



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 5 Nomor 3 Tahun 2025 Page 35-44

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Representasi *Psychological Well-Being* Warga Binaan Pemasyarakatan  
Berdasarkan Pola Kunjungan Keluarga di Lembaga  
Pemasyarakatan Kelas IIA Manado

Cristie Nelly Tumbel<sup>1✉</sup>, Tellma M. Tiwa<sup>2</sup>, Gloridei L. Kapahang<sup>3</sup>

Universitas Negeri Manado

Email: [cristienelly02@gmail.com](mailto:cristienelly02@gmail.com)<sup>1✉</sup>

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui representasi *psychological well-being* warga binaan pemasyarakatan yang sering, jarang, dan tidak pernah dikunjungi keluarga di Lembaga Pemasyarakatan kelas IIA Manado. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Sumber data dalam penelitian ini berjumlah 3 orang dengan kriteria warga binaan pemasyarakatan narkoba dengan lama pidana 10 tahun, dan waktu masuk tahanan bersamaan. Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini melalui wawancara. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data menunjukkan kesejahteraan psikologis narapidana menunjukkan hasil yang positif pada empat dimensi *psychological well-being*. Partisipan mampu menerima dirinya, menjalin hubungan positif dengan orang lain, otonomi, dan pertumbuhan diri. Dimensi penguasaan lingkungan menunjukkan hasil negatif pada partisipan yang tidak pernah dikunjungi karena isolasi diri dan pasif dalam melakukan aktivitas sosial. Dimensi tujuan hidup juga menunjukkan hasil negatif pada partisipan yang tidak pernah dikunjungi digambarkan dengan tidak adanya arah tujuan hidup yang jelas dan terjebak dalam perasaan pasif, hanya menjalani hari demi hari tanpa memiliki rencana atau tujuan yang jelas untuk masa depan.

Kata Kunci: *Kesejahteraan Psikologis, Narapidana, Kunjungan, Narkoba, kunjungan*

## Abstract

This study aims to determine the representation of psychological well-being of correctional prisoners who are often, rarely, and never visited by their families at the Class IIA Manado Correctional Institution. This research uses a qualitative method with a phenomenological approach. The data sources in this study amounted to 3 people with the criteria of narcotics prisoners with a length of sentence of 10 years, and the time of entry into custody at the same time. Data collection techniques carried out in this study through interviews. Based on the results of research and data analysis, the psychological well-being of prisoners shows positive results in the four dimensions of psychological well-being. Participants are able to accept themselves, establish positive relationships with others, autonomy, and self-growth. The dimension of environmental mastery shows negative results for participants who have never been visited due to self-isolation and passivity in carrying out social activities. The dimension of life purpose also shows negative results in participants who have never been visited, described by the absence of a clear direction of life goals and stuck in a passive feeling, just living day by day without having a clear plan or goal for the future.

Keywords: *Psychological well-being, visite, prisoner, drugs*

## PENDAHULUAN

Menjadi warga binaan pemasyarakatan bukanlah suatu keinginan atau pilihan dari individu itu sendiri. Seseorang menjadi warga binaan pemasyarakatan dikarenakan melakukan tindakan pidana pelanggaran hukum yang berakibat penjatuhan hukuman penjara oleh pengadilan. Tentu saja kondisi situasi ini tidak diinginkan oleh siapapun, akan tetapi sudah menjadi suatu konsekuensi dari tindakan yang mereka perbuat sehingga melanggar tatanan hukum dan hak asasi manusia. Standar dan tujuan yang kita tetapkan untuk diri kita sendiri, dan cara kita memantau dan mengembangkan proses kognitif dan perilaku kita sendiri, serta konsekuensi yang kita tentukan sendiri untuk setiap keberhasilan dan kegagalan (Tiwa dkk., 2022).

Para warga binaan pemasyarakatan yang berada dalam lapas dan rutan tentunya mengalami berbagai tahap kehilangan kebebasan, dan disaat seperti itu, mereka membutuhkan dukungan dari keluarga. Dukungan tersebut dapat berupa kunjungan dari keluarga kepada para warga binaan pemasyarakatan. Sehingga mereka dapat memperoleh dukungan bahkan penguatan untuk menjalani hukuman.

Bentuk permasalahan psikologis bisa berupa rasa penderitaan batin ataupun sakit fisik sehingga menimbulkan kondisi psikologis yang berujung pada gangguan. Hal – hal seperti inilah yang akan menimbulkan masalah yang berpengaruh pada kondisi kesejahteraan psikologis atau biasa disebut *psychological well-being*. "*Psychological well-being* merupakan kemampuan individu untuk menerima diri apa adanya, membentuk hubungan

yang hangat dengan orang lain, mandiri terhadap tekanan sosial, mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup, serta merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu" (Ryff & Keyes, 1995). "*Psychological well-being* merupakan gabungan antara keadaan yang positif, individu dengan *psychological well-being* yang baik dapat memilih dan menciptakan lingkungan sesuai dengan kondisi dirinya" (Winefield dkk., 2012).

Psychological well-being dalam hal ini begitu mempengaruhi pembentukan penilaian diri individu dalam setiap aktivitas sehari-hari. Huppert (2009) menyebutkan bahwa *psychological well-being* itu mengenai hidup yang berjalan dengan baik, merupakan gabungan dari perasaan baik dan bagaimana individu menjalani kehidupan dengan efektif. Dari data penelitian yang dilakukan oleh Sutra (2020) berdasarkan temuan studi yang dilaksanakan, diketahui bahwa pelaksanaan kunjungan oleh keluarga untuk warga binaan pemasyarakatan di Lapas Kelas IIB Pangkalan Bun memberikan dampak positif terhadap kondisi mental warga binaan pemasyarakatan jika dibandingkan dengan warga binaan pemasyarakatan yang jarang atau tidak mendapatkan kunjungan. Berdasarkan hasil penelitian IriShinta (2023) semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan dari keluarga atau kerabat, semakin tinggi pula *psychological well-being* yang mereka miliki. Namun sebaliknya, jika dukungan sosial yang diterima dari keluarga atau kerabat rendah, maka semakin rendah pula *psychological well-being* yang dimiliki.

Dampak kunjungan yang memberikan peranan positif berdasarkan beberapa penelitian yang sudah dijabarkan bahwa sebagian besar hasil kunjungan keluarga memberikan manfaat positif bagi kesejahteraan psikologis warga binaan pemasyarakatan, keluarga dapat mengunjungi Lembaga Pemasyarakatan ketika warga binaan sedang menjalani masa hukuman. Pada saat kunjungan, para WBP akan diberi nasihat dan penguatan positif agar mampu dalam menjalani masa binaan dengan baik. Keluarga berperan penting dalam pemberian dukungan agar seorang warga binaan pemasyarakatan dapat mencapai kondisi kesejahteraan psikologis yang baik dalam menjalani masa hukuman. Akan tetapi urgensi dari pola peraturan pemasyarakatan ini memang memberikan dampak positif bagi warga binaan pemasyarakatan yang dikunjungi, namun tidak melihat sisi warga binaan pemasyarakatan yang jarang atau bahkan tidak pernah dikunjungi oleh kerabat atau keluarga, yang membuka peluang warga binaan pemasyarakatan mengalami keadaan psikologi yang tidak stabil, seperti kurangnya kemampuan individu dalam bersosialisasi, dan individu cenderung pesimis.

Dukungan emosional yang seharusnya dapat dirasakan ketika keluarga berkunjung dengan hanya sekedar bertatap muka dan mengetahui keadaan keluarga diluar lapas, sudah dapat memberikan rasa aman dan tenang bagi warga binaan pemasyarakatan.

Mereka yang kurang atau bahkan tidak mendapat kunjungan berpotensi memiliki perasaan tertekan dan pikiran – pikiran negative perihal dirinya beserta lingkungan sekitarnya, kurangnya kunjungan keluarga dapat mempengaruhi kemampuan warga binaan pemsarakatan dalam menerima diri secara positif dalam memiliki tujuan hidup yang jelas.

Berdasarkan fenomena yang ada dan pro-kontra penelitian tersebut, peneliti telah mengemukakan permasalahan terkait pola kunjungan keluarga terhadap psychological well-being warga binaan pemsarakatan yang memicu pertanyaan apakah warga binaan pemsarakatan yang jarang bahkan tidak pernah dikunjungi oleh keluarga akan mengalami gangguan psikologis atau akan baik-baik saja? dengan subjek yang belum pernah diteliti sebelumnya membuat peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Representasi psychological well being warga binaan pemsarakatan berdasarkan pola kunjungan keluarga di lembaga pemsarakatan kelas IIA Manado.

## METODE PENELITIAN

Penelitian fenomenologi adalah suatu penelitian ilmiah yang mengkaji dan menyelidiki suatu peristiwa yang dialami oleh seorang individu, sekelompok individu, atau sekelompok makhluk yang hidup. Suatu kejadian menarik terjadi dan menjadi bagian dari pengalaman hidup subjek penelitian (Moleong, 2019). Maksud peneliti menggunakan pendekatan ini karena penelitian ini ingin lebih memahami bagaimana interaksi atau proses yang dialami oleh individu mengenai representasi psychological well-being warga binaan pemsarakatan berdasarkan pola kunjungan terhadap dukungan keluarga di lembaga pemsarakatan kelas IIA Manado.

Lokasi penelitian dalam penelitian ini adalah di Lembaga pemsarakatan kelas IIA Manado, Jl. Santiago, No. 03. Mahawu, Kec. Tuminting, Kota Manado. Waktu pelaksanaan penelitian kurang lebih dilaksanakan selama 5 bulan mulai dari November – Maret 2025. Sumber primer merujuk pada data yang diperoleh langsung dari pihak yang memberikan informasi kepada pengumpul data, sumber sekunder adalah sumber yang tidak memberikan data secara langsung kepada pengumpul data, melainkan melalui perantara seperti orang lain atau dokumen.

Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Triangulasi teknik, berarti peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber yang sarna. Peneliti menggunakan wawancara mendalam, dan dokumentasi untuk sumber data yang sarna secara serempak.

Seperti dinyatakan oleh Miles and Huberman (dalam Sugiyono, 2013), bahwa yang paling rumit dalam analisis data kualitatif, karena metode analisis belum dirumuskan dengan

baik. Selanjutnya Susan Stainback (dalam Sugiyono, 2013) menyatakan, belum ada panduan dalam penelitian kualitatif untuk menentukan berapa banyak data dan analisis yang diperlukan untuk mendukung kesimpulan atau teori.

Dalam penelitian kualitatif, temuan atau data dapat dinyatakan valid apabila tidak ada perbedaan antara yang dilaporkan peneliti dengan apa yang sesungguhnya terjadi pada obyek yang diteliti. Keabsahan data digunakan sebagai teknik untuk menentukan batas keabsahan. Data dikumpulkan dengan menggunakan teknologi triangulasi oleh peneliti. Menurut Sugiyono (2013) triangulasi dalam pengujian kredibilitas ini diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan penelitian ini adalah untuk memahami bagaimana kunjungan keluarga dapat menggambarkan kondisi *psychological well-being* mereka, serta faktor-faktor yang memengaruhi kondisi tersebut. Setiap narasumber memberikan perspektif yang berbeda, yang akan memberikan gambaran lebih lengkap mengenai bagaimana kunjungan keluarga mempengaruhi psikologi warga binaan pemasyarakatan, baik dari sisi penguatan mental, relasi emosional, maupun dampaknya terhadap perilaku warga binaan pemasyarakatan selama menjalani hukuman. Kesejahteraan psikologis tidak hanya sekadar tidak adanya gangguan mental atau stres, tetapi lebih pada pencapaian hidup yang mencakup pencapaian potensi diri, kebahagiaan, dan pemenuhan tujuan hidup.

Berdasarkan analisis yang dilakukan bahwasannya penerimaan diri menurut Wells (2014) ialah yang mampu menerima dirinya di masa lalu baik yang senang ataupun kurang menyenangkan dan juga membangun sikap positif terhadap dirinya sendiri, dan mampu untuk mengenali baik buruk tentang masa lalunya. Data yang ditemukan ketiga partisipan secara keseluruhan, meskipun mengalami penolakan di awal, seiring berjalannya waktu mereka mulai menerima kenyataan dan keadaan mereka, yang pada akhirnya mempengaruhi kemampuan mereka untuk menjalani masa hukuman dan rehabilitasi dengan lebih positif, penerimaan diri yang positif berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis mereka, karena individu yang menerima diri mereka lebih mudah mengatasi stres dan hambatan dalam kehidupan penjara serta lebih terbuka terhadap perubahan dan pemulihan.

Dimensi hubungan positif dengan orang lain dalam teori Carol Ryff (2014) mengacu pada kemampuan individu untuk membangun dan memelihara hubungan yang hangat, saling mendukung, dan penuh empati dengan orang lain. Dalam konteks ketiga partisipan kasus narkoba, meskipun mereka mengalami kesulitan emosional akibat keterlibatan

dalam tindak pidana, ketiganya menunjukkan kemampuan untuk menjalin hubungan positif dengan warga binaan pemasyarakatan (WBP) lainnya, Berdasarkan uraian penjelasan dimensi partisipan, terdapat temuan yang peneliti dapati bahwa, partisipan yang tidak pernah dikunjungi (RP) Pernyataannya bertolak belakang dengan informasi yang peneliti tanyakan kepada informan 1 dan 2, yang mengungkapkan bahwa melalui aktivitas yang dilakukan bersama di dalam Lapas, dapat dipastikan oleh informan bahwa partisipan yang tidak pernah dikunjungi (RP) sebenarnya begitu merindukan kunjungan keluarga terlebih orang tuanya, hanya saja ia menutupi dengan mengatakan kepada peneliti bahwa ia melarang kedua orang tua untuk berkunjung.

Menurut Wells (2010), hubungan positif yang dimaksud adalah kemampuan menjalin hubungan yang baik dengan orang lain disekitar. Data yang peneliti temukan terkait hubungan positif dengan orang lain, ketiga responden mampu membina hubungan yang positif dengan sesama warga binaan dan juga sipir pengelola Lapas. Maka dapat disimpulkan bahwa warga binaan pemasyarakatan yang tidak pernah dikunjungi RP, jarang dikunjungi AL, dan sering dikunjungi AD, memenuhi dimensi hubungan positif dengan orang lain dengan dibuktikan adanya hubungan baik dengan dengan sesama warga binaan lainnya.

Menurut Ryff (1995) penguasaan lingkungan adalah kemampuan untuk mengatur lingkungannya, memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungannya, menciptakan kesempatan yang di lingkungan ia dapat mengendalikan aktifitas eksternal yang berada dilingkungan termasuk mengatur dan mengendalikan kehidupan sehari-hari.

Oleh karena itu peneliti memaparkan bahwa ketiga partisipan memiliki karakteristik penguasaann lingkungan yang berbeda ditandai dengan perbedaan respon perilaku yang diberikan, dalam hal ini, penguasaan lingkungan lebih bergantung pada upaya individu untuk menciptakan stabilitas dan kontrol atas kehidupan mereka. Dukungan eksternal berupa kunjungan keluarga sangat berdampak pada proses penguasaan lingkungan, sumber daya emosional yang diterima oleh partisipan yang jarang dikunjungi AL, dan partisipan yang sering dikunjungi AD, berbeda dengan partisipan yang tidak pernah dikunjungi RP, dimana keluarga menjadi motivasi tambahan untuk mencega perasaan terisolasi dan mengurung diri.

Kesimpulan dari analisa diatas bentuk dinamika otonomi diri warga binaan pemasyarakatan narkoba menunjukkan bahwa meskipun mereka berada dalam lingkungan yang penuh dengan pembatasan dan peraturan, mereka masih dapat mempertahankan kontrol atas kehidupan mereka dengan cara yang positif. Ketiga partisipan menunjukan otonomi diri, meskipun tingkat kunjungan keluarga bervariasi,

mereka semua dapat mengembangkan tingkat otonomi yang sehat, yang mendukung kesejahteraan psikologis mereka dan kemampuan untuk menghadapi tantangan dalam kehidupan penjara.

Dimensi tujuan hidup dalam teori Carol Ryff mengacu pada sejauh mana individu memiliki arah yang jelas dan makna dalam hidup mereka, serta kemampuan untuk menetapkan dan mengejar tujuan yang berarti. Bagi warga binaan pemasyarakatan narkoba, frekuensi kunjungan keluarga dapat memengaruhi pemahaman mereka tentang tujuan hidup dan proses pemulihan mereka. Berdasarkan data yang peneliti peroleh Menemukan tujuan hidup yang jelas dan bermakna dapat memberikan rasa kontrol dan penguatan diri, yang sandari gat dibutuhkan untuk menghadapi masa-masa sulit dalam penjara. Tujuan hidup juga menjadi alat penting untuk warga binaan pemasyarakatan dalam mengatasi perasaan terisolasi atau tertekan, dan membimbing mereka untuk kembali ke masyarakat sebagai individu yang lebih baik. Dengan memiliki tujuan yang jelas, warga binaan pemasyarakatan dapat menjalani proses pemulihan dengan lebih optimis dan memiliki pandangan yang lebih positif terhadap masa depan mereka.

Proses pertumbuhan pribadi di penjara sering kali melibatkan upaya untuk mengatasi kecanduan dan perbaikan karakter. Warga binaan pemasyarakatan narkoba yang aktif mengikuti program rehabilitasi, terapi, cenderung menunjukkan peningkatan dalam hal pengendalian diri dan ketahanan mental. Secara keseluruhan berdasarkan teori yang dijelaskan Ryff pertumbuhan diri bagi warga binaan pemasyarakatan narkoba sangat dipengaruhi oleh sejauh mana mereka mendapatkan dukungan sosial dan spiritual. Walaupun tingkat kunjungan keluarga berbeda-beda, ketiga kelompok warga binaan pemasyarakatan ini menunjukkan bagaimana mereka berusaha untuk berkembang secara pribadi, meskipun dengan cara yang berbeda. Warga binaan pemasyarakatan yang tidak pernah atau jarang dikunjungi cenderung mengandalkan kegiatan ibadah dan refleksi diri sebagai sarana pemulihan, sementara mereka yang sering dikunjungi lebih mendapat dukungan emosional yang mengarah pada peningkatan regulasi emosi dan kesabaran. Semua ini menunjukkan bahwa meskipun kondisi dan dukungan berbeda, proses pertumbuhan diri tetap berjalan, mendukung kesejahteraan psikologis mereka di tengah keterbatasan yang ada.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti dapat menyimpulkan bahwa, gambaran kesejahteraan psikologis warga binaan pasyarakatan narkoba berdasarkan pola kunjungan keluarga, yang memainkan peran penting dalam membentuk dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis mereka. Dalam konteks dimensi penerimaan diri, warga binaan pasyarakatan yang awalnya merasa penolakan terhadap keadaan mereka, seiring berjalannya waktu, mulai menerima situasi yang ada. Mereka menyadari bahwa proses pemulihan membutuhkan penerimaan terhadap diri sendiri, hubungan sosial di lingkungan penjara bisa memberikan dukungan emosional yang diperlukan untuk mempertahankan kesejahteraan psikologis, kemandirian meskipun tingkat kunjungan keluarga bervariasi, mereka semua dapat mengembangkan tingkat otonomi yang sehat, yang mendukung kesejahteraan psikologis mereka dan kemampuan untuk menghadapi tantangan dalam kehidupan penjara, pertumbuhan pribadi yang direalisasikan dengan cara yang berbeda warga binaan pasyarakatan yang tidak pernah atau jarang dikunjungi cenderung mengandalkan kegiatan ibadah dan refleksi diri sebagai sarana pemulihan, sementara mereka yang sering dikunjungi lebih mendapat dukungan emosional yang mengarah pada peningkatan regulasi emosi dan kesabaran.

Peneliti menemukan bahwa ketiga partisipan memiliki karakteristik penguasaan lingkungan yang berbeda ditandai dengan perbedaan respon perilaku yang diberikan, dalam hal ini, penguasaan lingkungan lebih bergantung pada upaya individu untuk menciptakan stabilitas dan kontrol atas kehidupan mereka. Dukungan eksternal berupa kunjungan keluarga sangat berdampak pada proses penguasaan lingkungan, sumber daya emosional yang diterima oleh partisipan yang jarang dikunjungi AL, dan partisipan yang sering dikunjungi AD, berbeda dengan partisipan yang tidak pernah dikunjungi RP, dimana keluarga menjadi motivasi tambahan untuk mencegah perasaan terisolasi dan mengurung diri. Dimensi tujuan hidup memiliki dampak besar pada kesejahteraan psikologis WBP, partisipan yang tidak pernah dikunjungi RP menunjukkan respon yang negatif terhadap dimensi ini partisipan tidak memiliki arah tujuan hidup yang jelas dan terjebak dalam perasaan pasif, hanya menjalani hari demi hari tanpa memiliki rencana atau tujuan yang jelas untuk masa depan. Menemukan tujuan hidup yang jelas dan bermakna dapat memberikan rasa kontrol dan penguatan diri seperti yang dilakukan oleh partisipan yang jarang dikunjungi AL dan partisipan yang sering dikunjungi AD

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad. (2022). *METODOLOGI PENELITIAN*. CV. syakir Media Press.
- Aisyah raihan fadilla. (mahasiswa baru di fakultas dakwah dan). *gambaran psychological well-being pada v.*
- Anggia, Y. (2023). Gambaran Psychological Well-Being Narapidana Lanjut Usia di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Pematang Siantar. *Jurnal Intelektualita: Keislaman, Sosial, dan Sains*, 12(532–536). <https://doi.org/10.19109/intelektualita.v12i02.19880>
- Hasanah, Y. N. (2020). Peranan Kunjungan Keluarga Terhadap Upaya Penanggulangan Gangguan Psikologis Bagi Narapidana (Studi Kasus Pada Lembaga Pemasyarakatan Wanita Klas IIA Tangerang). *JUSTITIA : Jurnal Ilmu Hukum dan Humaniora*, 7(2), 434–443.
- Huppert, F. A. (2009). Psychological Well - being: Evidence Regarding its Causes and Consequences†. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137–164. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- Indonesia, P. R. (1995). *Undang-Undang RI Nomor 12 Tahun 1995 Tentang Pemasyarakatan*.
- IriShinta, P. (2023). Hubungan Dukungan Sosial dan Psychological Well-Being pada Warga Binaan Pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Yogyakarta Prasilia. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 5(2), 5390–5399. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/14388%0Ahttp://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/download/14388/11148>
- Kearney, K. S., & Hyle, A. E. (2003). The Grief Cycle and Educational Change: The Kubler-Ross Contribution. *Planning and Changing*, 34(1&2), 32–57.
- Kurniasari, E., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Gambaran Umum Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2), 52–58. [http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative\\_counseling](http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling)
- Moleong, L. (2019). *Metodologi Penelitian*. PT. Remaja, Rosdakarya.
- Nugroho, Y. A. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Psychological Well-Being Pada Narapidana Anak Di Lapas Klas 1 Kutoarjo. *Jurnal Basicedu*, 4(1), 36–43. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v4i1.279>
- Oruh, S., Theresia, M., & Agustang, A. (2021). Kesejahteraan Psikologis (Studi pada Dewasa Madya yang Belum Menikah di Kota Makassar). *Jurnal Psikologi Universitas Negeri Makassar*, 1(1), 1–19. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.28847.76969>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>

- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research Key Words Self-acceptance Purpose in life Positive relationships Personal growth Autonomy Environmental mastery Sociodemographic differences Vulnerability Resilien. *Psychother Psychosomatics*, 65, 14–23. <https://www.karger.com/Article/PDF/289026>
- Sugiyono. (2013). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. ALFABETA, Cv.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Penerbit Alfabeta.
- Sutra, B. (2020). Peran Kunjungan Keluarga Terhadap Kondisi Psikologis Narapidana Di Lapas Kelas IIB Pangkalan BUN. *Syntax Literater: Jurnal Ilmiah Inddonesia*, 5(8), 481–496.
- Tiwa, T. M., Mandang, J. H., Kumaat, T. D., & Panambunan, M. J. (2022). Self-regulation of Shadow Teacher for Autism Children in Sekolah Luar Biasa (SLB) Khusus Autis Permata Hati Manado. *Proceeding of International Conference on Special Education in South East Asia Region*, 1(1), 225–233. <https://doi.org/10.57142/picsar.v1i1.48>
- Winefield, H. R., Gill, T. K., Taylor, A. W., & Pilkington, R. M. (2012). Psychological well-being and psychological distress: is it necessary to measure both? *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*, 2(1), 3. <https://doi.org/10.1186/2211-1522-2-3>
- Wuryansari, R., & Subandi, S. (2019). Program Mindfulness for Prisoners (Mindfulness) untuk Menurunkan Depresi pada Narapidana. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 5(2), 196. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.50626>