



*Corresponding author: Ervia Toga,
Program Studi S1 Keperawatan, STIKES
Banyuwangi, Jawa Timur, Indonesia.

E-mail: ervia.toga84@gmail.com

RESEARCH ARTICLE

The Relationship Between Self-Forgiveness and Psychological Well-Being Among Female Inmates at Banyuwangi Correctional Institution in 2024

Ervia Toga*, Fransiska Erna Damayanti, & Wiwin Tri Lestari

Program Studi S1 Keperawatan, STIKES Banyuwangi, Jl. Letkol Istiqlah No. 109
Banyuwangi.

Abstract: Female inmates often face intense emotional stress due to guilt, shame, and social stigma for the actions they have committed. Continuous emotional stress will affect the psychological well-being of inmates. If inmates have poor psychological well-being, it will affect their productivity. Psychological well-being in inmates can be improved by applying the concept of self-forgiveness. This study aimed to determine the relationship between self-forgiveness and psychological well-being in female inmates. This study is a quantitative correlative study with a cross-sectional approach. The sample used was 45 female inmates selected using the total sampling method. The independent variable in this study is self-forgiveness, and the dependent variable is psychological well-being. The instruments used were the Heartland Forgiveness Scale (HFS) and Psychological Well-Being Scale (PWBS) questionnaires. The collected data were then analyzed using Spearman Rank in IBM SPSS Statistics v.26. The respondents' levels of self-forgiveness and psychological well-being and 27 (60.0%) respondents of the Spearman Rank analysis showed a Sig. (2-tailed) value of 0.045 (<0.05), meaning there is a significant relationship between self-forgiveness and psychological well-being in female inmates in Banyuwangi Prison. The results of this study have important implications for prisoner rehabilitation programs. Interventions focusing on increasing self-forgiveness, such as gratitude or empathy-based counseling and therapy, can help inmates achieve better psychological well-being.

Keywords: Self-forgiveness, Psychological well-being, Female inmates

1. Introduction

Psychological well being menjadi permasalahan yang paling sering dijumpai pada narapidana perempuan. *Psychological well being* merujuk pada kemampuan individu dalam merespons secara adaptif terhadap tuntutan hidup, yang meliputi penerimaan diri, pengendalian diri, aktualisasi diri, serta kemampuan membangun hubungan sosial yang positif. Psychological well being pada narapidana perempuan mengalami masalah karena narapidana perempuan harus menyesuaikan kembali pada lingkungan yang baru dan dituntut untuk mengendalikan diri di lembaga pemasyarakatan. Salah satu konsekuensi utama dari penahanan di lapas yakni pembatasan kebebasan individu, termasuk kebebasan bergerak. Narapidana perempuan, khususnya, mengalami dampak tambahan berupa pembatasan dalam memenuhi kebutuhan sosial dan psikologis, seperti hubungan intim dan sebagainya. Faktor-faktor tersebut juga menyebabkan masalah pada *psychological well being* narapidana perempuan (Alidrus et al., 2022).



Berdasarkan laporan oleh Helen Fair dan Roy Walmsley dalam Edisi Kelima Daftar Penjara Wanita di Dunia menunjukkan bahwa lebih dari 740.000 wanita dan anak perempuan berada di penjara di seluruh dunia (Institute for Crime & Justice Policy Research, 2022). Kemen. PPPA merilis data dari Kemenkumham yang menunjukkan bahwa persentase narapidana perempuan hingga 2023 sebanyak 4,8% dari total narapidana di Indonesia (Kementerian PPPA, 2023). Berdasarkan data dari Sistem Database Pemasarakatan (SDP) Publik Ditjenpas tahun 2024, jumlah persentase narapidana wanita di Jawa Timur sebanyak 4,5% (SDP Publik, 2024). Data dari Lapas Banyuwangi jumlah narapidana wanita yang berada di Banyuwangi berjumlah 45 orang. Jumlah narapidana perempuan secara tidak langsung menggambarkan jumlah napi perempuan yang mengalami masalah dalam *psychological well being*.

Salah satu faktor yang berhubungan dengan *psychological well being* ialah *self forgiveness*. *Self forgiveness* merupakan coping yang berupa memaafkan serta mengapresiasi terhadap hal-hal kecil pada diri sendiri. Narapidana yang memiliki coping self forgiveness maka dia dapat tetap merasakan perasaan pemaaf dan perasaan positif, dan dapat meningkatkan *psychological well being* (Wahyudi dkk., 2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi self-forgiveness pada tahanan narapidana wanita yaitu lama tahanan, kunjungan, dan riwayat ditahan sebelumnya. Ketiga faktor ini berperan dalam membentuk bagaimana tahanan memproses rasa bersalah, menerima diri mereka, dan melanjutkan hidup dengan fokus pada perbaikan diri. Intervensi yang mendukung refleksi, pemulihan hubungan, dan pengurangan stigma dapat memperkuat kemampuan tahanan untuk mencapai self-forgiveness dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka (Nadhiroh, 2020). Pemaaf atau Self-forgiveness merupakan salah satu mekanisme coping yang efektif dalam meningkatkan kesehatan psikologis, dapat berdampak signifikan pada *psychological well-being*. Kesejahteraan psikologis berdampak positif terhadap kesehatan secara keseluruhan, baik fisik maupun mental narapidana perempuan, meningkatkan usia harapan hidup mereka, dan dapat digunakan sebagai ukuran untuk menggambarkan kualitas hidup dan kemampuan mereka. Dalam kehidupan narapidana perempuan, ada banyak pengalaman emosi yang berkontribusi dan memengaruhi kesejahteraan psikologisnya, memicu respons emosional negatif seperti kekecewaan, kegagalan, dan duka cita (Ahadiyanto, 2020).

Narapidana perempuan perlu memahami hubungan antara *self forgiveness* dengan *psychological well being* yang dapat dibuktikan dengan meningkatnya kesejahteraan narapidana perempuan jika mereka dapat melepaskan diri dari belenggu masa lalu yang menyakitkan dan memaafkan semua peristiwa buruk yang pernah terjadi. Narapidana perempuan yang memiliki harga diri, keceriaan, pandangan optimis, dan *self forgiveness* tinggi memfasilitasi proses penemuan dan pengembangan diri secara maksimal. Pengembangan minat akan meningkatkan potensi diri dan membuat narapidana perempuan merasa bebas dapat melakukan minat yang dimilikinya, maka hal tersebut akan memunculkan *psychological well being*. Narapidana perempuan dengan kesejahteraan psikologis yang optimal cenderung lebih inovatif, memiliki kesadaran diri yang tinggi, serta mampu menetapkan tujuan yang jelas. Sebagai salah satu bentuk mekanisme coping, pemaafan diri berkontribusi signifikan terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis individu (Handayani, 2021b).

Upaya untuk mempertahankan *psychological well being* adalah dengan meningkatkan *self forgiveness*. Dengan memiliki rasa pemaaf terhadap diri sendiri, narapidana perempuan akan merasa semuanya baik-baik saja sehingga mereka akan lebih sejahtera. Selain itu, peningkatan *psychological well being* dapat dilakukan dengan mengisi kegiatan positif yang telah diprogramkan oleh Lembaga Pemasarakatan (Lapas) di masing-masing wilayah (Anyaq et al., 2022).

Berdasarkan latar belakang, perlu dilakukan penelitian terkait “Hubungan *Self forgiveness* dengan *Psychological well being* Pada Narapidana Wanita Di Lapas Banyuwangi Tahun 2024.”

2. Research Method and Materials

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Jenis penelitian korelatif di mana fokusnya pada analisis hubungan antara variabel-



variabel yang berbeda tanpa adanya manipulasi variabel bebas. Sedangkan untuk Desain penelitian ini menggunakan desain cross sectional yang berarti data variabel independen dan dependen dikumpulkan secara simultan pada satu waktu (Notoadmojo, 2012).

Partisipan dalam penelitian ini yaitu narapidana Wanita di lapas Banyuwangi yaitu 45 Orang. Peralatan untuk mengumpulkan data pada penelitian ini menggunakan dua instrument, yaitu untuk variabel *Self forgiveness* dalam penelitian ini diukur menggunakan kuesioner HFS (Heartland Forgiveness Scale). Sedangkan untuk variable Psikologi Well Being diukur dengan kuesioner PSWB (Psychological Well-Being Scale).

Proses analisa data yang meliputi univariat dan bivariat. Analisis univariat bertujuan mendiskusikan karakteristik setiap variabel yang diteliti meliputi *Self forgiveness* dan Psikologi Well Being. Sedangkan untuk Analisa bivariat dalam penelitian ini, digunakan uji korelasi Spearman untuk menganalisis hubungan antara dua variabel berskala ordinal. Uji Spearman dipilih karena merupakan uji statistik non-parametrik yang tidak memerlukan asumsi distribusi data tertentu. Mengingat skala data yang digunakan bersifat ordinal, maka uji korelasi Spearman menjadi pilihan yang tepat (Nursallam, 2020).

3. Results and Discussion

3.1. Results

3.1.1. Data Umum

Table 1. Distribusi Responden berdasarkan Usia di Lapas Banyuwangi tahun 2024

Usia	N	Presentase (%)
Remaja (18-24 tahun)	5	11,1
Dewasa Muda (15-39 tahun)	24	53,3
Dewasa Tua (40-59 tahun)	14	31,1
Lansia (> 60 tahun)	2	4,4
Total	45	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui sebagian besar usia responden berada dalam rentang usia dewasa muda (25-39 tahun) dengan jumlah 24 responden (53,3%).

Table 2. Distribusi Responden berdasarkan Masa Lama Tahanan di Lapas Banyuwangi tahun 2024

Masa lama tahanan	n	Presentase (%)
3-10 bulan	14	31,1
1-3 tahun	20	44,4
4-9 tahun	11	24,4
Total	45	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa hampir setengahnya masa lama tahanan responden adalah 1-3 tahun dengan jumlah 20 responden (44,4%).

Table 3. Distribusi Responden berdasarkan Frekuensi Kunjungan di Lapas Banyuwangi tahun 2024

Frekuensi Kunjungan	n	Presentase (%)
Tidak pernah	6	13,3
1-2x/minggu	37	82,2
3-4x/minggu	2	4,4
Total	45	100

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa hampir seluruhnya (Arikunto, 2013) frekuensi kunjungan kepada responden di Lapas Banyuwangi adalah 1-2x/minggu dengan jumlah 37 responden (82,2%)

Table 4. Distribusi Responden berdasarkan Kasus di Lapas Banyuwangi tahun 2024

Kasus	n	Presentase (%)
Narkoba	26	57,8
Pencurian	7	15,6
Penggelapan	9	20,0
korupsi	2	4,4
KDRT (Anak)	1	2,2
Total	45	100

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa sebagian besar kasus responden masuk lapas dikarenakan kasus narkoba dengan jumlah 26 responden (57,8%).

Table 5. Distribusi Responden berdasarkan Tingkat Pendidikan di Lapas Banyuwangi tahun 2024

Kasus	n	Presentase (%)
SD	8	17,8
SMP	6	13,3
SMA/SMK	28	62,2
PT	3	6,7
Total	45	100

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa sebagian besar (Arikunto, 2013), tingkat pendidikan responden adalah SMA/SMK dengan jumlah 28 responden (62,2%).

3.1.2. Data Kbusus

Table 6. Distribusi Responden berdasarkan *Self forgiveness* pada Narapidana Wanita di Lapas Banyuwangi tahun 2024

Tingkat <i>Self forgiveness</i>	n	Presentase (%)
<i>Self forgiveness</i> Sedang	9	20,0
<i>Self forgiveness</i> Tinggi	36	80,0
Total	45	100

Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa hampir seluruhnya tingkat *Self forgiveness* responden berada dalam kategori tinggi dengan jumlah 36 responden (80,0%).

Table 7. Distribusi Responden berdasarkan *Psychological well being* pada Narapidana Wanita di Lapas Banyuwangi tahun 2024

<i>Psychological Well Being</i>	n	Presentase (%)
<i>Psychological Well Being</i> Rendah	1	2,2
<i>Psychological Well Being</i> Sedang	17	37,8
<i>Psychological Well Being</i> Tinggi	27	60,0
Total	45	100

Berdasarkan tabel 7 diketahui bahwa sebagian besar (Arikunto, 2013) *psychological well being* responden berada dalam kategori tinggi dengan jumlah 27 responden (60,0%).

Table 8. Analisis Rank Spearman Hubungan *Self forgiveness* dengan *Psychological well being* pada Narapidana Wanita di Lapas Banyuwangi tahun 2024

Kriteria		<i>Psychological Well Being</i>			Total	P value	Korelasi koefisien	
		Tinggi	Sedang	Rendah				
<i>Self forgiveness</i>	Sedang	Count	1	5	3	9	0,045	0,300
		% within <i>Self Forgiveness</i>	11,1	55,6	33,3	100,0		

	% within <i>Psychological Well Being</i>	100,0	29,4	11,1	20,0
	% of Total	2,2	11,1	6,7	20,0
Tinggi	Count	0	12	24	36
	% within <i>Self Forgiveness</i>	0,0	33,3	66,7	100,0
	% within <i>Psychological Well Being</i>	0,0	70,6	88,9	80,0
	% of Total	0,0	26,7	53,3	80,0
Total	Count	1	17	27	45
	% within <i>Self Forgiveness</i>	2,2	37,8	60,0	100,0
	% within <i>Psychological Well Being</i>	100,0	100,0	100,0	100,0
	% of Total	2,2	37,8	60,0	100,0

Berdasarkan tabel 8 diketahui bahwa sejumlah 5 responden (55,6%) memiliki *self forgiveness* kategori sedang dan memiliki *psychological well being* kategori sedang. Sejumlah 24 responden (66,7%) memiliki *self forgiveness* kategori tinggi dan memiliki *psychological well being* kategori tinggi. Nilai korelasi koefisien sebesar 0,300 yang artinya memiliki korelasi cukup kuat, nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,045 yang artinya terdapat hubungan antar kedua variabel. Arah hubungan menunjukkan nilai positif yang artinya sejajar berlinier. Berdasarkan analisis tersebut maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self forgiveness* dengan *psychological well being* pada narapidana wanita di Lapas Banyuwangi tahun 2024.

3.2. Pembahasan

3.2.1. *Self Forgiveness pada Narapidana Wanita di Lapas Banyuwangi*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden narapidana (80%) memiliki tingkat *self-forgiveness* yang tinggi. *Self-forgiveness* kategori tinggi. Hal ini mengacu pada kemampuan seseorang untuk tulus memaafkan diri atas kesalahan, kegagalan, atau kekurangan yang pernah dilakukan, sembari tetap memegang rasa tanggung jawab dan komitmen untuk perbaikan diri. Narapidana dengan tingkat *self forgiveness* yang tinggi memiliki beberapa ciri khas dalam sikap, emosi dan cara menghadapi kesalahan atau kekurangan diri. Narapidana dengan *self-forgiveness* tinggi akan mampu menerima kelemahan dan kesalahan mereka sebagai bagian dari diri yang tidak sempurna, tidak terlalu keras dalam menghakimi diri sendiri ketika melakukan kesalahan (Panggabean & Huwae, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa hampir setengahnya responden berada di lapas dengan kurun waktu 1-3 tahun dengan jumlah 20 responden (44,4%). Penelitian yang dilakukan oleh Prakasiwi et al, (2020) menunjukkan bahwa Tingginya *self-forgiveness* ini dipengaruhi oleh beberapa faktor. Pertama, lama masa tahanan sekitar 1-3 tahun memungkinkan narapidana memiliki waktu yang cukup untuk merenungkan kesalahan mereka, memahami akar penyebabnya, dan berdamai dengan diri sendiri. Proses ini didukung oleh program rehabilitasi efektif yang disediakan lembaga pemasyarakatan, seperti konseling dan terapi kelompok, serta waktu untuk memperdalam aspek spiritual. Kedua, frekuensi kunjungan keluarga yang tinggi (1-2 kali per minggu) sangat berkorelasi dengan peningkatan *self-forgiveness* (Paleari, 2022). Kunjungan keluarga pada narapidana akan memberikan dukungan emosional dan psikologis. Kunjungan keluarga memberikan perasaan bahwa narapidana masih diterima dan dicintai oleh orang-orang terdekat, meskipun mereka melakukan kesalahan. Hal tersebut dapat meningkatkan keyakinan diri dan memperkuat kemampuan untuk memaafkan diri sendiri. Terakhir, diketahui bahwa sebagian besar

responden masuk lapas dikarenakan kasus narkoba dengan jumlah 26 responden (57,8%). Kasus penahanan berkaitan dengan tingkat *self forgiveness*. Pada kasus narkoba perlu diberikan rehabilitasi khusus agar dapat meningkatkan tingkat *self forgiveness* narapidana dengan kasus narkoba. Penelitian yang dilakukan oleh Agustin et al, (2024) menunjukkan bahwa rehabilitas yang tepat pada penyintas narkoba akan memberikan dampak berupa peningkatan *self forgiveness* pada narapidana. Rehabilitasi yang berfokus pada pemulihan holistik, termasuk konseling psikologis dan terapi emosional dapat membantu narapidana memahami kesalahan mereka tanpa rasa malu berlebihan, sehingga dapat meningkatkan tingkat *self forgiveness*.

3.2.2. *Psychological Well Being Pada Narapidana Wanita Di Lapas Banyuwangi*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden narapidana (60,0%) memiliki tingkat *psychological well-being* yang tinggi, dicirikan oleh kemampuan mengelola emosi dengan baik, resistensi terhadap perasaan negatif, kepercayaan diri yang tinggi, dan kemandirian dalam mengambil keputusan. Tingginya tingkat *psychological well-being* ini ditemukan berhubungan dengan tingkat pendidikan responden, yang sebagian besar (62,2%) merupakan lulusan SMA/SMK. Hal ini konsisten dengan penelitian yang menunjukkan bahwa tingkat pendidikan yang lebih tinggi berkorelasi dengan kematangan emosional dan peningkatan kemampuan menghadapi masalah, yang pada akhirnya berkontribusi pada kesejahteraan psikologis yang lebih optimal (Ghazanfari et al., 2023)

3.2.3. *Hubungan Antara Self Forgiveness Dengan Psikologi Well Being Pada Narapidana Wanita Di Lapas Banyuwangi*

Penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *self-forgiveness* dan *psychological well-being* pada narapidana wanita di Lapas Banyuwangi. Hal ini terlihat dari mayoritas responden (66,7%) yang memiliki *self-forgiveness* kategori tinggi juga menunjukkan *psychological well-being* kategori tinggi, sementara 55,6% responden dengan *self-forgiveness* sedang juga memiliki *psychological well-being* sedang. Uji Rank Spearman mengkonfirmasi korelasi yang cukup kuat (koefisien 0,300) dan signifikan secara statistik ($p = 0,045$), menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-forgiveness* seorang narapidana, semakin baik pula *psychological well-being* mereka.

Adanya hubungan antara *self forgiveness* dengan *psychological well being* didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Angela et al, (2021) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self forgiveness* dengan *psychological well being*. Hasil penelitian juga didukung oleh Handayani (2021) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self forgiveness* dengan *psychological well being* pada narapidana wanita. Penelitian dengan hasil serupa juga dilakukan oleh Subandi et al, (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self forgiveness* dengan *psychological well being* pada narapidana wanita.

Self-forgiveness memungkinkan narapidana untuk melepaskan perasaan bersalah tersebut dan menerima kenyataan bahwa setiap individu dapat membuat kesalahan. Dengan memaafkan diri sendiri, narapidana wanita dapat mengurangi beban mental dan emosional yang mereka rasakan, yang pada gilirannya berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis mereka (Alidrus et al., 2022). Narapidana wanita yang memaafkan diri sendiri lebih mungkin untuk memperbaiki hubungan mereka yang mungkin terganggu akibat perbuatan kriminal mereka. Ini dapat membantu menciptakan lingkungan sosial yang lebih mendukung, yang sangat penting untuk kesejahteraan psikologis. Memaafkan diri sendiri memungkinkan mereka untuk menerima dukungan dari orang lain dan membangun kembali hubungan yang sehat, yang memperkuat kesejahteraan mental dan emosional mereka (Suryanhi & M, 2020).

Memaafkan menjadi salah satu faktor kunci dalam mencapai kesejahteraan psikologis. Dengan memaafkan, seseorang dapat melepaskan diri dari beban emosi negatif yang terkait dengan peristiwa menyakitkan di masa lalu, sehingga memungkinkan mereka untuk membangun hubungan yang lebih sehat dan bahagia (Mustary, 2021). Proses *self-forgiveness* sering kali berfungsi sebagai titik awal untuk perubahan positif. Narapidana wanita yang mampu memaafkan diri sendiri lebih cenderung untuk terlibat dalam program rehabilitasi,

mengikuti kegiatan positif, dan membangun masa depan yang lebih baik. Ketika seseorang melepaskan perasaan bersalah yang menghambat, mereka lebih terbuka untuk belajar dan tumbuh. Ini dapat mendorong mereka untuk mengambil langkah-langkah yang lebih sehat dalam kehidupan mereka setelah penahanan, yang berkontribusi pada kesejahteraan psikologis mereka.

Self-forgiveness dan *psychological well-being* saling mendukung, di mana kemampuan memaafkan diri sendiri berkorelasi dengan kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial yang lebih tinggi, sementara *well-being* yang baik mempermudah penerimaan diri dan penanganan rasa bersalah. Penelitian ini mengkonfirmasi hubungan tersebut, karena sebagian besar responden menunjukkan tingkat *self-forgiveness* dan *psychological well-being* yang tinggi, bahkan terlihat sejahtera secara fisik dan psikologis saat pengisian kuesioner, menegaskan bahwa *self-forgiveness* yang baik berdampak positif pada kesejahteraan psikologis mereka.

4. Conclusion

Kesimpulan dari penelitian yang berjudul “Hubungan *Self forgiveness* dengan *Psychological well being* pada Narapidana Wanita di Lapas Banyuwangi tahun 2024” sebagai berikut Berdasarkan hasil penelitian, diketahui hampir seluruhnya responden memiliki *self forgiveness* kategori tinggi dengan jumlah 36 responden (80%) Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden memiliki *psychological well being* kategori tinggi dengan jumlah 27 responden (60,0%). Berdasarkan hasil analisis Rank Sperman pada IBM SPSS Statistics 23. Diketahui koefisien korelasi sebesar 0,300 (0,26-0,50) yang berarti kekuatan korelasi kedua variabel cukup kuat. Nilai signifikansi (sig. 2-tailed) sebesar 0,045 (< 0,05) yang berarti kedua variabel memiliki korelasi. Semua nilai menunjukkan angka positif yang berarti hubungan antar dua variabel searah, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self forgiveness* dengan *psychological well being* pada narapidana wanita di Lapas Banyuwangi tahun 2024

References

- Agustin, V. A., Meiyuntariningsih, T., & Aristawati, A. R. (2024). Hubungan antara Self Forgiveness dan Meaning in Life dengan Psychological Well Being pada Pecandu Narkoba. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 7(1), 1404–1411. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jrpp.v7i1.24657>
- Ahadiyanto, N. (2020). Hubungan Dimensi Kepribadian The Big Five Personality dengan Tingkat Kesejahteraan Psikologis Narapidana (Di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Malang). *Jurnal Al-Hikmah*, 18(1), 126–127. <https://doi.org/https://doi.org/https://doi.org/10.35719/alhikmah.v18i1.26>
- Alidrus, N. D., Syahrina, I. A., & Mariana, R. (2022). Dukungan Sosial dan Religiusitas dengan Psychological Well-Being pada Warga Binaan Perempuan di Lembaga Pemasyarakatan. *Psyche 165 Journal*, 15(2), 105–112. <https://doi.org/https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i2.174>
- Angela, M., Felicia, & Cipta, F. (2021). Hubungan antara Forgiveness dan Psychological Well-Being pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan*, 2(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.51849/j-p3k.v2i1.93>
- Angelia, S., & Arianti, R. (2021). Gambaran Psychological Well-Being pada Remaja di Dusun Krasak yang Tidak Melanjutkan Pendidikan Formal. *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.51353/inquiry.v12i02.353>
- Anyaq, Y., Nanang, M., & Purba, R. (2022). Pemberdayaan Narapidana Melalui Kegiatan Kerja di Lapas Kelas IIA Kota Samarinda. *EJournal Sosiatri-Sosiologi*, 10(1), 1–12. ejournal.sos.fisip-ummul.ac.id
- Bartlett, A., & Hollins, S. (2018). Challenges and mental health needs of women in prison. *British Journal of Psychiatry*, 212(3), 134–136. <https://doi.org/10.1192/bjp.2017.42>
- Erniyanti, & Anatami, D. (2023). Edukasi Kesadaran Hukum pada Anak Sejak Usia Dini. *Jurnal Insan Pengabdian Indonesia (JOUPI)*, 1(4), 40–50.

- Fisabilillah, S. D., & Agustina, M. T. (2024). Psychological Well – Being Pada Remaja Dari Keluarga Broken Home. *Phronesis: Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 12(3), 14–26.
- Ghazanfari, H., Miri, S., & Mozghan Taebi. (2023). Psychological wellbeing, family cohesion, and purposeful life in male prisoners: A cross-sectional study. *Frontier in Psychometry*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1054149>
- Hanafi, H. (2023). Upaya Regulasif Pemenuhan Hak-Hak Narapidana Pada Sistem Masyarakat di Indonesia. *Al-Adl : Jurnal Hukum*, 15(2), 380. <https://doi.org/10.31602/al-adl.v15i2.7286>
- Handayani, N. D. P. (2021a). Hubungan antara Pemaafan Diri dengan Kesejahteraan Psikologis pada Narapidana Perempuan di Lapas Kelas IIA Kota Semarang. *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU)*. <https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/kimuhum/article/viewFile/17605/5849>
- Handayani, N. D. P. (2021b). Hubungan Antara Pemaafan Diri Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Narapidana Perempuan di Lapas Kelas IIA Kota Semarang 1. *Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung*, 52–60.
- Huda, F. D., & Julaihah, U. (2024). Pola Asuh Orang Tua dan Psychological Well-Being. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 5(2), 126. <https://doi.org/10.24014/pib.v5i2.27400>
- Institute for Crime & Justice Policy Research. (2022). Jumlah Penghuni Penjara Wanita di Dunia Meningkat 60% sejak Tahun 2000. [https://www.icpr-org-uk.translate.google.com/news-events/2022/world-female-prison-population-60-2000?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=sge#:~:text=Those with the highest proportions,United Arab Emirates \(11.7%25\)](https://www.icpr-org-uk.translate.google.com/news-events/2022/world-female-prison-population-60-2000?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=sge#:~:text=Those with the highest proportions,United Arab Emirates (11.7%25)).
- Ismunar, C., & Ardiwinata, E. (2021). Gambaran Psychological Well-Being Mahasiswa selama Proses Perkuliahan Online guna untuk Melihat Learning Loss di Universitas Borneo Tarakan. *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 7(3). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31602/jmbkan.v7i3.5807>
- Kementerian PPPA. (2023). Wujudkan Perempuan Berdaya Secara Ekonomi, Menteri PPPA Dorong Penguatan Keterampilan Warga Binaan Masyarakat Perempuan. <https://www.kemenpppa.go.id/page/view/NDk4Mw==#:~:text=Berdasarkan data Kementerian Hukum dan,8 persen dari total narapidana>.
- Misael and Partners. (2022). Apakah Anak dapat Dipidana? Misael and Partners. <https://misaelandpartners.com/apakah-anak-dapat-dipidana/#:~:text=Jadi sebagai kesimpulan%2C anak dapat,dan digunakan sebagai upaya akhir>.
- Mustary, E. (2021). Pemaafan dan Kesejahteraan Psikologis Individu. *Indonesian Journal of Islamic Counseling*, 3(2), 70–75.
- Nadhiroh, R. (2020). Hak menerima kunjungan keluarga bagi narapidana dan implikasinya terhadap keharmonisan keluarga: Studi di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang.
- Nurfadilah, N. (2020). Hubungan Konsep Diri Dengan Kecemasan Narapidana Pada Rutan Kelas Ii B Majene. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 38. <https://doi.org/10.35329/jkesmas.v6i1.651>
- Panggabean, D., & Huwae, A. (2023). Self-forgiveness dan Kesejahteraan Psikologis pada Narapidana Lembaga Pemasyarakatan Kelas 2A Ambarawa. *Journal of Psychology and Instruction*, 7(3), 123–130. <https://doi.org/10.23887/jpai.v5i2>
- Prakaswi Suarni, K.N, Gading, Ketut., A. E. (2013). *Jurnal Bimbingan Konseling*. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 1(1), 100–105.
- Prihartini, D., Habsy, B. Al, Hariastuti, R. T., & Christiana, E. (2023). Faktor-faktor Psychological Well Being pada Remaja. *Jurnal NOR Nusantara Research*, 11(4), 393–406. <https://doi.org/https://doi.org/10.29407/nor.v10i4.21570>
- Putri, D. N. S. S., Shakiera, L., Aziz, H. N., & Wardah, F. M. (2023). Psychological well-being: Penerimaan diri dan penguasaan lingkungan, mengenali mindfulness dari sikap negatif ke surplus sikap positif hidup. *Journal of Indonesian Psychological Science (JIPS)*, 3(2), 398–415. <https://doi.org/10.18860/jips.v3i2.19427>

- Putri Fatmawati, D., & Diah Ambarwati, K. (2024). Psychological Well Being Pada Mantan Narapidana Pengedar Narkoba. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 6(1), 38–52.
- Rachmadi, A. G., Safitri, N., & Aini, T. Q. (2019). Kebersyukuran : Studi Komparasi Perspektif Psikologi Barat dan Psikologi Islam. *Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24, 115–128. <https://doi.org/10.20885/psikologi.vol24.iss2.art2>
- Rahmah, N. H. (2024). Hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dan Kepribadian Conscientiousness dengan Kebahagiaan Narapidana Narkotika Dewasa Awal. UIN Raden Intan Lampung.
- SDP Publik. (2024). Jumlah Penghuni Lembaga Pemasyarakatan. <https://sdppublik.ditjenpas.go.id/analisa/jumlah-penghuni>
- Shanti, T. I., & Susanto, B. V. (2020). Hubungan antara Mindfulness dan Dispositional Forgiveness pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 9(1), 30–40.
- Subandi, Praptomojati, A., Zuanny, I. P., & Daningratri, D. (2022). Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Narapidana Wanita melalui Terapi Pemaafan. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology*, 8(1), 46–65. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.74069>
- Suryanhi, L., & M, M. (2020). Penggunaan Lahan Dalam Meningkatkan Pendapatan Rumah Tangga Di Desa Purwosari Kecamatan Tomoni Timur Kecamatan Luwu Kabupaten Timur (Studi Kasus Kawasan Rumah Pangan Lestari (Krpl). *Jurnal Environmental Science*, 3(1), 29–34. <https://doi.org/10.35580/jes.v3i1.15362>
- Wulandari, P. Y., & Aini, A. Q. (2018). Perbedaan tingkat pemaafan ditinjau dari empati pada remaja pasca perceraian orangtua. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 7, 1–10.
- Yulistyowati, N. A. D., & Savira, S. I. (2023). Hubungan antara Mindfulness dengan Psychological Well-Being pada Perempuan Dewasa Awal. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(03), 496–510.