

HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA NARAPIDANA DI RUTAN KELAS IIB MAUMERE

Alifa Aprilia Nabila¹, Maria Megaloma Harten Gaharpung², Debi Angelina Br Barus³

Universitas Nusa Nipa^{1,2,3}

e-mail: aprilian412@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara kebersyukuran dan penerimaan diri pada narapidana di Rutan Kelas II B Maumere. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada observasi yang menunjukkan bahwa narapidana sering mengalami kesulitan dalam menerima diri mereka sendiri, yang dapat berdampak pada kesehatan psikologis dan kemampuan beradaptasi. Pendekatan kuantitatif asosiatif digunakan dengan melibatkan 50 narapidana sebagai sampel yang dipilih secara acak dari total populasi sebanyak 100 orang. Instrumen penelitian berupa skala kebersyukuran (26 item valid) dan skala penerimaan diri (11 item valid), yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya menggunakan Cronbach's Alpha. Analisis data dilakukan melalui uji normalitas, uji linearitas, dan uji korelasi Pearson Product Moment. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data terdistribusi secara normal, namun uji linearitas mengindikasikan tidak adanya hubungan linier yang signifikan antara kedua variabel. Uji hipotesis menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,793 ($p > 0,05$) dengan koefisien korelasi positif (0,038), sehingga disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebersyukuran dan penerimaan diri pada narapidana. Temuan ini memberikan implikasi bahwa faktor lain mungkin lebih berpengaruh terhadap penerimaan diri narapidana, sehingga diperlukan penelitian lanjutan untuk mengeksplorasi variabel-variabel terkait.

Kata Kunci: *Kebersyukuran, Penerimaan Diri, Narapidana, Rutan Kelas IIB Maumere*

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between gratitude and self-acceptance in prisoners at Class II B Maumere Detention Center. The background of this study is based on observations showing that prisoners often have difficulty in accepting themselves, which can have an impact on psychological health and adaptability. An associative quantitative approach was used involving 50 inmates as a randomly selected sample from a total population of 100 people. The research instruments were a gratitude scale (26 valid items) and a self-acceptance scale (11 valid items), which had been tested for validity and reliability using Cronbach's Alpha. Data analysis was conducted through normality test, linearity test, and Pearson Product Moment correlation test. The normality test results showed that the data were normally distributed, but the linearity test indicated that there was no significant linear relationship between the two variables. Hypothesis testing showed a significance value of 0.793 ($p > 0.05$) with a positive correlation coefficient (0.038), so it was concluded that there was no significant relationship between gratitude and self-acceptance in prisoners. This finding implies that other factors may be more influential on prisoners' self-acceptance, so further research is needed to explore related variables.

Keywords: *Gratitude, Self-Acceptance, Inmates, Class IIB Maumere Detention Center*

PENDAHULUAN

Rumah Tahanan Negara atau yang lebih dikenal dengan istilah *Rutan*, memegang peranan vital dalam sistem peradilan pidana sebagai tempat transisi bagi individu yang sedang menjalani proses hukum. Fungsi utama dari institusi ini adalah sebagai tempat penahanan

sementara bagi tersangka atau terdakwa selama proses penyidikan, penuntutan, hingga pemeriksaan di sidang pengadilan berlangsung (Nurbaedah, 2022; Sutrisno, 2021). Secara fisik, bangunan *Rutan* merupakan sarana tertutup yang dilengkapi dengan lahan dan fasilitas keamanan ketat, yang ditujukan untuk menunjang kegiatan pembinaan bagi mereka yang telah melanggar norma hukum. Individu yang menghuni tempat ini, atau yang disebut sebagai narapidana, adalah mereka yang telah menerima vonis bersalah dari hakim dan diwajibkan menjalani masa hukuman sebagai bentuk pertanggungjawaban pidana. Status ini membawa konsekuensi hilangnya kebebasan fisik secara drastis, di mana seorang narapidana harus menghabiskan hari-harinya di balik jeruji besi dengan ruang gerak yang sangat terbatas (Batara & Kristianingsih, 2020; Maulana & Subroto, 2021). Kehidupan di dalam lembaga ini sangat jauh berbeda dengan kehidupan di dunia luar, karena segala aktivitas diawasi secara ketat dan diatur oleh regulasi yang mengikat, menciptakan lingkungan yang penuh dengan restriksi dan kontrol otoritatif.

Dampak dari hilangnya kebebasan ini tidak hanya bersifat fisik, melainkan juga menghantam kondisi psikologis narapidana secara mendalam. Hidup dalam lingkungan yang serba terbatas sering kali memicu tekanan mental yang berat, mulai dari rasa bersalah yang mendalam, penyesalan yang berkepanjangan, hingga ketakutan akan stigma sosial yang melekat pada status mereka. Ketika seseorang masuk ke dalam lingkungan penjara, mereka dipaksa untuk beradaptasi dengan kondisi yang serba sulit dan jauh dari kenyamanan (Curib et al., 2023; Lanciano et al., 2022; Mourão et al., 2025). Tantangan terbesar yang dihadapi bukanlah sekadar bertahan hidup secara fisik, melainkan bagaimana berdamai dengan kenyataan pahit bahwa mereka kini berstatus sebagai warga binaan. Tekanan psikologis ini sering kali memunculkan konflik batin yang hebat, di mana narapidana merasa kehilangan harga diri dan identitas sosial yang mereka miliki sebelumnya. Kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan peraturan yang kaku dan interaksi sosial yang terbatas di dalam *Rutan* sering kali menjadi pemicu utama keguncangan emosional, yang jika tidak ditangani dengan baik, akan menghambat proses rehabilitasi dan reintegrasi sosial mereka di kemudian hari.

Dalam menghadapi situasi krisis tersebut, aspek psikologis yang paling krusial untuk dimiliki oleh seorang narapidana adalah *self-acceptance* atau penerimaan diri. Konsep ini merujuk pada kemampuan seseorang untuk berdamai dengan dirinya sendiri, yang berarti mampu mengakui dan menerima segala kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki tanpa syarat (Hasibuan & Sahputra, 2023). Individu yang memiliki tingkat penerimaan diri yang baik ditandai dengan sikap spontan untuk bertanggung jawab atas perbuatannya, tanpa terjebak dalam pola pikir menyalahkan diri sendiri secara berlebihan atau menyalahkan keadaan di luar kendalinya. Mereka mampu menghormati diri sendiri, menyadari sisi gelap masa lalu, namun tetap berusaha untuk hidup bahagia dengan segala keterbatasan yang ada (Lail et al., 2022; Sahrani & Hungsie, 2025; Sari & Abidin, 2022). Sebaliknya, ketidakmampuan untuk menerima diri sendiri akan memanifestasikan kepribadian yang rapuh, perasaan tidak berguna, dan hilangnya kepercayaan diri. Orang dengan penerimaan diri yang rendah cenderung terus-menerus merasa rendah diri, malu, putus asa, dan iri terhadap kehidupan orang lain, yang pada akhirnya membuat mereka kesulitan untuk berinteraksi sosial dan membangun kehidupan yang bermakna di dalam lingkungan pemasyarakatan.

Namun, realitas yang terjadi di lapangan sering kali menunjukkan kesenjangan yang tajam antara kondisi psikologis ideal tersebut dengan fakta empiris. Berdasarkan hasil observasi mendalam dan wawancara yang dilakukan terhadap narapidana di lingkungan *Rutan*, ditemukan fenomena yang memprihatinkan terkait kondisi mental mereka. Banyak narapidana yang terlihat murung, menarik diri dari pergaulan, atau bahkan menangis karena tidak sanggup menanggung beban mental akibat kesalahan masa lalu. Mereka mengalami kesulitan besar

untuk berdamai dengan situasi saat ini, yang terlihat dari sikap tidak percaya diri saat berinteraksi dengan petugas maupun sesama warga binaan. Perilaku apatis terhadap perubahan diri, sering menyendiri, dan mengisolasi diri menjadi pemandangan umum. Mereka terjebak dalam perasaan bersalah yang kronis, merasa tidak memiliki masa depan, dan dihantui ketakutan bahwa keluarga serta masyarakat tidak akan menerima mereka kembali setelah bebas nanti. Kondisi ini menegaskan bahwa mayoritas narapidana masih bergulat dengan rendahnya *self-acceptance*, yang menghambat mereka untuk memanfaatkan program pembinaan secara optimal.

Untuk mengatasi hambatan psikologis tersebut dan menjembatani kesenjangan penerimaan diri, diperlukan sebuah mekanisme koping yang efektif, salah satunya adalah melalui pengembangan rasa syukur atau *gratitude* (Amritha et al., 2024; Ernest & Monika, 2023). Rasa syukur bukan sekadar ucapan terima kasih, melainkan sebuah respons emosional yang mendalam dan apresiasi tulus terhadap aspek-aspek positif dalam hidup, bahkan di tengah situasi yang sulit sekalipun. Dalam konteks psikologi positif, *gratitude* dipandang sebagai bagian integral dari kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis. Seseorang yang mampu menumbuhkan rasa syukur dalam dirinya cenderung memiliki motivasi yang lebih kuat untuk menjalani proses sosial dan mencapai kepuasan hidup. Dengan bersyukur, narapidana dapat belajar untuk mengalihkan fokus mereka dari apa yang hilang (kebebasan) kepada apa yang masih dimiliki (kesempatan hidup dan perbaikan diri). Sikap mental ini membantu menciptakan suasana hati yang lebih positif, mengurangi emosi destruktif seperti kemarahan dan kepahitan, serta memperkuat ketahanan mental dalam menghadapi kerasnya kehidupan di balik jeruji besi.

Hubungan antara rasa syukur dan penerimaan diri memiliki korelasi yang sangat erat dan saling menguatkan. Individu yang rutin mempraktikkan *gratitude* terbukti lebih mampu melakukan reinterpretasi positif terhadap pengalaman hidup mereka, termasuk pengalaman pahit dipenjara. Mereka cenderung menggunakan strategi koping yang aktif, merencanakan masa depan dengan lebih optimis, dan mengurangi perilaku menyalahkan diri sendiri. Bukti empiris menunjukkan bahwa narapidana yang memiliki tingkat kebersyukuran yang tinggi memiliki kecenderungan yang jauh lebih besar untuk mencapai *self-acceptance* yang baik. Mereka lebih mudah menerima realitas saat ini dengan lapang dada, merasakan kedamaian internal, dan memandang masa depan dengan harapan baru. Dengan demikian, menanamkan nilai-nilai syukur menjadi strategi intervensi yang potensial untuk membantu narapidana keluar dari keterpurukan mental, memulihkan harga diri mereka, dan mempersiapkan diri menjadi individu yang lebih baik saat kembali ke masyarakat.

Berdasarkan latar belakang permasalahan mengenai rendahnya penerimaan diri narapidana dan potensi rasa syukur sebagai solusi psikologis, penelitian ini hadir dengan nilai urgensi dan kebaruan yang signifikan. Penelitian ini difokuskan pada konteks spesifik di Rutan Kelas II B Maumere, sebuah lingkungan yang memiliki dinamika sosial dan psikologis tersendiri bagi warga binaannya. Tujuan utama dari studi ini adalah untuk menguji secara empiris hubungan antara variabel *gratitude* dan *self-acceptance* pada populasi narapidana di lokasi tersebut. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat terungkap seberapa besar kontribusi rasa syukur dalam membentuk penerimaan diri narapidana, sehingga dapat menjadi landasan bagi perancangan program pembinaan mental yang lebih efektif. Hasil penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan kontribusi teoritis bagi psikologi pasyarakatan, tetapi juga solusi praktis untuk meningkatkan kesejahteraan mental narapidana agar mereka mampu menjalani masa hukuman dengan konstruktif dan kembali ke masyarakat sebagai pribadi yang utuh.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran sebagai variabel independen dan penerimaan diri sebagai variabel dependen pada narapidana di Rutan Kelas IIB Maumere. Pendekatan korelasional dipilih karena mampu menggambarkan derajat keeratan hubungan antarvariabel secara objektif berdasarkan data numerik. Proses pengumpulan data diawali dengan observasi selama pelaksanaan magang untuk memahami konteks lingkungan dan dinamika sosial di dalam lembaga pemasyarakatan, kemudian dilanjutkan dengan wawancara awal pada sejumlah narapidana guna memperoleh gambaran awal mengenai kebersyukuran dan penerimaan diri. Subjek penelitian berjumlah 50 orang narapidana dari total populasi 100 orang, dengan komposisi 48 laki-laki dan 2 perempuan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *random sampling*, sehingga setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih sebagai responden dan mengurangi potensi bias pemilihan.

Instrumen penelitian terdiri dari dua skala psikologis, yaitu Skala Kebersyukuran dengan 30 butir pernyataan dan Skala Penerimaan Diri dengan 13 butir. Kedua skala menggunakan model skala Likert untuk mengukur tingkat persetujuan responden terhadap pernyataan yang diajukan. Sebelum digunakan dalam pengambilan data utama, instrumen diuji validitas dan reliabilitasnya pada sampel uji yang sama. Hasil uji validitas untuk variabel kebersyukuran menunjukkan bahwa dari 30 butir, 13 butir tidak memenuhi kriteria sehingga dinyatakan gugur, sedangkan 17 butir lain memenuhi syarat dengan nilai $r_{hitung} > r_{tabel}(0,30)$ sehingga dinyatakan valid dan digunakan sebagai instrumen. Pada variabel penerimaan diri, dari 13 butir pernyataan terdapat 5 butir yang gugur sehingga tersisa 8 butir valid dengan kriteria $r_{hitung} > r_{tabel}(0,279)$ pada taraf signifikansi 5% dan jumlah sampel 50 responden. Dengan demikian, butir-butir yang lolos uji validitas inilah yang digunakan dalam pengukuran utama.

Uji reliabilitas dilakukan dengan koefisien Cronbach's Alpha untuk menilai konsistensi internal kedua skala. Nilai reliabilitas yang diperoleh adalah 0,841 untuk Skala Kebersyukuran dan 0,750 untuk Skala Penerimaan Diri, yang menunjukkan bahwa keduanya berada pada kategori reliabel karena memenuhi kriteria umum nilai $\alpha \geq 0,70$. Nilai 0,841 menunjukkan reliabilitas sangat kuat pada pengukuran kebersyukuran, sedangkan nilai 0,750 tetap berada pada kategori kuat dan dapat diandalkan untuk mengukur penerimaan diri. Analisis data dilakukan dalam dua tahap, yaitu uji prasyarat dan uji hipotesis. Uji prasyarat meliputi uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov untuk memastikan distribusi data mendekati normal, serta uji linearitas untuk memastikan hubungan linier antara kebersyukuran dan penerimaan diri. Setelah prasyarat terpenuhi, pengujian hipotesis dilakukan dengan analisis korelasi *Pearson Product Moment* untuk menilai kekuatan dan arah hubungan, dengan interpretasi koefisien korelasi (r) dan penghitungan koefisien determinasi (r^2) pada taraf signifikansi $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Hasil uji prasyarat analisis korelasi
 - a. Uji Normalitas

**Tabel 1. Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

| | | KEBERSYUKURAN | PENERIMAAN DIRI |
|--------------------------------|----------------|---------------|-----------------|
| N | | 50 | 50 |
| Normal Parameters ^a | Mean | 48.72 | 27.28 |
| | Std. Deviation | 7.543 | 3.283 |
| Most Extreme Differences | Absolute | .099 | .087 |
| | Positive | .081 | .075 |
| | Negative | -.099 | -.087 |
| Kolmogorov-Smirnov Z | | .701 | .614 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .709 | .846 |

Berdasarkan tabel 1 hasil uji normalitas menggunakan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*, diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) untuk variabel kebersyukuran dengan nilai sig. (2-tailed) 0.709 dan nilai sig. (2-tailed) pada variabel penerimaan diri adalah 0.846. Nilai ini jauh lebih besar dari taraf signifikansi 0,05, yang menunjukkan bahwa data terdistribusi secara normal. Dengan demikian, asumsi normalitas terpenuhi, memungkinkan penggunaan analisis non parametric seperti Spearman Rho's

b. Uji Linearitas

**Tabel 2. Uji Linearitas
ANOVA Table**

| | | | Sum of Square s | df | Mean Square | F | Sig. |
|-------------------|-------------|--------------------------------|--------------------|----|-------------|------|------|
| PENERIMAAN DIRI * | Betwe en | (Combine d) | 231.53 0 | 22 | 10.524 | .958 | .536 |
| KEBERSYUKU RAN | Group s | Linearity | 6.642 | 1 | 6.642 | .605 | .444 |
| | | Deviation from Linearity | 224.88 8 | 21 | 10.709 | .975 | .517 |
| | | Within Groups | 296.55 0 | 27 | 10.983 | | |
| | Total | | 528.08 0 | 49 | | | |

Hasil uji linearitas pada tabel 2 menunjukkan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0.444 untuk hubungan antara kebersyukuran dan penerimaan diri. Berdasarkan kriteria pengambilan keputusan statistik, jika nilai signifikansi lebih besar dari 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan linear yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Dengan kata lain, pola hubungan antara kebersyukuran dan penerimaan diri pada narapidana di Rutan Kelas II B Maumere tidak bersifat linear. Hal ini diperkuat oleh nilai F hitung yang rendah (0.605) pada uji ANOVA, yang menunjukkan bahwa model linear tidak cukup kuat untuk menjelaskan variasi data.

2. Uji Hipotesis Korelasi Sederhana

Selanjutnya peneliti melakukan uji hipotesis penelitian dengan menguji korelasi *Spearman's Rank*

Tabel 3. Uji Hipotesis Korelasi Sederhana
Correlations

| | | | KEBERSYUKURAN | PENERIMAAN DIRI |
|----------------|-----------------|-------------------------|---------------|-----------------|
| Spearman's rho | KEBERSYUKURAN | Correlation Coefficient | 1.000 | .038 |
| | | Sig. (2-tailed) | . | .793 |
| | | N | 50 | 50 |
| | PENERIMAAN DIRI | Correlation Coefficient | .038 | 1.000 |
| | | Sig. (2-tailed) | .793 | . |
| | | N | 50 | 50 |

Berdasarkan tabel 3 hasil uji korelasi *Spearman's Rank* diperoleh nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,793 untuk hubungan antara kebersyukuran dan penerimaan diri pada narapidana di Rutan Kelas II B Maumere. Nilai ini $> 0,05$, yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Koefisien korelasi (r) sebesar 0,038 mengindikasikan arah hubungan yang positif. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan antara kebersyukuran dan penerimaan diri tidak dapat diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat kebersyukuran narapidana tidak secara signifikan memengaruhi kemampuan mereka untuk menerima diri dalam konteks lingkungan Rutan. Hasil ini mungkin dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian, seperti dukungan sosial, lamanya masa hukuman, atau program pembinaan di Rutan. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lanjutan dengan pendekatan yang lebih komprehensif, misalnya dengan menambahkan variabel moderator atau menggunakan metode kualitatif untuk menggali dinamika psikologis yang lebih mendalam.

Pembahasan

Berdasarkan analisis statistik yang telah dilakukan, temuan utama penelitian ini mengungkapkan fakta yang menarik mengenai dinamika psikologis narapidana di Rutan Kelas II B Maumere. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara rasa syukur dengan tingkat penerimaan diri pada subjek penelitian. Nilai koefisien korelasi yang sangat rendah dan mendekati nol mengindikasikan bahwa kedua variabel ini berdiri secara independen dan tidak saling memengaruhi dalam konteks populasi ini. Temuan ini secara langsung menolak hipotesis awal yang menduga bahwa semakin tinggi rasa syukur seseorang, maka akan semakin tinggi pula penerimaan dirinya. Absennya korelasi ini memberikan gambaran bahwa dalam lingkungan masyarakat, variabel emosi positif seperti kebersyukuran ternyata tidak serta-merta menjadi prediktor utama bagi kemampuan individu untuk berdamai dengan keadaan dan menerima identitas diri mereka yang baru sebagai warga binaan. Hal ini menuntut adanya peninjauan ulang terhadap asumsi teoretis yang biasanya berlaku pada populasi umum (Nisa & Pangestuti, 2025).

Secara lebih mendalam, hasil uji linearitas yang tidak signifikan semakin mempertegas kompleksitas hubungan antara kebersyukuran dan penerimaan diri pada narapidana. Pola data

menunjukkan bahwa fluktuasi tingkat kebersyukuran tidak diikuti oleh perubahan yang konsisten pada penerimaan diri, baik secara linear maupun non-linear. Artinya, seorang narapidana bisa saja memiliki rasa syukur yang tinggi atas aspek-aspek tertentu dalam hidupnya, namun tetap memiliki tingkat penerimaan diri yang rendah, atau sebaliknya. Kondisi ini mengisyaratkan bahwa mekanisme psikologis yang bekerja pada individu yang sedang menjalani masa hukuman sangat berbeda dengan individu yang hidup dalam kebebasan. Rasa syukur yang dirasakan mungkin hanya bersifat situasional atau tertuju pada hal-hal eksternal, seperti kunjungan keluarga atau kesehatan fisik, namun belum mampu menyentuh lapisan psikologis yang lebih dalam untuk mengubah cara pandang mereka terhadap diri sendiri secara menyeluruh (Azhima & Jannah, 2025; Fitriani & Chotimah, 2025; Sahrani & Hungsie, 2025).

Lingkungan fisik dan sosial di dalam rumah tahanan memegang peranan vital dalam memengaruhi hasil penelitian ini yang berbeda dari studi pada umumnya. Sebagai institusi yang bersifat tertutup dan membatasi gerak, penjara menciptakan tekanan psikologis unik yang dapat memutus mata rantai antara emosi positif dan evaluasi diri. Narapidana hidup dalam rutinitas yang monoton, pengawasan ketat, dan hilangnya privasi, yang mana kondisi ini dapat memicu stres kronis. Dalam situasi penuh tekanan seperti ini, rasa syukur mungkin hadir sebagai mekanisme pertahanan diri atau *coping strategy* sesaat untuk bertahan hidup, namun tidak cukup kuat untuk membentuk fondasi penerimaan diri yang kokoh. Beban mental akibat isolasi dari dunia luar dan hilangnya peran sosial di masyarakat membuat proses internalisasi nilai-nilai positif menjadi terhambat, sehingga rasa syukur tidak terkonversi menjadi penerimaan diri yang bermakna (Fitriani & Chotimah, 2025; Wongsokarto & Kurniawan, 2025).

Faktor internal berupa stigma diri dan rasa bersalah yang mendalam diduga menjadi penghalang utama mengapa kebersyukuran tidak berkorelasi dengan penerimaan diri. Narapidana sering kali bergulat dengan label negatif yang melekat pada diri mereka, baik dari masyarakat maupun dari penghakiman diri sendiri. Perasaan gagal, malu, dan penyesalan atas tindak pidana yang dilakukan menciptakan tembok psikologis yang tebal. Meskipun seorang narapidana mampu bersyukur karena masih diberi kesempatan hidup, hal itu belum tentu menghapus perasaan bahwa dirinya adalah individu yang "rusak" atau "bersalah". Penerimaan diri menuntut adanya rekonsiliasi total dengan masa lalu dan kekurangan diri, sebuah proses yang jauh lebih rumit dibandingkan sekadar merasa berterima kasih. Oleh karena itu, emosi positif sederhana tidak mampu menembus kompleksitas *self-judgment* yang dialami oleh para warga binaan yang sedang menjalani masa pidana (Lesmana et al., 2024; Noeng et al., 2025; Wongsokarto & Kurniawan, 2025).

Selain itu, temuan ini mengindikasikan bahwa terdapat variabel lain yang kemungkinan besar memiliki pengaruh lebih dominan terhadap penerimaan diri narapidana dibandingkan kebersyukuran. Faktor-faktor seperti dukungan sosial dari keluarga, kualitas interaksi dengan sesama warga binaan, serta partisipasi dalam program pembinaan spiritual mungkin memegang kunci yang lebih besar. Konsep *self-insight* atau pemahaman mendalam mengenai kondisi diri dan keinginan untuk bangkit dari keterpurukan tampaknya lebih relevan dalam mendorong penerimaan diri. Kemampuan untuk memaknai hukuman sebagai sarana perbaikan diri, bukan sekadar penderitaan, membutuhkan kematangan kognitif dan dukungan eksternal yang kuat. Tanpa adanya *insight* ini, rasa syukur hanya akan menjadi ungkapan verbal tanpa dampak psikologis yang transformatif, sehingga intervensi psikologis di masa depan perlu memperluas fokusnya di luar sekadar pelatihan kebersyukuran (Kirca et al., 2023; Ningsih et al., 2024).

Implikasi praktis dari penelitian ini sangat penting bagi perancangan program rehabilitasi dan pembinaan mental di lembaga pemasyarakatan. Mengingat bahwa meningkatkan rasa syukur saja tidak efektif untuk mendorong penerimaan diri, maka konselor atau pembina di rutan perlu merancang pendekatan yang lebih holistik. Program

pembinaan sebaiknya tidak hanya berfokus pada aspek religiusitas atau rasa syukur normatif, tetapi juga harus menyentuh aspek penyembuhan trauma, manajemen rasa bersalah, dan restrukturisasi kognitif. Tujuannya adalah membantu narapidana membangun *self-esteem* yang sehat dan pandangan masa depan yang realistis. Intervensi yang mendorong narapidana untuk memaafkan diri sendiri dan menemukan makna baru dalam hidup mungkin akan jauh lebih efektif dalam memfasilitasi proses penerimaan diri, yang pada akhirnya akan mendukung proses reintegrasi mereka ke masyarakat nantinya.

Penelitian ini tentu tidak lepas dari berbagai keterbatasan yang perlu menjadi catatan bagi pengembangan studi selanjutnya di bidang psikologi koreksional. Penggunaan desain penelitian *cross-sectional* menyebabkan ketidakmampuan untuk melihat perubahan dinamika psikologis narapidana seiring berjalannya waktu masa tahanan. Selain itu, jumlah sampel yang terbatas dan spesifik pada satu lokasi rutan membatasi *generalizability* atau kemampuan generalisasi hasil pada populasi narapidana yang lebih luas dengan karakteristik budaya berbeda. Instrumen pengukuran yang digunakan mungkin juga belum sepenuhnya sensitif terhadap nuansa kehidupan penjara yang spesifik. Oleh karena itu, penelitian mendatang disarankan untuk menggunakan metode *longitudinal* atau pendekatan kualitatif guna menggali lebih dalam pengalaman subjektif narapidana, serta mempertimbangkan variabel moderator lain seperti lama masa tahanan dan jenis tindak pidana untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebersyukuran dan penerimaan diri pada narapidana di Rutan Kelas II B Maumere. Hal ini ditunjukkan oleh nilai signifikansi sebesar 0,793 ($p > 0,05$) dan koefisien korelasi sebesar 0.038, yang mengindikasikan hubungan positif yang sangat lemah dan tidak bermakna secara statistik. Selain itu, hasil uji linearitas juga menunjukkan bahwa pola hubungan antara kedua variabel tidak bersifat linear. Dengan demikian, hipotesis awal yang menyatakan adanya hubungan antara kebersyukuran dan penerimaan diri tidak terbukti.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kebersyukuran mungkin bukan faktor utama yang memengaruhi penerimaan diri pada narapidana. Faktor-faktor lain, seperti tekanan psikologis, stigma sosial, rasa bersalah, dan kondisi lingkungan rutan, kemungkinan memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap penerimaan diri mereka. Temuan ini memberikan implikasi penting bagi program pembinaan narapidana, di mana intervensi psikologis yang lebih komprehensif diperlukan untuk meningkatkan penerimaan diri mereka. Penelitian lanjutan disarankan untuk mengeksplorasi variabel-variabel lain yang relevan dan mempertimbangkan pendekatan multidimensional dalam memahami dinamika psikologis narapidana.

DAFTAR PUSTAKA

- Amritha, K. S., Benedict, S. M., & Pothakani, M. Y. (2024). Exploring the relationship of self-compassion and gratitude: A multidimensional analysis among sports professionals. *Journal of Contemporary Approaches in Psychology and Psychotherapy*, 2(16), 7. <https://doi.org/10.57017/jcapp.v2.i2.01>
- Azhima, F., & Jannah, M. (2025). Analisis faktor psikologis dalam ketidaksesuaian pemahaman dan pengamalan ajaran agama. *Paedagogy: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 5(2), 442. <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v5i2.5770>
- Batara, G. A., & Kristianingsih, S. A. (2020). Hubungan dukungan sosial dengan kesepian pada narapidana dewasa awal lajang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(1), 187. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i1.797>

- Curib, E. L. Q., Mamowalas, J. F., Namoco, R. D., Sanchez, J. C. C., Canape, B. B., & Cuevas, J. F. (2023). Aftermath of incarceration: Lived experiences of the ex-convict. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, 857. <https://doi.org/10.47772/ijriss.2023.7668>
- Ernest, A. S., & Monika. (2023). Self-acceptance sebagai langkah berdamai dengan diri sendiri. *Jurnal Serina Abdimas*, 1(2), 701. <https://doi.org/10.24912/jsa.v1i2.25474>
- Fitriani, A., & Chotimah, U. (2025). Kontribusi program pertukaran mahasiswa merdeka terhadap peningkatan self-awareness mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya. *Learning: Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(4), 1622. <https://doi.org/10.51878/learning.v5i4.7515>
- Hasibuan, T. S., & Sahputra, D. (2023). Gambaran self-acceptance bagi perempuan hamil di luar nikah ditinjau dari perspektif teori Germer. *Guidena: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 13(2), 295. <https://doi.org/10.24127/gdn.v13i2.7607>
- Kirca, A., Malouff, J. M., & Meynadier, J. (2023). The effect of expressed gratitude interventions on psychological wellbeing: A meta-analysis of randomised controlled studies. *International Journal of Applied Positive Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s41042-023-00086-6>
- Lail, A. H., Tasmin, & Darwati, Y. (2022). Penerimaan diri remaja dengan orang tua tunggal. *Happiness: Journal of Psychology and Islamic Science*, 1(2), 75. <https://doi.org/10.30762/happiness.v1i2.330>
- Lanciano, T., Leonardis, L. de, & Curci, A. (2022). The psychological effects of imprisonment: The role of cognitive, psychopathic and affective traits. *Europe's Journal of Psychology*, 18(3), 262. <https://doi.org/10.5964/ejop.3995>
- Lesmana, C. B. J., Santosa, I., Mahardika, I. K. A., & Trisnowati, R. (2024). Psikiatri spiritual dan religi dalam konteks bebainan: Studi kasus di Bali tentang kerasukan dan penyembuhan. *Healthy: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 3(2), 141. <https://doi.org/10.51878/healthy.v3i2.3436>
- Maulana, I., & Subroto, M. (2021). Pembinaan kemandirian terhadap narapidana lanjut usia di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Tanjung Balai. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 1(2), 181. <https://doi.org/10.31004/innovative.v1i2.2364>
- Mourão, A. P., Sousa, M., Ferreira, M., Gonçalves, L. C., Caridade, S., & Cunha, O. (2025). Beyond recidivism: A systematic review exploring comprehensive criteria for successful reintegration after prison release. *Criminal Justice and Behavior*. <https://doi.org/10.1177/00938548251335322>
- Ningsih, E., Tohar, A. A., & Khairi, Z. (2024). Membangun kepribadian bersyukur perspektif psikologi Islam. *IJEDR: Indonesian Journal of Education and Development Research*, 2(2), 1256. <https://doi.org/10.57235/ijedr.v2i2.2568>
- Nisa, A. K., & Pangestuti, R. (2025). Kemandirian Instrumental Activity Daily Living (IADL) penyintas skizofrenia pekerja job club. *Paedagogy: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 5(3), 943. <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v5i3.6771>
- Noeng, A. V., Gaharpung, M. M. H., & Barus, D. A. B. (2025). Gambaran stres narapidana remaja di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Maumere. *Paedagogy: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 5(1), 171. <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v5i1.4307>
- Nurbaedah, N. (2022). Juridical study of reforming the criminal procedural law system regarding pretrial institutions after constitutional court decision in Indonesia. *Jurnal Akta*, 9(2), 141. <https://doi.org/10.30659/akta.v9i2.21530>

- Sahrani, R., & Hungsie, O. G. (2025). Kebijakan mahasiswa dengan impostor syndrome: Peran resiliensi akademik dan harga diri. *Cendekia: Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 5(2), 680. <https://doi.org/10.51878/cendekia.v5i2.4850>
- Sari, N., & Abidin, Z. (2022). Kesejahteraan psikologis mahasiswa hafiz Alquran. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 5(2), 105. <https://doi.org/10.15575/jpib.v5i2.17186>
- Sutrisno, S. (2021). Pre-trial in the criminal justice system in military criminal judges in Indonesia. *International Journal of Business and Social Science Research*, 1. <https://doi.org/10.47742/ijbssr.v2n11p1>
- Wongsokarto, J. W., & Kurniawan, W. (2025). Metode konseling Islam dalam mengatasi penyimpangan remaja (studi kasus di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Kota Ternate). *Cendekia: Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 5(4), 1536. <https://doi.org/10.51878/cendekia.v5i4.7139>