

## Sosialisasi Pentingnya Penerimaan Diri Bagi WBP di Lapas Perempuan Yogyakarta

Rini Eka Sari<sup>1</sup>, Berliana Henu Cahyani<sup>2</sup>, Flora Grace Putrianti<sup>3</sup>, Andreas Yudha Fery Nugroho<sup>4</sup>, Jatu Anggraeni<sup>5</sup>, Syamsul Ma'arif<sup>6</sup>  
Fakultas Psikologi, Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa, Umbulharjo, Kota Yogyakarta, D.I. Yogyakarta<sup>1,2,3,4,5</sup>  
Fakultas Teknik, Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa, Umbulharjo, Kota Yogyakarta, D.I. Yogyakarta<sup>6</sup>  
Email: rini.sari@ustjogja.ac.id<sup>1</sup>

Received 8 January 2025; Revised -; Accepted for Publication 13 February 2025; Published 30 May 2025

**Abstract** — Community service activities at the Women's Penitentiary in Yogyakarta were conducted to address psychological issues related to low self-acceptance among female inmates, which often hinder the effectiveness of rehabilitation programs. Poor self-acceptance leads to difficulties in social interactions, low self-confidence, and feelings of isolation among inmates. This activity aimed to enhance self-acceptance through an educational and interactive socialization program. The implementation methods included observation, documentation, as well as pre-test and post-test assessments involving 18 inmates. The socialization program consisted of lectures on the importance of self-acceptance, ways to recognize strengths and weaknesses, and interactive games to boost participant engagement. The results showed an increase in the average self-acceptance score from 48.7 in the pre-test to 54.8 in the post-test, indicating the program's effectiveness. This activity demonstrates that educational and interactive socialization can improve understanding, attitudes, and the practical application of self-acceptance among inmates. It provides a tangible contribution to personality development within correctional facilities and can serve as a model for similar interventions.

**Keywords** — community service, self-acceptance, inmates, personality development, Women's Penitentiary Yogyakarta

**Abstrak** — Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Lapas Perempuan Yogyakarta dilakukan untuk membantu mengurangi permasalahan psikologis tentang rendahnya penerimaan diri Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP), yang sering kali menghambat efektivitas program pembinaan. Penerimaan diri yang buruk menyebabkan WBP mengalami kesulitan dalam bersosialisasi, rendahnya kepercayaan diri, dan perasaan isolasi. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan penerimaan diri WBP melalui program sosialisasi berbasis edukasi dan interaksi aktif. Metode pelaksanaan mencakup observasi, dokumentasi, serta pre-test dan post-test yang melibatkan 18 WBP. Program sosialisasi dalam bentuk ceramah mengenai pentingnya penerimaan diri, cara mengenali kelebihan dan kekurangan diri, serta permainan interaktif untuk meningkatkan keterlibatan peserta. Hasil menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor penerimaan diri dari 48,7 pada pre-test menjadi 54,8 pada post-test, mengindikasikan efektivitas kegiatan. Kegiatan ini menunjukkan bahwa sosialisasi berbasis edukasi dan permainan interaktif dapat meningkatkan pemahaman, sikap, dan penerapan penerimaan diri pada WBP. Kegiatan ini memberikan kontribusi nyata terhadap pembinaan kepribadian di lembaga pemasyarakatan dan dapat dijadikan model untuk intervensi serupa.

**Kata Kunci** — pengabdian masyarakat, penerimaan diri, warga binaan pemasyarakatan, pembinaan kepribadian, Lapas Perempuan Yogyakarta

### I. PENDAHULUAN

Penerimaan diri adalah aspek fundamental dalam perkembangan psikologis individu yang memainkan peran penting dalam kesejahteraan emosional dan kemampuan seseorang untuk beradaptasi dengan perubahan lingkungan. Penerimaan diri dapat diartikan sebagai sikap mengamati diri sendiri secara objektif untuk mengakui seluruh aspek yang ada pada diri, termasuk kekuatan dan kelemahannya [4] [16]. Orang yang mampu menerima dirinya secara penuh memiliki kesadaran untuk memahami, mengakui, dan membina dirinya agar dapat menjalani hidup dengan lebih bermakna dan rasional.

Dalam konteks yang lebih luas, penerimaan diri mencakup kemampuan seseorang untuk mengevaluasi dirinya secara realistis, baik terhadap kelebihan maupun kekurangan [5] [19]. Individu yang memiliki penerimaan diri cenderung lebih terbuka terhadap kelemahannya tanpa menyalahkan diri sendiri. Selain itu, mereka juga mampu mengenali potensi diri dan memanfaatkannya secara optimal sesuai kebutuhan dan keinginan. Penerimaan diri yang berkembang sejak masa remaja dan akan terus mengalami peningkatan seiring dengan bertambahnya pengalaman dan interaksi sosial [7] [15].

Di sisi lain, kemampuan untuk menerima diri memainkan peran penting dalam menentukan langkah-langkah masa depan yang lebih tepat. Kemampuan seseorang untuk memahami dan menilai dirinya secara realistis sangat membantu dalam pengambilan keputusan hidup yang lebih bijak [5] [13]. Namun, fakta di lapangan menunjukkan bahwa tidak semua individu mampu mengembangkan penerimaan diri dengan baik, terutama dalam situasi yang penuh tekanan seperti menjadi warga binaan pemasyarakatan (WBP).

Fenomena yang diamati di Lapas Perempuan Yogyakarta menunjukkan adanya tantangan besar terkait penerimaan diri di kalangan WBP. Berdasarkan observasi dan wawancara, banyak WBP yang menghadapi masalah psikologis seperti perasaan malu terhadap status mereka sebagai narapidana, kurangnya kemampuan bersosialisasi, serta perasaan iri terhadap narapidana lain yang mendapat kunjungan keluarga [1] [3] [9] [10]. Beberapa WBP bahkan menyembunyikan identitas mereka dari keluarga karena takut mempermalukan keluarganya. Kondisi ini diperparah oleh penyesalan mendalam atas kesalahan yang mereka lakukan, yang sering kali membuat mereka hanya diam, menangis, dan merasa terisolasi dari dunia luar [6].

Observasi lebih lanjut menunjukkan bahwa penerimaan diri di antara WBP sangat bervariasi. Beberapa dari mereka mampu menerima status mereka sebagai narapidana setelah

menjalani masa tahanan selama bertahun-tahun dan mengikuti program pembinaan secara rutin. Namun, sebagian lainnya tetap mengalami kesulitan dalam menerima keadaan, bahkan setelah mendapatkan pembinaan yang dilakukan di dalam lapas. Ketidakmampuan untuk menerima keadaan ini dapat menghambat efektivitas program pembinaan, sehingga tujuan dari sistem pemasyarakatan tidak tercapai secara optimal.

WBP selama menjalani masa hukuman mendapatkan berbagai program pembinaan, baik pembinaan kepribadian maupun kemandirian [2]. Tujuan utama dari pembinaan ini adalah agar WBP menyadari kesalahan mereka, memperbaiki diri, dan tidak mengulangi tindak pidana yang telah dilakukan [17]. Selain itu, pembinaan bertujuan agar WBP dapat diterima kembali di masyarakat, aktif berkontribusi dalam pembangunan, serta menjalani hidup secara wajar sebagai warga yang bertanggung jawab. Pembinaan yang baik juga diharapkan dapat membantu WBP mengembangkan penerimaan diri, yang menjadi dasar penting dalam membangun kepribadian yang sehat dan kuat.

Individu yang memiliki penerimaan diri dapat menghormati dirinya sendiri, menyadari sisi negatif dalam dirinya, dan mengetahui cara untuk hidup bahagia meskipun memiliki kekurangan. Sebaliknya, individu yang mengalami kesulitan dalam penerimaan diri sering kali merasa tidak berguna, tidak menyukai karakteristik dirinya sendiri, dan kehilangan rasa percaya diri [11]. Hal ini mengindikasikan bahwa penerimaan diri tidak hanya penting untuk kesejahteraan emosional, tetapi juga untuk keberhasilan reintegrasi sosial WBP.

Meski pembinaan di Lapas memiliki tujuan yang baik, pelaksanaannya di lapangan sering kali menghadapi berbagai kendala. Pembinaan terhadap narapidana di Indonesia belum optimal karena keterbatasan sumber daya, metode, atau pendekatan yang digunakan [12]. Salah satu tantangan terbesar adalah kondisi psikologis WBP yang tidak stabil dan kurangnya penerimaan diri. Padahal, penerimaan diri yang baik merupakan landasan penting bagi WBP untuk mengikuti program pembinaan secara maksimal.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan untuk menjawab kebutuhan untuk melakukan intervensi yang dapat membantu WBP mengembangkan penerimaan diri. Kebaruan dari kegiatan ini terletak pada pendekatan edukatif yang berfokus pada pemahaman mendalam tentang penerimaan diri dan implementasinya dalam kehidupan sehari-hari WBP. Kegiatan ini dirancang untuk meningkatkan kemampuan WBP dalam memahami kekuatan dan kelemahan diri, sehingga mereka dapat beradaptasi lebih baik dengan situasi mereka sebagai narapidana dan memanfaatkan program pembinaan secara optimal.

Tujuan utama dari kegiatan ini adalah memberikan pemahaman kepada WBP tentang pentingnya penerimaan diri, melatih mereka untuk mengenali potensi diri, dan membantu mereka mengembangkan strategi untuk menghadapi tantangan psikologis selama masa tahanan. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan emosional WBP serta mendukung keberhasilan program pembinaan di Lapas Perempuan Yogyakarta.

## II. METODE PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode analisis deskriptif untuk menggambarkan pelaksanaan dan evaluasi sosialisasi tentang penerimaan diri yang diberikan kepada 18 Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Perempuan Yogyakarta. Proses pengabdian dilakukan dengan mengintegrasikan beberapa pendekatan, yaitu observasi, dokumentasi, *pre-test*, *post-test*, serta penyampaian materi melalui ceramah [14] [18]. Metode ini dirancang untuk memberikan intervensi yang holistik dan menyeluruh dalam meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri peserta. Adapun lokasi kegiatan adalah Lapas Perempuan Yogyakarta yang beralamat di Jl. Mgr. Sugiyo Pranoto No.35, Wukirsari, Baleharjo, Wonosari, Gunung Kidul, Daerah Istimewa Yogyakarta.

### A. Bahan dan Alat

Bahan dan alat yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi materi sosialisasi penerimaan diri, kuesioner *pre-test* dan *post-test* yang dirancang berdasarkan aspek-aspek penerimaan diri [16]. Alat-alat pendukung yang digunakan mencakup proyektor, laptop untuk presentasi, alat tulis untuk pengisian kuesioner, dan kamera untuk dokumentasi berupa foto dan video. Dokumentasi ini digunakan untuk mendukung analisis data, sekaligus sebagai bukti pelaksanaan kegiatan.

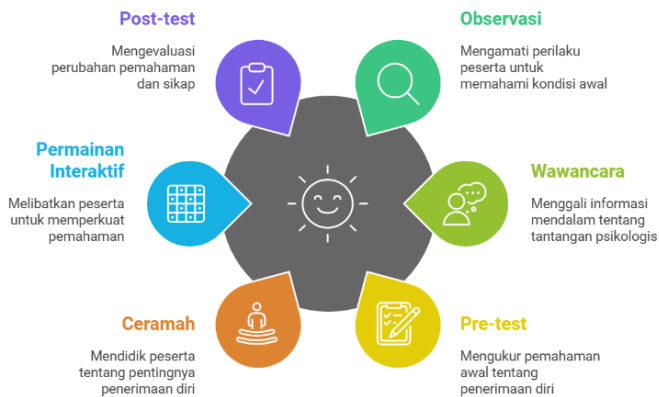
### B. Subjek Kegiatan

Subjek kegiatan adalah 18 WBP yang dipilih oleh pihak Lapas. Rentang usia peserta berkisar antara 23 hingga 54 tahun, dengan masa tahanan antara 1 hingga 20 tahun. Sebagian besar peserta terlibat dalam kasus narkoba, yang menjadi salah satu tindak pidana dominan di lapas tersebut. Kriteria pemilihan peserta mempertimbangkan kerentanan emosional dan kebutuhan intervensi terkait penerimaan diri. Beragam latar belakang peserta memberikan peluang untuk mengevaluasi dampak kegiatan pada individu dengan kondisi psikologis yang berbeda.

### C. Desain Kegiatan Pengabdian

Desain pengabdian ini mencakup tiga tahap utama: perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Detail pembagian tiap tahapan dapat dilihat pada Gambar 1. Sedangkan foto pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Lapas Perempuan Yogyakarta dapat dilihat pada Gambar 2.

Tahap perencanaan melibatkan proses observasi dan wawancara untuk memahami kondisi awal peserta. Observasi dilakukan untuk mengamati perilaku peserta secara langsung, sementara wawancara digunakan untuk menggali informasi mendalam terkait tantangan psikologis yang mereka hadapi. Berdasarkan hasil observasi, tema penerimaan diri dipilih sebagai fokus utama kegiatan. Perencanaan juga mencakup penyusunan modul sosialisasi dan pengajuan perizinan kepada Kepala Lapas. Setelah memperoleh izin, tim pengabdian mendapatkan data peserta yang memenuhi kriteria untuk mengikuti kegiatan.



Gambar 1. Desain Kegiatan Pengabdian untuk Sosialisasi Penerimaan Diri di Lapas Perempuan Yogyakarta

Gambar 2.

Tahap pelaksanaan dimulai dengan *pre-test* untuk mengukur tingkat pemahaman awal peserta terkait penerimaan diri. Kuesioner *pre-test* dirancang berdasarkan tujuh aspek penerimaan diri menurut Sheerer (1949), meliputi kemampuan menerima diri dan merasa sederhana dengan orang lain, kepercayaan terhadap kemampuan diri, kesadaran akan keterbatasan diri, orientasi keluar diri, penerimaan sifat-sifat kemanusiaan, serta kemampuan untuk tetap berpendirian teguh. Hasil *pre-test* digunakan untuk menentukan pendekatan yang paling sesuai dalam menyampaikan materi kepada peserta.

Sosialisasi penerimaan diri dilakukan melalui ceramah dan permainan interaktif antara pemateri dengan peserta. Materi ceramah berfokus pada pentingnya penerimaan diri, cara mengenali kekuatan dan kelemahan diri, serta strategi untuk menghadapi tantangan psikologis selama masa tahanan. Permainan interaktif dirancang untuk memperkuat pemahaman peserta dengan cara yang melibatkan partisipasi aktif dan suasana yang menyenangkan. Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan motivasi peserta dalam memahami dan menerapkan konsep penerimaan diri. Setelah sesi sosialisasi selesai, *post-test* dilaksanakan untuk mengukur perubahan pemahaman dan sikap peserta setelah intervensi. Instrumen *post-test* serupa dengan *pre-test*, sehingga memungkinkan analisis perbandingan untuk mengevaluasi efektivitas sosialisasi.

Tahap evaluasi dilakukan untuk mengukur keberhasilan program. Indikator keberhasilan meliputi kemampuan peserta dalam menjawab pertanyaan terkait materi sosialisasi, perubahan sikap peserta terhadap dirinya sendiri, serta kemampuan untuk menerapkan pemahaman tentang penerimaan diri dalam kehidupan sehari-hari. Data yang dikumpulkan dari *pre-test* dan *post-test* dianalisis secara kuantitatif untuk mengevaluasi perubahan yang signifikan dalam tingkat pemahaman peserta. Sementara itu, data observasi dan wawancara dianalisis secara kualitatif untuk memberikan gambaran tentang perubahan sikap dan penerapan praktis penerimaan diri.



Gambar 3. Tim Pengabdian melakukan sosialisasi penerimaan diri di Lapas Perempuan Yogyakarta

#### D. Parameter dan Cara Pengukuran serta Analisis Data

Parameter pengabdian ini mencakup tiga aspek utama: kognitif, afektif, dan praktis. Aspek kognitif diukur melalui perubahan skor *pre-test* dan *post-test* untuk menilai tingkat pemahaman peserta tentang penerimaan diri. Aspek afektif dievaluasi berdasarkan perubahan sikap peserta terhadap dirinya sendiri setelah sosialisasi. Aspek praktis dinilai melalui observasi dan wawancara yang mengukur kemampuan peserta untuk menerapkan konsep penerimaan diri dalam kehidupan sehari-hari.

Pengukuran dan analisis data dilakukan dengan pendekatan kombinatorik. Data *pre-test* dan *post-test* dianalisis secara kuantitatif untuk mengevaluasi perubahan yang signifikan dalam pemahaman peserta. Skor rata-rata *pre-test* dibandingkan dengan skor rata-rata *post-test* untuk menentukan efektivitas kegiatan. Selain itu, observasi dan wawancara dianalisis secara kualitatif untuk mengevaluasi dampak afektif dan praktis dari kegiatan. Dokumentasi berupa foto dan video digunakan untuk melengkapi analisis dan memberikan bukti visual dari pelaksanaan kegiatan.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

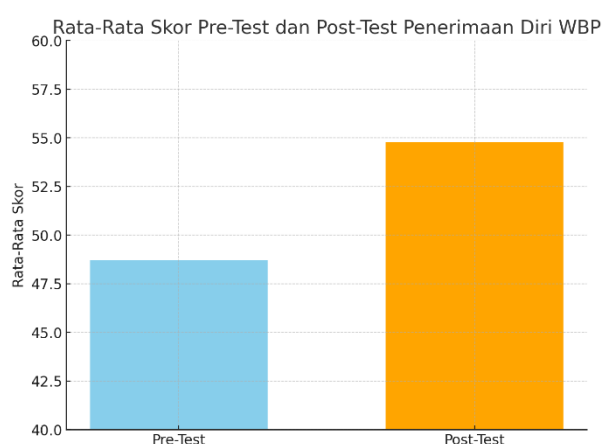
#### A. Hasil Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil memberikan dampak positif terhadap peningkatan penerimaan diri WBP di Lapas Perempuan Yogyakarta. Hasil *pre-test* dan *post-test* dirangkum pada Tabel 1. Peningkatan skor rata-rata penerimaan diri dari 48,7 pada *pre-test* menjadi 54,8 pada *post-test* terlihat pada Gambar 3.

Berdasarkan data pada Tabel 1, sebagian besar peserta mengalami peningkatan skor penerimaan diri setelah mengikuti sosialisasi. Beberapa subjek menunjukkan peningkatan signifikan, misalnya Subjek 8 yang mengalami kenaikan dari skor 33 menjadi 43 dan Subjek 16 yang meningkat dari skor 52 menjadi 60. Meskipun ada beberapa subjek dengan peningkatan minimal, seperti Subjek 7 dan Subjek 11, secara keseluruhan kegiatan ini berhasil meningkatkan penerimaan diri WBP.

Tabel 1. Hasil *pre-test* dan *post-test* penerimaan diri WBP

| No            | Responden | Nilai <i>Pre-test</i> | Nilai <i>Post-test</i> |
|---------------|-----------|-----------------------|------------------------|
| 1             | Subjek 1  | 48                    | 58                     |
| 2             | Subjek 2  | 50                    | 57                     |
| 3             | Subjek 3  | 43                    | 52                     |
| 4             | Subjek 4  | 41                    | 43                     |
| 5             | Subjek 5  | 38                    | 47                     |
| 6             | Subjek 6  | 41                    | 49                     |
| 7             | Subjek 7  | 56                    | 57                     |
| 8             | Subjek 8  | 33                    | 43                     |
| 9             | Subjek 9  | 51                    | 59                     |
| 10            | Subjek 10 | 59                    | 66                     |
| 11            | Subjek 11 | 58                    | 61                     |
| 12            | Subjek 12 | 52                    | 54                     |
| 13            | Subjek 13 | 47                    | 55                     |
| 14            | Subjek 14 | 38                    | 46                     |
| 15            | Subjek 15 | 49                    | 51                     |
| 16            | Subjek 16 | 52                    | 60                     |
| 17            | Subjek 17 | 66                    | 70                     |
| 18            | Subjek 18 | 56                    | 58                     |
| <b>Rerata</b> |           | <b>48.7</b>           | <b>54.8</b>            |

Gambar 4. Grafik rata-rata skor *pre-test* dan *post-test* penerimaan diri WBP

## B. Pembahasan

Sosialisasi penerimaan diri dilakukan melalui kombinasi metode ceramah dan permainan interaktif. Materi ceramah difokuskan pada tiga aspek utama: pentingnya penerimaan diri, cara mengenali kekuatan dan kelemahan diri, serta strategi menghadapi tantangan psikologis selama masa tahanan. Pendekatan ceramah memberikan dasar teoritis yang kuat bagi peserta untuk memahami konsep penerimaan diri, sementara permainan interaktif dirancang untuk memperkuat pemahaman peserta secara praktis dengan suasana yang menyenangkan.

Peningkatan skor rata-rata dari 48,7 menjadi 54,8 menunjukkan bahwa kegiatan sosialisasi ini efektif dalam

meningkatkan penerimaan diri peserta. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa intervensi berbasis edukasi dapat membantu individu mengembangkan penerimaan diri melalui pemahaman dan refleksi diri [14] [16]. Permainan interaktif juga terbukti menjadi metode yang efektif dalam meningkatkan keterlibatan peserta dan memperkuat pemahaman konsep.

Meskipun demikian, terdapat beberapa subjek dengan peningkatan skor yang minimal. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh faktor-faktor individual seperti tingkat motivasi, kondisi psikologis yang lebih kompleks, atau keterbatasan waktu sosialisasi. Sebagai contoh, Subjek 4 hanya mengalami peningkatan skor dari 41 menjadi 43. Untuk mengatasi hal ini, diperlukan pendekatan lanjutan seperti pendampingan individu atau sesi intervensi yang lebih intensif.

Kegiatan ini juga memberikan manfaat tambahan berupa peningkatan kesadaran peserta terhadap pentingnya penerimaan diri dalam menghadapi kehidupan sehari-hari di dalam lapas. Berdasarkan observasi dan wawancara, peserta yang sebelumnya merasa terisolasi dan rendah diri menunjukkan perubahan sikap, seperti lebih percaya diri dalam berinteraksi dengan sesama narapidana dan lebih optimis menghadapi masa depan. Temuan ini mendukung argumen bahwa penerimaan diri berperan penting dalam membangun kepribadian yang sehat dan mendukung reintegrasi sosial WBP [11].

Namun, tantangan dalam pelaksanaan kegiatan ini juga perlu dicatat. Keterbatasan waktu dan sumber daya menjadi kendala dalam menjangkau semua peserta secara optimal. Selain itu, keberagaman latar belakang peserta memerlukan pendekatan yang lebih adaptif untuk memenuhi kebutuhan individu. Oleh karena itu, program lanjutan dengan fokus pada pendampingan personal dan pengembangan keterampilan praktis untuk meningkatkan penerimaan diri sangat direkomendasikan.

## C. Evaluasi Keberhasilan Kegiatan

Keberhasilan kegiatan ini dapat diukur dari tiga parameter utama: kognitif, afektif, dan praktis. Dari segi kognitif, peningkatan skor *pre-test* dan *post-test* menunjukkan bahwa peserta berhasil memahami konsep penerimaan diri dengan lebih baik. Dari segi afektif, observasi menunjukkan adanya perubahan sikap peserta yang lebih positif terhadap dirinya sendiri. Dari segi praktis, wawancara dan interaksi selama kegiatan menunjukkan bahwa peserta mulai menerapkan konsep penerimaan diri dalam kehidupan sehari-hari, seperti kemampuan untuk menerima kekurangan diri dan berkomunikasi lebih baik dengan sesama narapidana.

Kegiatan ini dapat dinyatakan berhasil memberikan dampak positif terhadap penerimaan diri WBP. Peningkatan skor rata-rata sebesar 6,1 poin membuktikan bahwa intervensi berbasis edukasi dapat menjadi pendekatan yang efektif untuk membantu WBP mengembangkan penerimaan diri. Temuan ini memberikan dasar untuk pengembangan program intervensi serupa di lembaga pemasyarakatan lainnya, dengan penyesuaian pada kebutuhan spesifik tiap kelompok sasaran.

Untuk keberlanjutan program, disarankan agar pihak lapas mengadopsi metode ini sebagai bagian dari program pembinaan rutin. Selain itu, pengembangan modul sosialisasi yang lebih terperinci serta integrasi teknologi seperti video edukasi atau aplikasi interaktif dapat meningkatkan efektivitas program di masa depan. Pendekatan ini juga dapat diperluas ke WBP lain yang belum terlibat dalam kegiatan ini, sehingga dampaknya dapat dirasakan lebih luas.

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* tersebut dapat dilihat bahwa ada peningkatan skor penerimaan diri pada WBP sebelum dan sesudah dilakukan sosialisasi tentang pentingnya penerimaan diri. Nilai *pre-test* menunjukkan rerata Tingkat penerimaan WBP ada di nilai 48,7 yang bergerak dari skor terendahnya 33 dan skor tertinggi 66. Setelah diberikan sosialisasi pentingnya penerimaan diri pada skor *post-test* meningkat menjadi 54,8 dengan skor terendah 43 dan skor tertinggi 70. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian sosialisasi cukup efektif dalam meningkatkan penerimaan diri pada WBP, peningkatan penerimaan diri sebesar 6,1 poin. Peningkatan skor dari *pre-test* ke *post-test* ini memang tidak begitu signifikan hal ini bisa disebabkan karena waktu pemberian *pre-test*, sosialisasi dan *post-test* dilakukan dalam satu hari yang sama, sehingga para WBP masih terjadi bias terhadap skala *pre-test* dan skala *post-test*.

#### IV. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil menunjukkan peningkatan penerimaan diri pada peserta. Peningkatan rata-rata skor dari 48,7 pada *pre-test* menjadi 54,8 pada *post-test* mengindikasikan efektivitas program sosialisasi yang mengintegrasikan metode ceramah dan permainan interaktif. Program ini berhasil membantu peserta mengenali kekuatan dan kelemahan diri, meningkatkan kepercayaan diri, serta memberikan strategi untuk menghadapi tantangan psikologis selama masa tahanan.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang disertai interaksi aktif melalui permainan dapat meningkatkan pemahaman kognitif peserta, memperbaiki sikap afektif mereka terhadap diri sendiri, dan mendorong implementasi praktis penerimaan diri dalam kehidupan sehari-hari. Meski sebagian peserta menunjukkan peningkatan minimal, secara keseluruhan program ini mampu memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis WBP.

Kesimpulan dari kegiatan ini memberikan dasar untuk merekomendasikan adopsi program serupa secara rutin oleh pihak Lapas sebagai bagian dari pembinaan kepribadian. Selain itu, perluasan program dengan pendekatan yang lebih intensif, seperti pendampingan personal, dapat memperkuat dampak kegiatan dan menjangkau lebih banyak WBP. Diharapkan, program ini dapat menjadi langkah awal yang berkelanjutan dalam mendukung reintegrasi sosial WBP dan meningkatkan efektivitas pembinaan di lembaga pemasyarakatan.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Lapas Perempuan Kelas IIB Yogyakarta atas izin dan dukungan yang diberikan oleh seluruh staf dan jajarannya, sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Dukungan ini sangat berharga dalam upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis WBP melalui program sosialisasi penerimaan diri.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Aji, G. R. (2022). Model Pembinaan Narapidana Sebagai Upaya Pencegahan Residivis di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Magelang. *Amnesti Jurnal Hukum*, 4(1), 1–10.
- [2] Andriani, H. F., & Subroto, M. (2021). Perlakuan terhadap Narapidana Disabilitas dalam Lembaga Pemasyarakatan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3), 6061–6069.
- [3] Aulia, S., Alfatika, Z. A., Farassadani, H. A., Annisa, F., & Harisuci, T. C. (2024). Efektivitas psychological first aid terhadap pengelolaan resiliensi narapidana wanita yang mempunyai balita di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II-A Semarang. *PROMOTIF: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 107–121.
- [4] Faustino, B., Vasco, A. B., Haaga, D. A. F., Chamberlain, J. M., Farinha-Fernandes, A., & Delgado, J. (2024). Exploring Factor and Correlational Analysis of the Portuguese Version of the Unconditional Self-acceptance Questionnaire-Revised. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 42(1), 98–109.
- [5] Hidayat, R., & Kusuma, I. R. (2024). Emosi Sebagai Komponen dalam Pengambilan Keputusan. *Musyteri: Jurnal Manajemen, Akuntansi, Dan Ekonomi*, 9(8), 81–90.
- [6] Janah, A. (2022). Upaya Petugas Lembaga Pemasyarakatan dalam Mengatasi Stres pada Narapidana Perempuan di RUTAN Kelas IIB Ponorogo. IAIN Ponorogo.
- [7] Kartikasari, R. I., Primindari, R. S., Nurafifah, D., Kusumaningrum, A. T., & Mauliyah, I. (2023). The Self-Concept of Adolescent Girls Regarding Physical Changes During Puberty. *Surya*, 15(3), 114–122. <https://doi.org/10.38040/js.v15i3.846>
- [8] Meireles, J. F. F., Neves, C. M., Morgado, F. F. da R., Muzik, M., & Ferreira, M. E. C. (2021). Development and Psychometric Properties of the Self-Acceptance Scales for Pregnant and Postpartum Women. *Perceptual and Motor Skills*, 128(1), 258–282. <https://doi.org/10.1177/0031512520973518>
- [9] Milenia, R., & Butar, H. F. B. (2022). Peranan Layanan Kunjungan Online terhadap Kondisi Psikologis Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Purwokerto. *Indonesian Journal of Social Science Education (IJSSSE)*, 4(1), 21–28.
- [10] Nabilah, I., & Khasan, M. (2024). Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Konsep Diri dengan Kecemasan Sosial pada Narapidana di Rutan Kelas IIB Kudus. *As-Syar'i: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga*, 6(2), 1438–1457. <https://doi.org/10.47467/as.v6i3.6633>
- [11] Nursanaa, W. O. (2021). Reality Therapy untuk Meningkatkan Penerimaan Diri pada Perempuan Dewasa dengan Masalah Relasional. *Procedia: Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 9(1), 12–17. <https://doi.org/10.22219/procedia.v9i1.15991>
- [12] Perkasa, R. A. P. (2020). Optimalisasi Pembinaan Narapidana dalam Upaya Mengurangi Overcapacity Lembaga Pemasyarakatan. *Wajah Hukum*, 4(1), 108–115. <https://doi.org/10.33087/wjh.v4i1.175>
- [13] Rahman, A., Salamah, S., Mahdaliana, M., Hatta, M., Khalil, M., & Riani, R. (2024). Peningkatan Pemahaman Siswa SMA Negeri 1 Pantee Bidari dalam Memilih Program Studi Melalui Pendekatan Pengembangan Potensi Diri dan Karier. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(9), 3666–3677. <https://doi.org/10.59837/jpmbs.v2i9.1537>
- [14] Salsabila, S., Wardani, I. K. F., Khoirunisa, N., & Yahya, R. A. P. (2024). Sosialisasi Pengetahuan Ibu tentang Perkembangan

Sensoris dan Motorik Anak Usia Dini. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 5(2), 2467–2474. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v5i2.3266>

- [15] Sawiji, S., Putra, G. A., & Agustin, I. M. (2022). Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 12(3), 615–622.
- [16] Sheerer, E. T. (1949). An analysis of the relationship between acceptance of and respect for self and acceptance of and respect for others in ten counseling cases. *Journal of Consulting Psychology*, 13(3), 169–175. <https://doi.org/10.1037/h0062262>
- [17] Situmorang, V. H. (2019). Lembaga Pemasyarakatan sebagai Bagian dari Penegakan Hukum. *Jurnal Ilmiah Kebijakan Hukum*, 13(1), 85–98. <https://doi.org/10.30641/kebijakan.2019.V13.85-98>
- [18] Yulianti, Y., Ahmad, R. S., & Torro, S. (2024). Pengaruh Pretest dan Posttest terhadap Motivasi Belajar Sosiologi pada Siswa Kelas XI IPS di UPT SMA Negeri 2 Jenepono. *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial (JUPENDIS)*, 2(1), 236–245. <https://doi.org/10.54066/jupendis.v2i1.1211>
- [19] Ziliwu, M., Lase, F., Munthe, M., & Laoli, J. K. (2023). Kemampuan Menerima Diri (Self acceptance) terhadap Tindakan Bullying antar Siswa. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 2(1), 203–210.



## PENULIS

**Rini Eka Sari, S.Psi., M.A.**

Dosen Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa.



**Dr. Berliana Henu Cahyani, S.Psi., M.Psi. Psikolog.**

Dosen Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa.



**Flora Grace Putrianti, S.Psi., M.Si., M.Psi., Psikolog.**

Dosen Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa.



**Andreas Yudha Fery Nugroho, S.Psi., M.A.**

Dosen Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa.



**Jatu Anggraeni, S.Psi., M.Psi., Psikolog.**

Dosen Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa..



**Ir. Syamsul Ma'arif, S.T., M.Eng.**

Dosen Program Studi Teknik Industri, Fakultas Teknik, Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa.