

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Lembaga Permasyarakatan (lapas) di Indonesia merupakan instansi yang memiliki peran penting dalam sistem peradilan pidana, terutama dalam proses rehabilitasi warga binaan. Namun lembaga ini sering kali menghadapi berbagai tantangan yang menghambat tujuan rehabilitasi tersebut. Salah satu masalah utama yang dihadapi adalah *overcrowding* atau kepadatan penghuni, di mana jumlah warga binaan terus meningkat melebihi kapasitas yang tersedia. Menurut data dari Kementerian Hukum dan HAM, kondisi ini tidak hanya menciptakan lingkungan yang tidak ideal bagi warga binaan, tetapi juga berdampak negatif pada kualitas pelayanan dan fasilitas yang di sediakan.¹ Dalam hal ini dukungan keluarga menjadi aspek yang sangat penting untuk diperhatikan.

Friedman menyatakan bahwa perilaku, tindakan, dan serta penerimaan yang ditunjukkan oleh setiap anggota keluarga dapat diartikan sebagai bentuk dukungan keluarga. Anggota keluarga meyakini bahwa pihak yang memberikan dukungan akan selalu siap memberikan bantuan ketika diperlukan. Berbagai kasih sayang, memberikan nasihat, dan hal-hal lainnya dengan anggota keluarga adalah bentuk dukungan keluarga. Setiap individu atau anak dalam lingkungan keluarga memerlukan dukungan keluarga.² Sama halnya dengan dukungan dan motivasi dari keluarga yang dibutuhkan oleh warga binaan di lapas.

Dukungan keluarga merujuk pada segala macam asistensi, meliputi aspek emosional, finansial, dan sosial yang diberikan oleh anggota keluarga pada individu. Dukungan keluarga yang kuat dapat meningkatkan rasa percaya diri dan mengurangi tingkat stres individu, termasuk mereka yang berada dalam situasi sulit seperti warga binaan.³ Maka dari itu disimpulkan bahwa fungsi dukungan keluarga krusial dalam meningkatkan kebahagiaan warga binaan. Selain itu, dukungan keluarga juga dapat membantu

¹Kementerian Hukum dan HAM, (2021) Data Narapidana di Indonesia.

²Inayati Hosnu and Hasanah Laylatul, “*Gambaran Dukungan Keluarga Dengan Kehadiran Lansia Pada Posyandu Lansia Di Desa Errabu Kecamatan Bluto,*” *Journal of Innovation Research and Knowledge* 2, no. 7 (2022): Hal. 2976.

³Euodia Rehuella Kosasih and Kuncoro Dewi Rahmawati, “*Dukungan Keluarga Dan Psychological Well Being Ibu Work From Home Saat Pandemi Covid-19 Di Denpasar,*” *Journal of Psychological Science and Profession* 6, no. 1 (2022): Hal. 68.

mengurangi perasaan kesepian dan isolasi yang sering dialami oleh warga binaan.

Namun, tidak semua warga binaan mendapatkan dukungan keluarga yang memadai. Beberapa dari mereka mungkin mengalami putusnya hubungan dengan keluarga akibat stigma sosial atau masalah lainnya. Hal ini dapat menyebabkan perasaan putus asa dan depresi, yang berdampak negatif pada kebahagiaan mereka. Demikian, krusial untuk mengerti bagaimana dukungan keluarga dapat berfungsi sebagai faktor pelindung bagi warga binaan. Sama halnya yang telah diungkapkan dalam penelitian Rizkia Ramadhani Putri (2023), dukungan yang diberikan oleh keluarga dapat menumbuhkan rasa percaya diri dan mengurangi perasaan kesepian di kalangan warga binaan.⁴ Hal ini mengidentifikasi bahwa hubungan yang baik dengan keluarga membuat warga binaan merasa nyaman dan sebagai sumber kekuatan bagi mereka yang sedang menjalani masa hukuman. Maka dalam hal ini, interaksi yang positif dengan keluarga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis warga binaan.⁵

Kesejahteraan psikologis mencakup aspek-aspek seperti kepuasan hidup, pengelolaan emosi, dan keahlian untuk berfungsi secara efisien pada kegiatan sehari-hari. Faktor-faktor yang memiliki dampak terhadap kesejahteraan psikologis sangat beragam, tetapi dukungan sosial terutama dari keluarga menjadi salah satu unsur yang sangat signifikan. Ketika warga binaan merasa di dukung oleh keluarga, mereka lebih cenderung memiliki pandangan positif terhadap hidup dan mampu mengatasi *psychological well-being*. Namun dalam beberapa kasus, dinamika keluarga yang buruk seperti konflik keluarga, kurangnya komunikasi, atau dukungan yang tidak memadai dapat berdampak negatif pada *psychological well-being* narapidana. Penting untuk memahami bagaimana dukungan keluarga mempengaruhi *psychological well-being* warga binaan.

Psychological well-being menggambarkan kapasitas seseorang untuk menerima realitas hidup dengan sikap positif serta menjalani kehidupan secara seimbang dan bermakna serta menghadapi berbagai tantangan dilingkungan sosialnya. Ini juga mencakup kemampuan untuk menumbuhkan *self-acceptance* dan menjalin relasi yang *positive* dengan

⁴Rizkia Ramadhani Putri, "Peran Dukungan Keluarga Dalam Penerimaan Diri Warga Binaan Lapas Kelas IIA Jember Pasca Vonis Hukuman," *Skripsi: UIN KH Achmad Siddiq Jember Fakultas Dakwah*, 2023.

⁵Mario Partogi Panjaitan and Kusmiyanti Kusmiyanti, "Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Sikap Warga Binaan Pemasyarakatan Di Lapas Kelas I Medan," *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial* 8, no. 4 (2021): Hal. 757.

pihak lain.⁶ Dalam hal ini, kesejahteraan warga binaan tidak hanya berhubungan dengan kondisi fisik, tetapi juga mencakup aspek psikologis dan sosial. Warga binaan yang memiliki kesejahteraan yang baik cenderung lebih mampu beradaptasi dengan lingkungan lapas, mengelola stress, dan beradaptasi dengan program rehabilitas yang di tawarkan.

Psychological well-being warga binaan bukan saja berpengaruh terhadap diri mereka, tetapi juga berpengaruh pada proses rehabilitasi dan reintegrasi mereka ke dalam masyarakat. Hal ini sejalan dengan pendapat Ryff dan Singer (2008) yang mengatakan bahwa Kesejahteraan psikologis dapat dimaknai sebagai bentuk perkembangan dan pertumbuhan pribadi yang terbentuk melalui pengaruh dari lingkungan tempat individu hidup. Dengan kata lain, kesejahteraan psikologis menggambarkan kemampuan individu untuk mencapai potensi psikologisnya, memiliki arah hidup yang jelas, menjalin interaksi dengan baik terhadap yang lain, menyesuaikan diri dengan lingkungan sesuai kemampuannya, memahami baik kelebihan maupun kekurangan diri, serta terus berupaya untuk mengembangkan diri.⁷

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Siti Nur Alviera Siregar (2021), juga menekankan pentingnya dukungan keluarga dalam menciptakan kondisi psikologis yang positif bagi warga binaan. Penelitian ini menunjukkan bahwa warga binaan yang memperoleh dukungan dari keluarga biasanya mempunyai kebahagiaan yang lebih tinggi dari yang tidak mendapatkan dukungan serupa. Data hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan sosial yang terjalin secara positif berperan dalam mendukung kesejahteraan mental seseorang.⁸

Penelitian lain yang diteliti oleh Iis Anisah (2024) membuktikan adanya hubungan yang positif diantara dukungan sosial dan *psychological well-being*. Iis Anisah menemukan bahwa makin besar dukungan sosial yang didapatkan oleh seseorang, maka *psychological well-being* yang mereka dapatkan juga semakin besar. Sebaliknya, rendahnya dukungan

⁶Nathania Diani Alidrus, "Dukungan Sosial Dan Religiusitas Dengan Psychological Well-Being Pada Warga Binaan Perempuan Di Lembaga Pemasyarakatan," *Psyche 165 Journal* 15, no. 2 (2022): Hal. 106.

⁷Khalidan Rahama and Umi Anugerah Izzati, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Karyawan Khalidan Rahama Umi Anugerah Izzati," *Character: Jurnal Penelitian Psikologi* 8, no. 7 (2021): Hal. 95.

⁸Siti Nur Alvira Siregar, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Warga Binaan Perumahan Di Rutan Pekanbaru," *Skripsi: Universitas Islam Riau Fakultas Psikologi* (2021): Hal. 1-41.

keluarga yang diterima seseorang dapat berpengaruh pada menurunnya tingkat kesejahteraan psikologis individu tersebut.⁹

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan di lapas kelas III Rangkasbitung¹⁰, menemukan bahwa permasalahan yang dialami warga binaan sangat kompleks dan beragam. Salah satu isu utama adalah dampak negatif dari isolasi sosial yang dialami oleh warga binaan, yang sering kali menyebabkan penurunan kesehatan mental dan emosional. Ketika seseorang dipenjara, mereka tidak hanya kehilangan kebebasan, tetapi juga terputus dari dukungan sosial dan keluarga. Kondisi psikologis warga binaan yang terisolasi dapat memburuk secara signifikan. Banyak dari mereka yang mengalami tekanan, kecemasan dan depresi yang mendalam. Ketidakkampuan untuk berinteraksi dengan orang-orang terdekat dan kehilangan dukungan emosional dapat menciptakan perasaan putus asa dan tidak keberdayaan. Tidak sedikit dari mereka kekurangan dukungan keluarganya, sehingga menyebabkan mereka merasa ditelantarkan oleh keluarganya. Hal ini terjadi karena beberapa faktor, yaitu mereka hampir tidak pernah dikunjungi selama di lapas, meskipun memiliki keluarga yang lengkap. Selain itu, warga binaan yang tidak pernah menerima kunjungan dari keluarganya, merasakan kehilangan kasih sayang dan perhatian yang berdampak pada kondisi psikologis mereka. Karena bagi mereka kunjungan keluarga adalah sumber dukungan *emosional* dan sosial yang sangat penting. Dampak isolasi di dalam lapas juga menciptakan perasaan ditelantarkan, terutama bagi warga binaan yang tidak memiliki keluarga atau dukungan sosial yang tidak memadai.

Fenomena yang terjadi mendorong peneliti melakukan kajian mengenai pengaruh dukungan keluarga dengan *psychological well-being*. Penelitian ini berbeda dari penelitian sebelumnya karena melibatkan subjek penelitian yang tidak sama yaitu warga binaan lembaga permasyarakatan kelas III Rangkasbitung. Dengan demikian, peneliti ingin mengetahui apakah ada **“Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap *Psychological Well-Being* Warga Binaan di Lapas Kelas III Rangkasbitung”**.

⁹Tis Anisah, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Psychological Well Being Pada Mahasiswa Rantau UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.” *Skripsi: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta Fakultas Dakwah dan Komunikasi*, 2024.

¹⁰Wawancara dengan Bapak Y, bagian pembinaan, di lapas kelas III Rangkasbitung, tanggal 7 Januari 2025.

B. Identifikasi Masalah

Dari pemaparan latar belakang diatas, maka dikemukakan eksistensi dan urgensi permasalahan yang diteliti dan faktor-faktor (variabel) yang berkaitan dengan masalah tersebut. Oleh karena itu peneliti melakukan identifikasi masalah yaitu sebagai berikut :

1. Putusnya hubungan keluarga dengan warga binaan disebabkan oleh stigma sosial
2. Warga binaan sering mengalami penurunan kesehatan mental dan emosional
3. Kondisi psikologis warga binaan dapat memburuk secara signifikan
4. Tidak sedikit warga binaan merasa di telantarkan oleh keluarganya

C. Batasan

Mengacu pada hasil identifikasi masalah diatas, peneliti membatasi agar pembahasannya lebih terarah, fokus, dan sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Peneliti menetapkan batasan pada permasalahan yang berpusat pada pengaruh dukungan keluarga terhadap *psychological well-being* warga binaan di lapas kelas III Rangkasbitung.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang akan digunakan untuk dijadikan bahan penelitian, sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat dukungan keluarga terhadap *psychological well-being* warga binaan?
2. Bagaimana tingkat *psychological well-being* warga binaan di lapas kelas III Rangkasbitung?
3. Bagaimana pengaruh dukungan keluarga terhadap *psychological well-being* warga binaan?

E. Tujuan Penelitian

Dengan memperhatikan latar belakang dan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat dukungan keluarga terhadap *psychological well-being* warga binaan?
2. Untuk mengetahui tingkat *psychological well-being* warga binaan di lapas kelas III Rangkasbitung
3. Untuk mengetahui pengaruh dukungan keluarga terhadap *psychological well-being* warga binaan

F. Manfaat Penelitian

Peneitian ini diharapkan memberi wawasan bagi seluruh pihak terkait.

1) Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan mampu membagikan masukan yang berguna tentang dukungan keluarga berperan dalam meningkatkan *psychological well-being* warga binaan yang terisolasi dari lingkungan sosial.
- b. Penelitian ini diharapkan memberikan wawasan baru pada teori *psychological well-being* dengan mengutamakan pentingnya interpersonal, terutama dengan keluarga dalam membentuk kesejahteraan individu.

2) Manfaat Praktis

- a. Bagi lapas kelas III Rangkasbitung

Hasil dari penelitian diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai pengaruh dukungan keluarga terhadap *psychological well-being* warga binaan di lapas, serta mengidentifikasi jenis dukungan keluarga yang paling bermanfaat bagi mereka.

- b. Untuk Prodi Bimbingan dan Konseling Islam

Tujuan dari studi ini yaitu untuk memahami bagaimana dukungan keluarga berpengaruh pada kesejahteraan psikologis WBP di Lapas Kelas III Rangkasbitung.

c. Bagi Peneliti berikutnya

Penelitian berikutnya, terutama yang menyelidiki bagaimana dukungan keluarga berdampak pada kesejahteraan mental narapidana di lembaga pemasyarakatan, diharapkan memanfaatkan sumber penelitian menjadi pengetahuan dan referensi

G. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Penelitian terdahulu yang relevan adalah studi-studi sebelumnya yang telah dilakukan oleh peneliti lain dan memiliki fokus atau tema yang serupa dengan penelitian yang sedang dilakukan. Penelitian ini berfungsi sebagai landasan teori dan memberikan konteks bagi peneliti baru, membantu peneliti untuk memahami apa yang telah diketahui, mengidentifikasi celah dalam literatur yang ada, serta memberikan dasar untuk pengembangan hipotesis atau pertanyaan penelitian.

1. Iis Anisah dengan judul ***“Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Psychological Well-Being pada Mahasiswa rantau UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta”***. Pada tahun 2024, Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Ada hubungan positif antara dukungan sosial dan PWB. Studi mengindikasikan bahwa dukungan sosial bisa membantu individu menghadapi tekanan dan situasi krisis dengan lebih efektif. Berdasarkan analisis kuantitatif, ditemukan hubungan *positive* yang signifikan antara dukungan dari keluarga dan PWB mahasiswa yang tinggal jauh dari rumah. Demikian, semakin tinggi dukungan sosial, maka baik pula kesehatan mental mereka, dan sebaliknya. Persamaan antara studi ini dan penelitian sebelumnya terletak pada perhatian terhadap variabel yang sama, yaitu hubungan positif antara dukungan keluarga dan PWB. Namun, yang membedakan studi kali ini dari penelitian Iis Anisah adalah jenis partisipan yang diteliti dan tempat pelaksanaan penelitian.
2. Siti Nur Alvira Siregar dengan judul ***“Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Psychological Well-Being Pada Warga Binaan Perasyarakatan (WBP) di Rutan Pekanbaru”***. Pada tahun 2021, Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Riau. Studi ini mengungkapkan bahwa kondisi kesejahteraan psikologis warga binaan dampak oleh lamanya mereka berada di dalam Rutan. Beberapa elemen yang mempengaruhi kesejahteraan

warga binaan termasuk stres, depresi, dan faktor lainnya. Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif, dengan dukungan sosial sebagai *variable independent* dan kesejahteraan mental sebagai variabel dependen. Data yang diperoleh serta analisis statistik menyumbang pengaruh yang signifikan diantara kedua variabel. Kesamaan antara penelitian sebelumnya dan studi ini adalah pentingnya dukungan dari keluarga bagi warga binaan. Namun, perbedaan utamanya terletak pada fokus dan objek penelitian. Penelitian sebelumnya hanya berfokus pada dukungan sosial secara umum dan hanya melihat hubungan antara variabel, sedangkan penelitian saat ini secara spesifik mengkaji pengaruh dukungan keluarga terhadap kesejahteraan psikologis warga binaan.

3. Linda Novita Sari dengan judul ***“Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kebahagiaan Pada Siswa Yatim Piatu di SMA Negeri Banda Aceh”***. Pada tahun 2022, Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. Ditemukan adanya hubungan positif yang sangat berarti antara dukungan dari keluarga dengan tingkat kebahagiaan. Dalam penelitian kuantitatif yang dilakukan oleh Linda, terungkap bahwa dukungan keluarga berhubungan positif dengan tingkat kebahagiaan siswa, di mana kebahagiaan siswa semakin bertambah seiring dengan bertambahnya dukungan dari keluarga. Kesamaan antara kedua penelitian ini adalah keduanya mengkaji hubungan antara dukungan keluarga dan kebahagiaan. Meski begitu, perbedaan antara penelitian sebelumnya dan yang sekarang terletak pada fokus perhatian: penelitian sebelumnya meneliti siswa yatim piatu di SMA negeri di Banda Aceh, sedangkan penelitian saat ini meneliti warga binaan di Lembaga Pemasarakatan Kelas III Rangkasbitung.
4. Shelia Wahyuningtias dengan judul ***“Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Rantau”***. Pada tahun 2023, Jurusan Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Penelitian ini menunjukkan bahwa keluarga adalah sumber utama dukungan sosial, sehingga penting bagi individu untuk memperoleh dukungan dari keluarga guna meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Studi ini menerapkan pendekatan kuantitatif non-eksperimental yang menerapkan pendekatan correlational. Temuan dari penelitian ini mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dari keluarga dan kesejahteraan

psikologis mahasiswa yang menuntut ilmu jauh dari rumah. Kedua penelitian ini membahas variabel yang sama, yaitu tentang dukungan dan kesejahteraan keluarga. Perbedaan utamanya terletak pada subjek yang diteliti: penelitian sebelumnya meneliti mahasiswa yang belajar jauh dari tempat tinggal mereka, sedangkan penelitian ini secara khusus mengkaji warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan Rangkasbitung.

5. Muhammad Rizki Afandi dengan judul ***“Hubungan Antara Psychological Well-Being Dengan Stress Akademik Pada Mahasiswa Baru Program Studi Pendidikan Bahasa Mandarin Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Jakarta”***. Pada tahun 2020, Jurusan Psikologi, Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia. Studi ini mengungkapkan hubungan antara kesehatan mental dan tekanan akademis dengan koefisien korelasi $-0,583$. Survei sampel acak digunakan dalam penelitian. Hasilnya menyumbang adanya korelasi negatif signifikan antara tingkat stres akademik siswa dan kesehatan mental mereka. Kesehatan mental yang lebih baik dikaitkan dengan tingkat stres akademik yang lebih rendah. Studi ini dan studi sebelumnya juga menekankan masalah kesehatan mental. Namun, perbedaannya terletak pada variabel yang dianalisis dan subjek yang diteliti.
6. Epan Pomo dengan Judul ***“Dukungan Sosial Keluarga Pada Anak di Lembaga Pembinaan Khusus Anak LPKA kelas II Kota Bengkulu.”*** Pada tahun 2022, Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuliddin Adab Dan Dakwah, UIN Fatmawati Sukarno (UINFAS). Studi menyatakan bahwa dukungan dari keluarga kepada anak-anak di pusat penahanan anak mencakup bantuan emosional yang menunjukkan rasa empati dan perhatian terhadap anak-anak. Penelitian sebelumnya menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Berdasarkan penelitian Epan Pomo, ada berbagai tipe dukungan yang diberikan oleh keluarga kepada anak-anak di LPKA, seperti dukungan emosional, bantuan praktis, informasi, dan dorongan. Persamaan antara penelitian sebelumnya dan penelitian saya adalah adanya pengaruh dukungan sosial dari keluarga terhadap narapidana di pusat penahanan. Namun, perbedaan antara penelitian Epan dan penelitian saya terletak pada arah perhatian, di mana penelitian saya lebih menitikberatkan kepada seberapa besar dukungan keluarga berpengaruh terhadap kesehatan psikologis.

7. Azirna Ade Irmaya dengan judul *“Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Istri yang bekerja di Desa Rantau Panjang Kecamatan Pantai Labu”*. Pada tahun 2024, Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area. Studi kuantitatif yang dilakukan oleh Azirna menemukan hubungan positif antara dukungan sosial dari keluarga dan kesehatan psikologis. Temuan ini menunjukkan bahwa orang yang mendapatkan dukungan sosial lebih banyak dari keluarga umumnya memiliki kesehatan psikologis yang lebih baik. Penelitian saya serta penelitian oleh Azirna memiliki kesamaan dalam menggali dampak dukungan keluarga terhadap kesehatan psikologis. Namun, perbedaan antara kedua penelitian ini ada pada tempat dan subjek yang diteliti.

H. Definisi Operasional

Definisi operasional merujuk pada penjelasan yang berdasarkan ciri atau unsur yang dapat dilihat dari suatu konsep yang sudah ditetapkan. Definisi ini secara tidak langsung mengindikasikan alat pengumpulan data yang tepat atau menjelaskan cara tertentu dalam mengukur variabel. Dengan demikian, definisi operasional menitikberatkan pada elemen-elemen yang dapat diperhatikan dari sebuah objek atau kejadian. Inti dari definisi operasional terletak pada ciri-ciri yang dapat diukur, yang memungkinkan para peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran yang tepat.¹¹ Penjelasan ini menyajikan informasi penting yang diperlukan untuk melakukan pengukuran terhadap variabel yang akan diteliti.

Dalam penelitian yang saya lakukan disini saya melakukan penelitian dengan variabel X dan Y diantaranya yaitu:

1) Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga adalah cara keluarga menunjukkan perhatian, sikap, tindakan dan menerima anggota keluarganya dengan memberi dukungan secara emosional, memberikan informasi, membantu secara nyata, serta memberikan penilaian yang positif. Perilaku tersebut membuat anggota keluarga merasa tenang, terlindungi, dan lebih siap menghadapi masalah dalam hidup. Penelitian ini menggunakan teori Friedman yang

¹¹Winarno, *Metodologi Penelitian Dalam Pendidikan Jasmani*, ed. Yusuf, *Educacao e Sociedade*, Pertama., vol. 1 (Malang: IKIP Malang, 2016), Hal. 35

mempunyai empat faktor, yaitu dukungan emosional, informasi, instrumental, dan penghargaan.

2) *Psychological Well-Being*

Di definisikan menjadi proses perkembangan seseorang yang dipengaruhi oleh lingkungan tempat seseorang menjalani kehidupannya. Dengan kata lain, kesejahteraan psikologis mencerminkan kemampuan seseorang untuk mengaktualisasikan potensi diri, memiliki tujuan hidup yang jelas, menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, menyesuaikan diri terhadap lingkungan, menerima kelebihan serta kekurangannya, dan terus berupaya mengembangkan diri. Pada penelitian ini, para ilmuwan memanfaatkan teori Ryff, yang mencakup enam elemen: penerimaan diri, hubungan yang baik dengan orang lain, kemandirian, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan serta arti hidup, dan perkembangan pribadi.