

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Peneliti dapat mengambil kesimpulan berikut berdasarkan temuan penelitian dan diskusi yang dilakukan:

1. Tingkat dukungan keluarga terhadap *psychological well-being* warga binaan di Lapas Kelas III di Rangkasbitung secara umum sudah cukup baik. Hal ini bisa dilihat dari skor mean yang dicapai sebesar 75,2179 atau 75% dari skor tertinggi. Dari distribusi tingkat dukungan keluarga, terlihat bahwa sebagian besar warga binaan masuk ke dalam kategori sedang, yaitu 47 orang (60,3%). Ada 18 orang (23,1%) yang berada dalam kategori tinggi dan 13 orang (16,7%) dalam kategori rendah. Hasil ini menunjukkan bahwa kebanyakan warga binaan masih mendapatkan perhatian, komunikasi, dan bentuk dukungan lainnya dari keluarga, meskipun tingkat intensitasnya berbeda-beda. Secara keseluruhan, data ini menunjukkan peran keluarga memiliki kontribusi penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis warga binaan, yaitu sebesar 60,3% dan pelaksanaannya sudah cukup baik, meskipun masih ada sebagian kecil warga binaan yang memerlukan perhatian tambahan.
2. Tingkat *Psychological well-being* warga binaan di lapas kelas III Rangkasbitung cenderung berada pada kategori sedang atau cukup baik. Sebagian besar narapidana berada dalam kategori sedang, yaitu 56 narapidana (71,79%), sementara 12 narapidana (15,38%) berada dalam kategori tinggi dan 10 narapidana (12,82%) termasuk kategori rendah. Data tersebut menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis narapidana secara umum cukup baik. Berdasarkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa dari enam aspek *psychological well-being*, dimensi yang mendapatkan nilai rata-rata tertinggi adalah tujuan atau kebermaknaan hidup, yaitu 20,87, serta dimensi yang mendapatkan nilai rata-rata terendah adalah kemandirian, yaitu 6,24. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar warga binaan berada pada tingkat kategori sedang ketika melihat semua aspek kesejahteraan psikologis. Data yang dihasilkan membuktikan kemampuan WBP dalam penerimaan diri, penguasaan lingkungan, dan pengembangan diri berada pada tingkat yang baik. Dengan demikian, warga binaan menunjukkan kondisi kesejahteraan psikologis yang relatif stabil, meskipun belum tergolong tinggi.

3. Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa dukungan keluarga berdampak positif dan signifikan pada kesejahteraan psikologis narapidana. Sesuai dengan persamaan regresi, $Y = 50,369 + 403X$. Ini menyatakan bahwa semakin banyak dukungan keluarga yang di terima narapidana, semakin baik kesejahteraan psikologisnya. Hasil uji t menyatakan bahwa tingkat signifikan $0,000 < 0,05$, dan nilai t hitung sebesar 5,705 lebih besar daripada nilai t tabulasi sebesar 1,665. Akibatnya, hipotesis nol (H_0) tidak diterima, sedangkan hipotesis alternatif (H_a) disetujui. Selain itu, *coefficient determinasi* (R^2) 0,300 menunjukkan bahwa dukungan keluarga berkontribusi sebesar 30% terhadap kesejahteraan psikologis. Faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini bertanggung jawab atas tujuh puluh persen sisa.

B. Saran

Berdasarkan analisis temuan dan simpulan penelitian ini, penulis menyarankan sejumlah saran yang dimaksudkan dapat memberikan manfaat dan masukan bagi sejumlah pihak terkait.

1. Bagi Warga Binaan

Warga binaan diharapkan menjaga kesejahteraan psikologis mereka dengan membangun hubungan yang positif, berpartisipasi dalam program pelatihan yang ditawarkan, dan menerima bimbingan dari staf dan konselor. Jangan simpan kekhawatiran anda sendiri, karena kondisi psikologis yang tidak dikelola dengan baik dapat memengaruhi kesejahteraan, kepercayaan diri, dan kemampuan beradaptasi anda. Setiap individu berhak atas dukungan oleh karena itu, penting untuk memanfaatkan pelatihan dan bimbingan yang ditawarkan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis anda secara bertahap.

2. Bagi Lembaga Pemasyarakatan

Diharapkan lembaga terkait akan menyediakan pelatihan dan program konseling kesehatan mental yang berfokus pada kesejahteraan psikologis warga binaan. Selain itu, kolaborasi dengan keluarga tertentu akan difasilitasi melalui komunikasi, layanan kunjungan, dan pendampingan bagi warga binaan yang tidak memiliki kontak dengan keluarga mereka.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dalam studi ini, peneliti selanjutnya diharapkan dapat merencanakan waktu dengan lebih baik dan mengelola proses penelitian secara efektif. Penelitian yang dilakukan di lembaga pemasyarakatan memiliki tantangan tersendiri, terutama terkait perizinan dan akses kepada responden. Oleh karena itu, penting untuk mempertimbangkan program penelitian yang fleksibel dan segera berkoordinasi dengan pihak lembaga. Lebih lanjut, jika peneliti masa depan ingin mempelajari variabel yang sama, mereka dapat mempertimbangkan penggunaan metode campuran (kualitatif dan kuantitatif) untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang dukungan keluarga dan kesejahteraan psikologis.