi yang dilakukan Aisyah dan Chisol (2018) menyatakan bahwa variabel Kebersyukuran dengan variabel kesejahteraan psikologis dapat dikatakan memiliki suatu hubungan atau korelasi, dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa perasaan bahagia dan Kebersyukuran menjadi suatu bentuk kebaikan dalam diri dan berhubungan dengan kesejahteraan psikologis. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Rafa'I dan Kamaratih (2021) menjelaskan bahwa seseorang warga binaan pemasyarakatan harus memiliki resiliensi dan kesejahteraan psikologis agar kehidupannya lebih baik. seseorang harus bisa meningkatkan resiliensi dalam diri mereka untuk bisa mencapai kesejahteraan dalam hidup dan berada dalam kondisi psikologis yang baik untuk bisa menghadapi segala permasalahan dalam diri mereka dan mampu untuk mengatasi segala permasalahan yang ada.

Hasil uji hipotesis selanjutnya adalah terdapat hubungan positif antara Kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis yaitu sebesar 0,387 yang dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat Kebersyukuran warga binaan pemasyarakatan maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan. Kebersyukuran berpengaruh sebesar 26, 47% terhadap kesejahteraan psikologis. Dengan hal ini maka hipotesis pertama yaitu terdapat hubungan antara Kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis dapat simpulkan bahwa hipotesis

ini diterima. Hal ini sejalan dengan penelitian Prabowo & Subarkah (2020) menjelaskan bahwa keterlibatan religiusitas atau Kebersyukuran dalam diri manusia memberikan pengaruh positif terhadap kesehatan mental pada diri individu. Artinya ketika seorang individu yang percaya dan memiliki Kebersyukuran yang tinggi maka hal ini dapat dikatakan bahwa kondisinya baik. Kebersyukuran yang tinggi dalam diri individu dapat mengurangi perilaku negatif, meningkatkan kesejahteraan psikologis dan memunculkan emosi positif khususnya pada warga binaan pemasyarakatan. Penelitian lainnya dilakukan oleh Revi Maulania Wahyudi, dkk (2021) yang berjudul Hubungan kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Kebersyukuran dan kesejahteraan psikologis. Hal ini bisa terjadi karena Kebersyukuran merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang. Dengan Kebersyukuran warga binaan pemasyarakatan mampu untuk terus berpikir secara positif dan memiliki pandangan yang baik tentang apa yang sudah terjadi dengan dirinya saat ini memiliki keinginan untuk berubah menjadi lebih baik. Apalagi sekarang ini di Lapas maupun di Rutan sudah disediakan tempat ibadah dan juga difasilitasi bimbingan baca Al-Qur'an dan mengaji bersama. hal ini ditunjukkan untuk bisa meningkatkan keimanan dan Kebersyukuran pada warga binaan pemasyarakatan.

Kebersyukuran pada warga binaan pemasyarakatan dapat diefektifkan dengan aspek-aspek dari McCullough, Emmons dan Tsang (2002) yaitu aspek (1) *Intensity*, artinya ketika mengalami sebuah kejadian seseorang akan cenderung untuk meningkatkan intensitas Kebersyukuran dalam diri seseorang. (2) *Frequency*, artinya seseorang akan merasakan bahwa setiap peristiwa yang muncul dalam hidupnya patut untuk disyukuri. (3) *Span*, seseorang yang mampu menyukuri lebih dari hidupnya, menyukuri segala hal yang sudah dimilikinya saat ini. (4) *Density*, artinya seseorang yang bisa menyukuri dan melibatkan seseorang yang menjadi alasannya bisa mendapatkan nikmat tersebut. Dengan aspek-aspek tersebut dapat meningkatkan Kebersyukuran pada warga binaan pemasyarakatan untuk menghadapi kesulitan dan tantangan dalam hidup mereka.

Hipotesis ketiga yaitu terdapat hubungan antara resiliensi dengan kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan tindak pidana umum. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif antara resiliensi dengan kesejahteraan psikologis dengan perolehan sebesar 0,417 yang dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi warga binaan pemasyarakatan maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan. Resiliensi memiliki sumbangan efektif sebesar 10,53% terhadap kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima. Hal ini

sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Edriany, Sutatminingsih, & Siregar (2020) menyatakan bahwa resiliensi berpengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis seseorang. Penelitian lain dilakukan oleh Sharma & Nagle, (2018) yang menyatakan bahwa resiliensi menjadi salah faktor yang dapat meningkatkan kesejahteraan individu. Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Olson (2017) menjelaskan bahwa ketika seseorang mampu untuk bangkit dan memiliki resiliensi yang tinggi maka mereka akan cenderung lebih kuat dan mampu untuk mengatasi berbagai kondisi bahkan dalam kondisi buruk sekalipun. Mereka akan lebih cepat untuk mencapai kesejahteraan psikologis dalam diri mereka ketika berada dalam kondisi yang buruk. Mereka mampu bangkit dan mulai bisa beradaptasi dengan lingkungan barunya. Dalam hal ini warga binaan pasyarakatan yang memiliki resiliensi tinggi maka mereka akan lebih cepat dalam beradaptasi dan menyadari kesalahan yang mereka lakukan sehingga mereka mampu untuk perlahan berubah menjadi lebih baik lagi.

Individu yang memiliki resiliensi yang baik ditunjukkan dengan beberapa aspek menurut Wolin dan Wolin (1994) yaitu (1) *Insight*, yaitu proses perkembangan individu untuk bisa memahami dirinya dalam berbagai situasi. (2) *Independence*, yaitu individu yang mampu dalam mengatur emosinya dari sumber masalah. (3) *Relationships*, yaitu mampu untuk mengembangkan hubungan dengan lingkungan baru disekitarnya. (4) *Initiative*, yaitu memiliki keinginan untuk bertanggungjawab dengan kondisinya saat ini dan berubah menjadi baik. (5) *Creativity*, yaitu individu mampu untuk melakukan sesuatu dan paham akan segala konsekuensi dari hal yang dilakukannya. (6) *Humor*, individu mampu untuk menemukan kebahagiaannya dan tidak selalu bersedih meratapi kondisinya saat ini. (7) *Morality*, yaitu individu dapat melakukan sesuatu sesuai dengan keinginan dalam dirinya. Dalam aspek aspek yang sudah dijabarkan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa untuk bisa bangkit dalam keterpurukan individu harus bisa lebih dulu berdamai dengan dirinya, mampu menerima segala kondisinya saat ini dan memiliki cara untuk bisa bangkit dan menjadi lebih baik lagi setelah keluar dari kondisi buruk yang dialaminya.

Hasil analisis dari 100 responden warga binaan pasyarakatan tindak pidana umum Lapas Kelas IIA Sragen yang didapatkan dengan menggunakan teknik random sampling dan analisis menggunakan regresi linier berganda menunjukkan adanya hubungan positif antara Kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis (0,387) yang artinya apabila Kebersyukuran tinggi, maka kesejahteraan psikologis juga tinggi. hal ini sejalan dengan penelitian dari Iin Yulianti (2023) yang menyatakan bahwa Kebersyukuran berpengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis. Seseorang yang mampu untuk bersyukur dan terus mengingat Tuhan maka dirinya akan mampu untuk menerima segala kondisi yang sedang dihadapinya dengan

lapang dada dan menyerahkan segala urusannya kepada Tuhan yang Maha Esa. Seseorang yang memiliki keimanan dan Kebersyukuran yang tinggi maka hal ini dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang.

Selanjutnya hasil analisis data pada variabel resiliensi dan kesejahteraan psikologis diperoleh nilai sebesar ($r=0,417$) yang mana artinya terdapat hubungan positif antara resiliensi dan kesejahteraan psikologis. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Muhammad Rifa'i & Dewi Kamaratih (2021) menjelaskan terdapat kaitan yang baik dan besar antar resiliensi dengan kesejahteraan psikologis. Hal ini dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan dapat meningkat apabila resiliensi dalam diri mereka tinggi. tingkat resiliensi setiap orang berbeda beda sehingga untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang tinggi akan membutuhkan proses.

Analisis kategorisasi pada variabel kesejahteraan psikologis menunjukkan hasil 98 warga binaan pemasyarakatan (98%) memiliki tingkat kategori sedang dan 1 warga binaan pemasyarakatan (1%) memiliki tingkat kesejahteraan tinggi. serta terdapat 1 (1%) warga binaan pemasyarakatan yang mendapatka kategori tingkat kesejahteraan rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa warga binaan pemasyarakatan di Lapas Kelas IIA Sragen memiliki tingkat kesejahteraan psikologis sedang. Hal ini dapat disimpulkan bahwa warga binaan pemasyarakatan mampu untuk bisa mencapai kesejahteraan psikologis dalam diri mereka dengan tingkat kategori sedang. Mayoritas warga binaan pemasyarakatan sudah mampu untuk bisa menerima segala kondisi yang sedang dialaminya saat ini.

Analisis kategorisasi pada variabel Kebersyukuran menunjukkan hasil 17 warga binaan pemasyarakatan (17%) memiliki tingkat kategori tinggi, 64 warga binaan pemasyarakatan (64%) memiliki tingkat kategori sedang dan 19% warga binaan pemasyarakatan mendapatkan tingkat kategori rendah. Dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa warga binaan pemasyarakatan Lapas Kelas IIA Sragen memiliki tingkat Kebersyukuran sedang. Hal ini menunjukkan bahwa Kebersyukuran yang ada dalam diri warga binaan pemasyarakatan berada dalam tingkat sedang. Tidak berada dalam tingkat yang terlalu tinggi ataupun tingkat terlalu rendah. Dalam hal ini berarti narapidan sudah mulai sadar bahwa dalam kondisi apapun selalu ingat kepada Tuhan. Selalu bisa mensyukuri segala hal yang terjadi dalam diri.

Analisis kategorisasi pada variabel resiliensi menunjukkan hasil 17 warga binaan pemasyarakatan (17%) memiliki tingkat kategori tinggi, 64 warga binaan pemasyarakatan (64%) memiliki tingkat kategori sedang dan 19% warga binaan pemasyarakatan mendapatkan tingkat kategori rendah. Dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa warga binaan pemasyarakatan Lapas Kelas IIA Sragen memiliki tingkat Kebersyukuran sedang. Dalam hal ini sebagian besar

warga binaan pemasyarakatan mulai bisa bangkit dari keterpurukan yang dialami nya sehingga mereka mampu untuk bisa beradaptasi dengan baik. Resiliensi setiap warga binaan pemasyarakatan berbeda beda ada yang bisa langsung bangkit dari keterpurukan ada juga yang membutuhkan banyak waktu untuk bangkit dari keterpurukan.

4. PENUTUP

Berdasarkan penelitian dan pembahasan yang sudah dilakukan menunjukkan bahwa jika hipotesis mayor dalam penelitian ini dapat diterima, dibuktikan setelah melakukan pengujian diketahui nilai Sig. 0,009 ($<0,05$) maka terdapat hubungan positif antara variabel Kebersyukuran dan resiliensi dengan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini juga membuktikan bahwa hipotesis minor dari tiap hipotesis diterima. Dibuktikan dengan hasil uji hipotesis minor yaitu nilai Sig. Kebersyukuran 0,007 ($<0,05$) dan nilai Sig. resiliensi sebesar 0,003 ($<0,05$). Dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa hipotesis minor dalam penelitian ini saling mempengaruhi dan signifikan sehingga hipotesis diterima. Sumbangan efektif dalam penelitian ini diperoleh sebesar 37% maka dapat disimpulkan jika sumbangan pengaruh variabel Kebersyukuran dan resiliensi sebesar 37% dari faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Dengan penjabaran variabel Kebersyukuran berpengaruh sebesar 26,47% dan variabel resiliensi sebesar 10,53%.

Pada penelitian ini terdapat tujuan yaitu untuk mengetahui pengaruh Kebersyukuran dan resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan tindak pidana umum. Diharapkan dengan adanya penelitian ini mampu memberikan pandangan baru di dalam penelitian psikologis. Khususnya keterkaitan antara Kebersyukuran dan resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis narapidan tindak pidana umum. Penelitian ini di rancang untuk memberikan informasi terkait pengembangan terbaru dengan subjek warga binaan pemasyarakatan yang masih jarang untuk dijadikan subjek penelitian. Saran untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan adalah dengan terus membantu mereka untuk bisaberubah kearah yang lebih baik. Apa yang terjadi kembali pada diri masing masing individu apakah mereka mampu untuk menerima segala hal baik yang sudah diberikan oleh pihak Lapas untuk bisa berubah menjadi lebih baik dan berusaha untuk tidak mengulangi perbuatan yang sudah dilakukannya. Saran untuk meningkatkan resiliensi adalah dengan memperbanyak komunikasi dan diskusi dengan orang lain terkait dengan hal hal yang positif. Meningkatkan perasaan syukur terhadap nikmat yang sudah Tuhan beri dan berusaha untuk menjadikan segala kondisi buruk sebagai tujuan untuk berubah lebih baik kedepannya. Saran untuk institusi Lapas yaitu dengan terus meningkatkan pemberdayaan yang ada dilapas dan membantu narapidan untuk bisa lebih banyak menerima masukkan atau pembekalan yang positif. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah dengan meneliti warga binaan pemasyarakatan dengan tindak kejahatan

lain dan juga bisa mencoba aspek lain dari kesejahteraan psikologis yang dapat dijadikan variabel penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Aisyah, A., & Chisol, R. (2018). Rasa Syukur Kaitannya Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Honorer Gratitude in Relation With Psychological Well Being Among Honorary. *Proyeksi*, 13(2), 109-122.

Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). *Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC)*. *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>

Creswell, J. W. (2014). *A concise introduction to mixed methods research*. SAGE publications.

Darmawan, D. (2016) *Metode Penelitian Kuantitatif*. Edisi Ketii. Edited by P. Latifah. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Desmita. (2011). *Psikologi perkembangan peserta didik: Panduan bagi orangtua dan guru dalam memahami psikologi anak usia SD, SMP, dan SMA*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Edriany, D., Sutatminingsih, R., & Siregar, R. H. (2021). *The Effect of Resilience and Gratitude on Psychological Well-Being of male Afghanistan refugees in Medan*. *International Journal of Progressive Sciences and Technologies*, 24(1),

Fitzgerald, Patrick. 1998. Gratitude and Justice. *Chicago Journal*, 109(1), 119- 153

Gallagher, M.W. & Lopez, S.J. (2018). *The Oxford Handbook of Hope*. Oxford : *Oxford University Press*

Gunter, T.D., Arndt, S., Wenman, G., Allen, J., Loveless, P., Sieleni, B., & Black, D. W. (2008). Frequency of mental and addictive disorders among 320 men and women entering the Iowa prison system: use of the MINI-Plus. *Journal of American Academic Psychiatry Law*, 36(1), 27-34

<https://putusan3.mahkamahagung.go.id/> diakses pada tanggal 18 Oktober 2023

https://sdppublik.ditjenpas.go.id/dwh/pidana_umum diakses pada tanggal 17 Desember 2023

Huppert, F. A. (2009). *Psychological Well Being: Evidence Regarding its Causes and Consequences*. *Journal Compilation International Association of Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1 (2), 137-164.

Listyandini, Ratih A, dkk. (2015). Mengukur Kebersyukuran: Pengembangan Model Awal Skala Bersyukur Versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 2(2), 473- 496

McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J.-A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112–127

- Nailul Ilhami, N., & Hertinjung, W. S. (2021). *HUBUNGAN RESILIENSI DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS REMAJA SELAMA PANDEMI COVID-19 DI SURAKARTA* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta). Accessed : <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/93766>
- Nugraeni, C. C. (2022). *TINGKAT KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI PADA WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN DI LEMBGA PEMASYARAKATAN KOTA MALANG* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang).
- Olson, D. H., and DeFrain, J. (2003). *Marriage and Families*. Boston : McGraw-Hill
- Olson, R. P., Rosell, R. L., Marsh, N. S., & Jackson, A. B. (2017). *A Guide to Ministry Self-Care: Negotiating Today's Challenges with Resilience and Grace*. Rowman & Littlefield.
- Piselli, M., Elisei, S., Murgia, N., Quartesan, R., & Abram, K. M. (2009). CoOccurring psychiatric and substance use disorders among male detainees in Italy. *International Journal of Law and Psychiatry*, 32, 101-107. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijlp.2009.01.006>
- Prabowo, S. A., & Subarkah, M. Z. (2020). Hubungan Aktivitas Keagamaan dengan Kesehatan Mental Narapidana. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 11(1), 35-45.
- PURBA, E. (2022). *Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Resiliensi Pada Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan Di Pekanbaru* (Disertasi Doktor, Sultan Syarif Kasim Riau)
- Rahmawati, M. (2016). *Hubungan antara pengalaman spiritual dan kesejahteraan psikologis dengan kontrol diri pada warga binaan pemasyarakatan Lapas Klas II A Kota Pekanbaru* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Rifai, M., & Kamaratih, D. (2021). Hubungan antara Resiliensi dengan Tingkat Kesejahteraan Psikologis Klien Rehabilitasi Narkoba di Badan Narkotika Nasional Kota Samarinda. *Borneo Studies and Research*, 3(1), 1108-1113.
- Ryff, Carol D, & Keyes, C. L. M. (1995). *The structure of psychological well-being revisited*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, Carol D. (1989). *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069.
- Sharma, N., & Nagle, Y. K. (2018). Personality and resilience as determinants of psychological well-being among military children. *Defence life science journal*, 3(4), 356-362.
- Shobihah, Ida Fitri. (2014). Kebersyukuran (Upaya Membangun Karakter Bangsa Melalui Figur Ulama). *Jurnal Dakwah*, 15(2), 383-406
- Sugiyono (2019) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. 1st edn. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Suharyadi and Purwanto S. K. (2016) *Statistika Untuk Ekonomi dan Keuangan Moderen*. Edisi Kedu. Edited by D. A. Halim. Jakarta: Salemba Empat.
- Suharyadi dan Purwanto, 2004, *Statistika Untu Ekonomi dan Keuangan Modern*, PT.Salemba Empat, Jakarta.
- Utami & Pratiwi. (2011). *Tingkat Depresi Pada Narapidana Wanita (Studi Deskriptif Pada Narapidana Lapas Kelas Ii A Semarang)*., <http://journal.usm.ac.id/jurnal/asvattha/800/detail/>, Diunduh 8 Juni 2016
- Uyanik, G. K., & Guler, N. (2013). "A study on multiple linear regression analysis". *Procedia-Social and Behavioral Science*. Vol. 106, pp: 234-240. World Health Organization. Global Nursing Number. (2013).
- Vod, A., Veneziani, C. A., & Fuochi, G. (2019). *Relating Mindfulness, Heartfulness, and Psychological Well Being:the Role of Self Compassion and Gratitude*. Jounal Department of Philosophy, Sociology, Education, and Applied Psychology, University of Padova, Via Venezia, 10,339351. DOI:10.1007/s1267101809780
- Wahyudi, R. M., Lubis, H., & Putri, E. T. (2021). Hubungan kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di kota Balikpapan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(4), 820-828.
- Watkins, PC, Woodward, K., Stone, T., & Kolts, RL (2003). Syukur dan kebahagiaan: Pengembangan ukuran Kebersyukuran dan hubungan dengan kesejahteraan subjektif. *Perilaku dan Kepribadian Sosial: Jurnal Internasional*, 31 (5), 431–452. <https://doi.org/10.2224/sbp.2003.31.5.431>
- Wibowo, A. (2013). *Identifikasi Gejala–Gejala Dominan Depresi Narapidana Dan Tahanan* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Witus, Y. H. (2016). *Gambaran Tingkat Depresi Pada Warga binaan pasyarakatan Berdasarkan Karakteristik Individu di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Ruteng*.
- Wolin, S., & Wolin, S. (1994). Resilience among youth growing up in substance-abusing families. *Pediatric Clinics*, 42(2), 415-429.
- Yulianti, I. (2023). HUBUNGAN RASA SYUKUR TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS GURU HONORER DI MTsN 2 BANDAR LAMPUNG. *Psikodidaktika: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 425-440.