

PENERAPAN PSIKOEDUKASI UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI WBP DI LP KELAS IIB AMUNTAI

Bagus Legowo ^{*1}

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, Indonesia
bl.baguslegowo@gmail.com

Dhiza Aliffia

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, Indonesia
dhizaalif28@gmail.com

Dina Amalia Anggraini

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, Indonesia
amaliadina2403@gmail.com

Fathiatul Husna

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, Indonesia
fathiatulhusna1@gmail.com

Hendri

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, Indonesia
akun.email.hendri@gmail.com

Marnita Handayani

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, Indonesia
marnita.handayani.tpb@gmail.com

Najmii Aanisah

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, Indonesia
najmiiianisah@gmail.com

Rahmatunnisa

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, Indonesia
icharahmatunnisaaulia@gmail.com

¹ Korespondensi Penulis

Silvani Arsida Lestari

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, Indonesia

silvaniarsida@gmail.com

Nuryadin

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, Indonesia

nuryadin@uin-antasari.ac.id

Abstract

Real Work Lecture is a form of community service carried out by students as a compulsory activity to apply the theory learned during lectures and applied in the field or community environment according to a predetermined period of time and in accordance with the Tridharma of Higher Education. One of the KKN work programs is self-acceptance psychoeducation. Self-acceptance is one of the positive attitudes towards oneself, where a person is able and willing to accept the state of self. The purpose of psychoeducation is to improve a person's ability to accept himself and improve his ability to deal with problems. The research in this service program uses the Participatory Action Research method. PAR is a research that involves the active participation of researchers in planning, implementing, and implementing actions taken with the aim of solving the problems at hand. The psychoeducational activities carried out not only explain self-acceptance but also how important it is for us to accept ourselves, especially when we are in a situation that has never been imagined before, namely serving a period of detention in a correctional institution.

Keywords: KKN, Psychoeducation, Self-acceptance, WBP.

Abstrak

Kuliah Kerja Nyata merupakan suatu bentuk pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa/i sebagai suatu kegiatan wajib untuk mengaplikasikan teori yang sudah dipelajari selama perkuliahan dan diaplikasikan di lapangan atau lingkungan masyarakat sesuai jangka waktu yang sudah ditentukan dan sesuai dengan Tridharma Perguruan Tinggi. Adapun salah satu program kerja KKN ini adalah psikoedukasi penerimaan diri. Penerimaan diri adalah salah satu sikap positif terhadap diri sendiri, dimana seseorang mampu dan mau menerima keadaan diri. Tujuan psikoedukasi adalah untuk meningkatkan kemampuan seseorang menerima dirinya sendiri serta meningkatkan kemampuan dalam menghadapi masalah. Penelitian dalam program pengabdian ini menggunakan metode *Participatory Action Research* (PAR). PAR merupakan suatu penelitian yang melibatkan partisipasi aktif dari peneliti dalam merencanakan, melaksanakan, dan mengimplementasikan tindakan yang dilakukan dengan tujuan menyelesaikan masalah yang dihadapi. Kegiatan psikoedukasi yang

dilakukan tidak hanya menjelaskan mengenai penerimaan diri sendiri namun seberapa penting kita melakukan penerimaan diri khususnya saat berada dalam keadaan yang tidak pernah dibayangkan sebelumnya yaitu menjalani masa tahanan di Lembaga Pemasyarakatan.

Kata Kunci : KKN, Penerimaan Diri, Psikoedukasi, WBP.

PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan suatu bentuk pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa/i sebagai suatu kegiatan wajib untuk mengaplikasikan teori yang sudah dipelajari selama perkuliahan dan diaplikasikan di lapangan atau lingkungan masyarakat sesuai jangka waktu yang sudah ditentukan dan sesuai dengan Tridharma Perguruan Tinggi (UIN Antasari, 2023). KKN Universitas Islam Negeri Antasari berada di bawah naungan lembaga yaitu Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M). Secara umum mahasiswa yang mengikuti KKN di kampus UIN Antasari akan ditempatkan di desa-desa yang sudah ditentukan yang berada di provinsi Kalimantan Selatan. Namun, ada satu tempat yang berbeda dengan tempat-tempat KKN lainnya, yaitu pihak UIN Antasari menjalin kerjasama dengan suatu lembaga berbadan hukum untuk menempatkan mahasiswa KKN di sana, tempat tersebut adalah Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai.

Lembaga Pemasyarakatan adalah suatu Lembaga yang dilindungi oleh Kementerian Hukum dan HAM. Negara Indonesia adalah negara hukum, hal ini tercantum dalam undang-undang dasar 1945 pasal 3 yaitu negara yang berdasarkan atas hukum. Perilaku yang tidak sesuai yang mengganggu keamanan dan ketertiban negara akan dikatakan sebagai suatu kejahatan. Kabupaten Hulu Sungai Utara memiliki sebuah lembaga Pemasyarakatan yaitu adalah Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai. Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai adalah sebuah Unit Pelaksana Teknis (UPT) yang disebut dengan Lapas yaitu tempat untuk melakukan pembinaan Narapidana dan Anak Didik Pemasyarakatan. Selain itu, Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai juga sebagai Rumah Tahanan Negara, yaitu suatu tempat tersangka dan terdakwa ditahan selama menjalani proses penyidikan, penuntutan, dan pemeriksaan di sidang pengadilan. Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai memiliki perbedaan dengan lembaga-lembaga Pemasyarakatan lainnya khususnya di Kalimantan Selatan, karena Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai memiliki sebuah Lembaga Pembinaan Keagamaan Pondok Pesantren Terpadu At-Taubah (LPK-PPTA) (Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai, 2023). Pondok

pesantren ini digagas pada tanggal 03 Juni 2016. Melalui berbagai proses pembentukan, maka pondok pesantren ini berkegiatan aktif pada tanggal 14 Januari 2017 (Lembaga Permasyarakatan Kelas IIB Amuntai, 2021).

Seseorang yang melakukan kejahatan akan menerima hukuman atau pidana berupa dimasukkan ke dalam penjara sesuai dengan keputusan dari yang berwajib. Seseorang yang menjalani proses tersebut disebut sebagai Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP). Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) adalah suatu sebutan untuk menggantikan sebutan narapidana. Namun, berbeda dengan sebutan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai, Warga Binaan Pemasyarakatan juga bisa disebut dengan santri dan santriwati.

Seseorang yang menjadi tersangka dan ditetapkan hukumannya, akan berpisah dengan orang tersayang. Berdasarkan hasil wawancara dengan WBP, mereka mengatakan bahwa mereka merasa sedih, berat, dan tidak menerima keadaan. Beberapa dari mereka yang ada menyatakan bahwa mereka merasa ditipu dan bukan mereka yang melakukan kesalahan. Mereka merasa tidak dapat menerima kenyataan tersebut. Oleh karena itu, melihat hal tersebut maka harus dilakukan kegiatan yang berhubungan dengan peneimaan diri.

Penerimaan diri (*Self acceptance*) adalah suatu kemampuan seseorang untuk dapat mengenali dirinya, menerima semua kelebihan maupun kekurangan dalam dirinya, yang menjadikan seseorang tersebut tidak memperlakukan keadaan dirinya (Fahlevi dkk., 2023). Penerimaan diri diartikan sebagai suatu sikap dalam melihat diri sendiri apa adanya dan memperlakukan diri sebaik mungkin. Penerimaan diri melibatkan beberapa aspek, yaitu: kepercayaan dirinya mengenai kemampuan dalam menghadapi hidup, menganggap dirinya sederajat dengan orang lain, tidak menganggap diri sebagai seseorang yang hebat maupun buruk, tidak takut atau merasa minder dengan orang lain, bertanggung jawab atas perbuatan yang dilakukan, mengikuti standart pola hidupnya sendiri, menerima pujian dan celaan secara objektif, serta tidak menyakiti diri sendiri (Prasetia, 2013).

Terdapat penelitian yang berkaitan dengan penerimaan diri misalnya yang dilakukan oleh Xu dan kawan-kawan yang didapatkan hasil bahwa penerimaan diri dapat menjadi perantara untuk menghasilkan mindfulness dan ketenangan pikiran (Xu dkk., 2015). Kemudian, dalam psikologi eksistensial yang merupakan aliran pemikiran dalam humanistik dapat dipahami bahwa penerimaan diri dari waktu ke waktu menjadi lebih bernuansa atau lebih diperhatikan (Hoffman dkk., 2013). Hal tersebut menjadi penting penerimaan diri yang rendah akan menyebabkan kerugian dalam kesejahteraan, masalah kesehatan mental, dan

gangguan kesehatan mental (Vasile, 2013). Maka, perlu dalam hal ini dilakukannya psikoedukasi. Psikoedukasi dapat digunakan untuk teknik preventif dan kuratif dalam menghadapi permasalahan yang terjadi, baik primer yang berfungsi untuk mencegah munculnya gangguan mental dan sekunder yang berfungsi untuk pencegahan (Nurdin dkk., 2023).

Berdasarkan paparan tersebut maka peneliti ingin memberikan suatu pengabdian berupa psikoedukasi untuk menciptakan rasa penerimaan diri pada individu. Penelitian ini dengan judul “Penerapan Psikoedukasi untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Warga Binaan Perumahan Masyarakat di Lembaga Perumahan Kelas IIB Amuntai.” Penelitian ini memiliki tujuan untuk menumbuhkan rasa penerimaan diri pada warga binaan perumahan masyarakat Kelas IIB Amuntai.

METODE PENELITIAN

Penelitian dalam program pengabdian ini menggunakan metode *Participatory Action Research* (PAR). PAR merupakan suatu penelitian yang melibatkan partisipasi aktif dari peneliti dalam merencanakan, melaksanakan, dan mengimplementasikan tindakan yang dilakukan dengan tujuan menyelesaikan masalah yang dihadapi (Faustyna, 2023). Tahapan kegiatan dalam pengabdian ini dimulai dengan penemuan isu berupa penerimaan diri (*self acceptance*). Kemudian, dengan itu maka fokus aksi dalam pengabdian ini adalah melakukan psikoedukasi. Dalam proses perencanaan aksi maka direncanakanlah psikoedukasi mengenai penerimaan diri pada WBP (Warga Binaan Perumahan). Kemudian, dalam proses pengorganisasian dipilihlah sejumlah 25 WBP, yang terdiri dari 15 orang WBP laki-laki dan 10 WBP perempuan dan selanjutnya dilakukanlah psikoedukasi penerimaan diri yang berjudul “*Psikoedukasi: Penerimaan Diri dalam Menghadapi Masalah Menuju Pribadi yang Lebih Baik.*” Teknik pengumpulan data yang dilakukan menggunakan teknik wawancara, observasi, dan dokumentasi. Prosedur penelitian yang dilakukan, yaitu:

1. Melakukan konseling sebagai bentuk pengumpulan data mengenai masalah apa yang mereka hadapi.
2. Meningkatkan kesadaran mereka agar mampu memahami diri sendiri, melalui psikoedukasi yang dilakukan oleh peneliti.

Psikoedukasi dalam penelitian pengabdian ini melibatkan beberapa pihak, yaitu mahasiswa/i KKN Tematik Tahap 2 Angkatan 9 UIN Antasari Banjarmasin

sebagai pemateri, Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai sebagai UPT, dan melibatkan warga binaan permasyarakatan Kelas IIB Amuntai sebagai peserta dalam penelitian pengabdian.

Penelitian Pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 07 November 2023 di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai, Kabupaten Hulu Sungai Utara, Provinsi Kalimantan Selatan. Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai adalah sebuah Unit Pelaksana Teknis (UPT) yang disebut dengan Lapas yaitu tempat untuk melakukan pembinaan Narapidana dan Anak Didik Permasyarakatan. Waktu kegiatan atau lamanya proses pendampingan ini dilakukan selama satu kali pemberian materi psikoedukasi penerimaan diri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian dengan program psikoedukasi penerimaan diri dengan judul *“Psikoedukasi: Penerimaan Diri dalam Menghadapi Masalah Menuju Pribadi yang Lebih Baik,”* dilaksanakan pada hari Selasa, 07 November 2023, yang dimulai pada pukul 13.15 – 14.50 Wita. Psikoedukasi ini dilaksanakan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai dengan mahasiswa KKN Tematik Tahap 2 Angkatan 9 UIN Antasari Banjarmasin sebagai pelaksana dan pemateri pada kegiatan tersebut. Mahasiswa KKN tersebut terdiri dari jurusan Psikologi Islam (dua orang mahasiswa dan lima orang mahasiswi) dan Pendidikan Bahasa Arab (dua orang mahasiswi) UIN Antasari Banjarmasin yang jumlah keseluruhannya adalah sembilan orang. Alasan pelaksanaan kegiatan psikoedukasi ini berdasarkan pada hasil wawancara dan observasi serta diskusi dengan pihak Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai.

Penyelenggaraan kegiatan psikoedukasi ini dilakukan dengan melakukan beberapa persiapan mulai dari mempersiapkan beberapa peralatan pendukung dan utama seperti PPT materi psikoedukasi, layar LCD, laptop, spanduk, karpet tempat duduk, bangku, tripod, handphone, kertas presensi, pulpen, dan konsumsi berupa air mineral dan roti. Kemudian, juga ada persiapan teknis seperti koordinasi mengenai tempat kegiatan, jumlah WBP (Warga Binaan Pemasyarakatan) yang menjadi peserta kegiatan psikoedukasi, dan kesediaan pihak Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai untuk bergabung dalam kegiatan ini. Dalam kegiatan psikoedukasi penerimaan diri ini dihadiri dan didampingi oleh pihak Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai yang diwakili oleh Bapak Ahmad Sardaniansyah, S.Sos selaku Kasi Binapi Giatja dan Bapak Robbyanoor, S.A.P selaku Kasuminkamtib, serta seluruh pegawai yang bertugas.

Kegiatan psikoedukasi ini dilakukan dengan beberapa pembagian tugas untuk pelaksanaannya, seperti menjadi MC, moderator, pembaca doa, pemateri, dokumentasi, konsumsi, dan presensi. Rangkaian kegiatan dalam psikoedukasi penerimaan diri ini dilaksanakan dengan beberapa rangkaian kegiatan mulai dari registrasi, pembukaan, sambutan, doa, penutup, dan foto bersama. Kemudian, masuk kepada kegiatan utama yang diawali dengan *ice breaking*, penyampaian materi (Psikoedukasi: Penerimaan Diri dalam Menghadapi Masalah Menuju Pribadi yang Lebih Baik), sesi tanya jawab, dan penutup.



Gambar 1. Registrasi peserta psikoedukasi penerimaan diri

Kegiatan diawali dengan registrasi peserta psikoedukasi penerimaan diri yang terdiri dari 15 orang WBP laki-laki dan 10 orang WBP perempuan yang diawasi oleh masing-masing regu pengaman dalam kelancaran kegiatan ini. Kemudian, setelah registrasi WBP diarahkan untuk duduk menempati tempat yang telah disediakan.



Gambar 2. Pembukaan kegiatan psikoedukasi penerimaan diri

Kegiatan pun berlangsung dengan pembukaan setelah semua WBP yang menjadi peserta sudah berhadir dalam tempat kegiatan psikoedukasi. Selanjutnya, kegiatan dibuka oleh MC yang bertugas memandu acara pembukaan ini.



Gambar 3. Sambutan dari Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai

Setelah kegiatan pembukaan selesai selanjutnya adalah penyampaian sambutan yang disampaikan oleh Bapak Ahmad Sardaniansyah, S.Sos selaku Kasi Binapi Giatja Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai. Beliau menyampaikan harapan bahwa dengan adanya kegiatan psikoedukasi ini diharapkan para WBP bisa melakukan penerimaan diri atas masalah yang dihadapi untuk menjadi pribadi yang lebih baik sesuai dengan judul dalam kegiatan psikoedukasi ini.



Gambar 4. Pembacaan doa

Kemudian, setelah penyampaian sambutan oleh Bapak Ahmad Sardaniansyah, S.Sos selaku Kasi Binapi Giatja Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai dilanjutkan dengan pembacaan doa yang dibacakan oleh mahasiswa.



Gambar 5. Penutup

Terakhir sebelum masuk ke kegiatan utama, maka ditutuplah kegiatan pembukaan oleh MC sebelum diserahkan kepada moderator.



Gambar 6. Foto bersama

Sebelum penyerahan kegiatan oleh MC kepada moderator maka dilakukanlah sesi foto bersama dengan pihak Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai yang diwakili oleh Bapak Ahmad Sardaniansyah, S.Sos selaku Kasi Binapi Giatja, Bapak Robbyanoor, S.A.P selaku Kasuminkamtib, seluruh pegawai yang bertugas, WBP yang menjadi peserta kegiatan psikoedukasi penerimaan diri, dan seluruh mahasiswa KKN Tematik Tahap 2 Angkatan 9 UIN Antasari Banjarmasin.



Gambar 7. *Ice breaking*

Sampailah pada kegiatan utama, namun sebelum masuk kegiatan utama dilakukan terlebih dahulu *ice breaking* yang bertujuan untuk mengembalikan fokus dan semangat WBP dalam mengikuti kegiatan psikoedukasi penerimaan diri yang dilakukan. *Ice breaking* yang dilakukan seperti permainan tepuk tangan dan cek semangat.



Gambar 8. Penyampaian materi psikoedukasi penerimaan diri

Acara yang utama adalah kegiatan penyampaian materi yang disampaikan oleh mahasiswa KKN Tematik Tahap 2 Angkatan 9 UIN Antasari Banjarmasin. Materi yang disampaikan mencakup apa itu penerimaan diri, apa saja ciri dari penerimaan diri, apa faktor yang mempengaruhi dalam penerimaan diri, apa saja aspek dalam penerimaan diri, bagaimana tanda-tanda penerimaan diri, bagaimana penerimaan diri menurut Islam, dan pentingkah penerimaan diri untuk menjadi pribadi yang lebih baik. Semua sub materi tersebut dikemas dalam psikoedukasi penerimaan diri yang mudah dipahami dengan bahasa yang ringan dan relevan dengan WBP Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai sehingga diharapkan

WBP yang menjadi peserta dalam kegiatan ini dapat mendapatkan *insight* yang mendalam mengenai kegiatan psikoedukasi yang disampaikan.



Gambar 9. Sesi tanya jawab

Pemahaman yang baik terkadang didapatkan dengan bertanya maka, setelah sesi penyampaian materi maka dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Walaupun terlihat malu-malu saat hendak bertanya namun WBP sangat antusias dalam mengikuti sesi ini.



Gambar 10. Penutup kegiatan psikoedukasi penerimaan diri

Setelah sesi penyampaian materi dan tanya jawab maka sampailah pada acara yang terakhir, yaitu penutup. Penutup kali sedikit lebih menarik yaitu para WBP diminta menyimpulkan hasil dari penyampaian mengenai psikoedukasi penerimaan diri ini dan kemudian dikoreksi oleh moderator dan juga pemateri. Selanjutnya moderator menutup kegiatan ini dan WBP diarahkan untuk kembali ke kamar masing-masing dengan pengawalan dari pegawai yang bertugas.

Penerimaan diri merupakan hal mendasarkan untuk setiap manusia agar bisa menjadi dirinya dengan apa adanya dan menerima apa pun yang terjadi pada

pada diri. Penerimaan diri erat kaitannya dengan keadaan seseorang, baik keadaan fisik maupun non fisik yang menimpanya. Dalam halnya non fisik bisa berupa perjalanan kehidupan seseorang. Misalnya dalam keadaan ini para WBP yang harus menjalani masa tahanan di Lembaga Pemasyarakatan. Saat seseorang berada dalam lingkungan yang batasi maka rentan akan menimbulkan tekanan psikologis. Tekanan psikologi tersebut mengakibatkan keadaan psikologis yang cenderung mengarah kepada tidak dapat menerima dirinya, kemudian menimbulkan dampak psikologis berupa cemas, depresi, phobia, dan individu anti sosial (Ardilla & Herdiana, 2013).

Penerimaan diri atau *self acceptance* mempunyai karakteristik utama berupa spontanitas dan tanggung jawab pada diri, menerima diri sendiri tanpa menyalahkan diri sendiri untuk apa-apa yang berada di luar kontrolnya. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fauzia dan Ike tentang penerimaan diri pada diri narapidana wanita bahwa penerimaan diri yang terjadi pada narapidana wanita dipengaruhi oleh faktor yang menjadi pendukung, berupa pandangan diri yang positif, dukungan oleh keluarga yang konsisten, lingkungan yang menyenangkan, kemampuan sosial yang baik. Kemudian, juga dipengaruhi oleh faktor religius pada diri individu. Maka, faktor penerimaan diri pada narapidana dipengaruhi oleh faktor yang berasal dari dalam dan luar diri individu (Ardilla & Herdiana, 2013).

Maka, dalam hal ini penting untuk dilakukan psikoedukasi penerimaan diri pada WBP di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai. Mengingat bahwa penerimaan diri pada diri WBP sangat dibutuhkan karena seperti yang telah dijelaskan bahwa saat seseorang berada di dalam lingkungan yang dibatasi maka akan dengan mudah menyebabkan tekanan psikologis dan bisa diperparah dengan tidak adanya penerimaan diri pada diri seseorang dalam hal ini WBP. Berdasarkan psikoedukasi yang dilakukan disampaikan penjelasan umum mengenai penerimaan diri secara umum ataupun secara Islami, berupa penerimaan diri dalam Islam. Islam memandang penerimaan diri yang bisa dipahami dengan *qana'ah*. *Qana'ah* adalah sikap menerima apapun yang telah dianugerahkan Allah Swt. kepada kita dan selalu bersyukur apa yang terjadi kepada kita dengan itu kita akan cukupkan baik banyak atau pun sedikit apa yang telah dicapai sehingga kita tidak menjadi budak dunia (Abdusshomad, 2020).

Berdasarkan hasil observasi dalam pemberian psikoedukasi penerimaan diri yang difokuskan untuk menghadapi masalah agar menjadi pribadi yang lebih baik terlihat bahwa WBP sangat antusias dengan adanya kegiatan psikoedukasi

tersebut. Antusiasme tersebut terlihat saat proses penyampaian materi psikoedukasi dan pada saat sesi tanya jawab. Kemudian, juga pada saat *ice breaking* karena membangkitkan fokus dan semangat WBP dalam mengikuti kegiatan ini. Kegiatan psikoedukasi ini juga bukan hanya menjelaskan mengenai penerimaan diri sendiri namun seberapa pentingkah kita melakukan penerimaan diri khususnya saat berada dalam keadaan yang tidak biasa atau yang tidak pernah kita bayangkan, yaitu menjalani masa tahanan di Lembaga Pemasyarakatan. Dengan adanya kegiatan ini diharapkan dapat menjadi kekuatan untuk para WBP dalam menjadi pribadi yang lebih baik lagi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan diatas, dapat disimpulkan bahwa adanya psikoedukasi penerimaan diri merupakan kunci untuk mengatasi masalah dan menjadi pribadi yang lebih baik. Penerimaan diri meliputi menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri, serta menerima situasi yang sedang dihadapi. Dengan menerima diri sendiri, seseorang dapat mengurangi stress dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Selain itu, penerimaan diri juga adapt membantu seseorang untuk mengembangkan kemampuan diri dan mencapai potensi yang lebih besar. Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk belajar menerima diri sendiri dan menghadapi masalah dengan sikap yang positif dan konstruktif.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdusshomad, A. (2020). Penerapan Sifat Qanaah Dalam Mengendalikan Hawa Nafsu Duniawi. *Jurnal Asy-Syukriyyah*, 21(1), 21–33. <https://doi.org/10.36769/asy.v21i1.95>
- Ardilla, F., & Herdiana, I. (2013). Penerimaan Diri Pada Narapidana Wanita. *Jurnal psikologi kepribadian dan sosial*, 2(1), 1–7.
- Fahlevi, R., Simarmata, N., Aprilyani, R., Abdurohim, Hedo, D. J. P. K., Patodo, M. S., Arini, D. P., Wijaya, Y., & Shobihah, I. F. (2023). *Psikologi Positif*. Global Eksekutif Teknologi.
- Faustyna. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif Komunikasi (Teori dan Praktek)*. Umsu Press.
- Hoffman, L., Lopez, A. J., & Moats, M. (2013). Humanistic Psychology and Self-Acceptance. Dalam M. E. Bernard (Ed.), *The Strength of Self-Acceptance: Theory, Practice and Research* (hlm. 3–17). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-6806-6_1
- Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Amuntai. (2021). *Profil dan Album Kenangan Mahasiswa KKN Tematik UIN Antasari Banjarmasin Angkatan I s/d IV Tahun*

- 2020/2021 M. Lembaga Pembinaan Keagamaan Pondok Pesantren Terpadu At-Taubah.
- Lembaga Permasayarakatan Kelas IIB Amuntai. (2023). *SILAPASI: Digitalisasi Pelayanan Lapas Amuntai*.
- Nurdin, M. N. H., Habiburrahman, Rezki, L. M., Andriadi, F., & Ummah, P. I. (2023). Edukasi Penegakan Kedisiplinan Kerja Pegawai Aparatur Sipil Negara Melalui Media Poster Pada Instansi Badan Pengembangan Sumber Daya Manusia Provinsi Sulawesi Selatan. *Journal of Community Dedication*, 3(1), Article 1.
- Prasetia, W. D. (2013). *Hubungan penerimaan diri dengan rasa percaya diri pada siswa kelas X SMAN 1 Grati Pasuruan [S1]*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- UIN Antasari. (2023). *Pedoman Kuliah Kerja Nyata (KKN) UIN Antasari Banjarmasin. Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LP2M)*.
- Vasile, C. (2013). An Evaluation of Self-acceptance in Adults. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 78, 605–609. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.04.360>
- Xu, W., Rodriguez, M. A., Zhang, Q., & Liu, X. (2015). The Mediating Effect of Self-Acceptance in the Relationship Between Mindfulness and Peace of Mind. *Mindfulness*, 6(4), 797–802. <https://doi.org/10.1007/s12671-014-0319-x>

Dokumentasi Kegiatan

“Psikoedukasi: Penerimaan Diri dalam Menghadapi Masalah Menuju Pribadi yang Lebih Baik”



Ga

IB