



# IMPLEMENTASI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DALAM UPAYA PENANGANAN KESEHATAN MENTAL PADA WARGA BINAAN DI LAPAS KELAS III RANGKASBITUNG

Mochamad Ilham Ramadhan<sup>1</sup>, Arga Satrio Prabowo<sup>2</sup>, Raudah Zaimah Dalimunthe<sup>3</sup>,  
Angga Sugara Febriantiko<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Indonesia

Email: [mochamadilham78770@gmail.com](mailto:mochamadilham78770@gmail.com)



DOI: <https://doi.org/10.34125/jmp.v11i3.2535>

## Sections Info

### Article history:

Submitted: 23 March 2026  
Final Revised: 11 April 2026  
Accepted: 16 May 2026  
Published: 24 June 2026

### Keywords:

Group Guidance  
Problem Solving  
Mental Health  
Correctional Inmates  
Participatory Action Research



## ABSTRACT

Correctional institutions represent high-risk environments for psychological disturbance, with inmates frequently experiencing complex mental health challenges particularly concerning family relations, self-acceptance, and social interaction. This study aims to implement and evaluate group guidance services utilizing problem-solving techniques within a Participatory Action Research (PAR) framework to enhance the mental well-being of adult early inmates at Lapas Kelas III Rangkasbitung. The study employed PAR design involving 50 inmates. Preliminary needs assessment using the Alat Ungkap Masalah (AUM) Umum Masyarakat instrument revealed dominant issues in family relations (13.33%), personal self (12.97%), and social relations (10.76%). Eight structured group guidance sessions were implemented, systematically integrating problem-solving stages from issue identification to collaborative action planning. Findings indicate that PAR-based group guidance significantly improved participants' self-awareness, interpersonal communication, emotional regulation, and problem-solving competencies. The participatory methodology effectively fostered active engagement, ownership of the change process, and real-time adaptation based on group dynamics. These findings validate integration of data-driven assessment, structured group techniques, and participatory frameworks as a sustainable strategy for psychological rehabilitation in correctional settings.

## ABSTRAK

Lembaga pemasyarakatan merupakan lingkungan berisiko tinggi terhadap gangguan psikologis, di mana warga binaan menghadapi tantangan kesehatan mental yang kompleks terutama pada aspek hubungan keluarga, penerimaan diri, dan interaksi sosial. Penelitian ini bertujuan mengimplementasikan dan mengevaluasi layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving berbasis Participatory Action Research (PAR) guna meningkatkan kesejahteraan psikologis warga binaan kategori dewasa awal di Lapas Kelas III Rangkasbitung. Penelitian menggunakan desain PAR yang melibatkan 50 warga binaan. Asesmen kebutuhan menggunakan instrumen Alat Ungkap Masalah (AUM) Umum Masyarakat mengungkap dominasi permasalahan pada hubungan keluarga (13,33%), diri pribadi (12,97%), dan hubungan sosial (10,76%). Delapan sesi bimbingan kelompok terstruktur dilaksanakan dengan mengintegrasikan tahapan problem solving dari identifikasi masalah hingga perencanaan tindak lanjut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok berbasis PAR secara signifikan meningkatkan kesadaran diri, komunikasi interpersonal, regulasi emosi, dan kompetensi pemecahan masalah. Metodologi partisipatif berhasil menumbuhkan keterlibatan aktif, rasa kepemilikan terhadap proses perubahan, dan penyesuaian intervensi secara real-time berdasarkan dinamika kelompok. Temuan ini memvalidasi integrasi asesmen berbasis data, teknik kelompok terstruktur, dan kerangka partisipatif sebagai strategi berkelanjutan untuk rehabilitasi psikologis di lingkungan pemasyarakatan.

**Kata kunci:** Bimbingan Kelompok; Problem Solving; Kesehatan Mental; Warga Binaan; PAR

## PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan komponen krusial dalam perkembangan individu yang memengaruhi kapasitas kognitif, regulasi emosional, kompetensi sosial, dan kemampuan adaptasi terhadap tekanan kehidupan. Lembaga pemasyarakatan merupakan lingkungan berisiko tinggi terhadap gangguan psikologis, di mana prevalensi masalah kesehatan mental pada warga binaan secara signifikan lebih tinggi dibandingkan populasi umum, dengan estimasi mencapai 30-70% populasi lapas secara global. Kondisi ini diperparah oleh dinamika internal penjara yang meliputi kelebihan kapasitas, keterbatasan privasi, minimnya aktivitas bermakna, serta isolasi dari jaringan sosial pendukung. Tanpa intervensi yang terarah, masalah psikologis yang tidak tertangani berpotensi memperburuk kualitas hidup warga binaan dan meningkatkan risiko residivisme pasca pembebasan (Atmojo & Pangestuti, 2024; WHO, 2022).

**Tabel 1. Data Urgensi Kesehatan Mental di Lembaga Pemasyarakatan**

Sumber/Setting	Indikator	Prevalensi
WHO (2022), Populasi Global	Gangguan mental klinis pada warga binaan	30-70% populasi lapas
Atmojo & Pangestuti (2024), Lapas Kelas 1 Tangerang	Depresi sedang-berat narapidana narkotika	Dominan dan signifikan
Haryanti et al. (2016), Populasi Rentan Indonesia	Ketidakstabilan emosi pada dewasa awal di lingkungan terbatas	Tinggi dan persisten
<b>Penelitian ini (2026), Lapas Kelas III Rangkasbitung</b>	<b>KHK, DPI &amp; HSO (AUM Umum Masyarakat, n=50)</b>	<b>KHK 13,33% DPI 12,97% HSO 10,76%</b>

Warga binaan di Lapas Kelas III Rangkasbitung mayoritas berada pada rentang usia dewasa awal (18-25 tahun). Santrock (2011) menjelaskan bahwa fase ini merupakan masa transisi kritis yang ditandai dengan eksplorasi identitas, ketidakstabilan peran sosial, dan pencarian makna kehidupan. Konteks penahanan di lapas secara struktural membatasi ruang bagi pencapaian tugas perkembangan tersebut. Hilangnya kebebasan bergerak, stigmatisasi sosial, dan ketidakpastian masa depan menciptakan beban psikologis yang berat. Suhaimi (2015) menekankan bahwa kesehatan mental yang optimal memerlukan keseimbangan antara perkembangan biologis, kognitif, emosional, dan spiritual, sementara Lubis et al. (2023) menambahkan bahwa tekanan lingkungan yang tidak mendukung mempercepat munculnya gejala ketidaksehatan mental pada individu yang belum memiliki fondasi regulasi diri yang matang.

Berdasarkan asesmen pendahuluan menggunakan instrumen Alat Ungkap Masalah Umum Masyarakat terhadap 50 warga binaan dewasa awal, teridentifikasi tiga bidang masalah dengan urgensi tertinggi: Keadaan Hubungan Keluarga (13,33%), Diri Pribadi (12,97%), dan Hubungan Sosial (10,76%). Profil ini selaras dengan temuan Tampubolon dan Prihanto (2023) yang menyatakan bahwa narapidana membutuhkan pendampingan holistik yang tidak hanya berfokus pada kedisiplinan, tetapi juga pada pemulihan fungsi psikologis dan reintegrasi sosial. Pemetaan kebutuhan berbasis instrumen standar seperti AUM memungkinkan identifikasi intervensi yang presisi dan relevan dengan dinamika lapangan (Kurniawan, 2022).

Merespons profil permasalahan tersebut, penelitian ini menempatkan layanan bimbingan

kelompok dengan teknik problem solving sebagai strategi intervensi utama. Teknik problem solving dipilih karena kemampuannya memfasilitasi proses kognitif dan perilaku warga binaan secara sistematis, mulai dari identifikasi akar masalah, eksplorasi alternatif solusi, pengambilan keputusan, hingga implementasi langkah konkret. Dinamika kelompok menyediakan ruang aman untuk pembelajaran sosial dan pengembangan keterampilan koping melalui pengalaman kolektif. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip *Guidance and Counseling for All* yang menjamin akses layanan pengembangan diri bagi seluruh individu tanpa diskriminasi status hukum (Pratiwi & Sulistyarini, 2022).

Implementasi layanan dikemas dalam kerangka Participatory Action Research yang menekankan siklus perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi secara kolaboratif. Melalui pendekatan ini, warga binaan tidak diposisikan sebagai objek pasif, melainkan sebagai mitra aktif yang terlibat dalam diagnosis kebutuhan, perancangan aktivitas, pelaksanaan intervensi, dan evaluasi dampak (Reason & Bradbury, 2008). Siklus reflektif dalam PAR juga memungkinkan penyesuaian strategi layanan secara real-time berdasarkan umpan balik langsung dari peserta dan kondisi lapangan. Penelitian terdahulu oleh Widyaningsih dan Puspita (2023) menunjukkan bahwa layanan BK berbasis kebutuhan di lapas yang menggunakan pendekatan partisipatif terbukti lebih responsif dan berkelanjutan dibanding program pembinaan konvensional yang bersifat *top-down*.

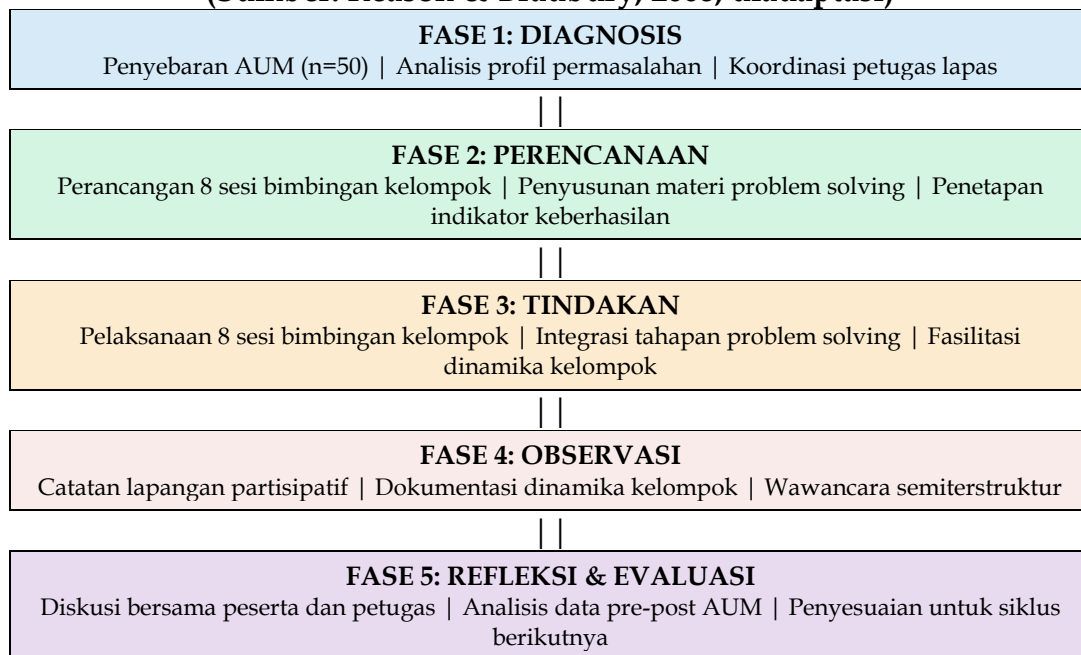
Kebaruan penelitian ini terletak pada integrasi tiga elemen strategis: penggunaan instrumen AUM untuk pemetaan kebutuhan empiris, penerapan teknik problem solving dalam dinamika kelompok terbatas, dan pelaksanaan berbasis siklus PAR di lingkungan masyarakat. Studi terdahulu cenderung berfokus pada pengukuran penurunan gejala psikologis secara umum, tanpa menyentuh secara rinci mekanisme perubahan melalui intervensi kelompok terstruktur. Prasetya dan Farid (2022) menegaskan bahwa profil psikologis narapidana Indonesia memerlukan intervensi yang berbasis data, kontekstual, dan berorientasi pada pemberdayaan. Penelitian ini mengisi kesenjangan tersebut dengan mendeskripsikan secara komprehensif bagaimana layanan bimbingan kelompok berbasis data asesmen mampu memfasilitasi transformasi kognitif, emosional, dan sosial warga binaan dewasa awal.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan Participatory Action Research (PAR) yang menekankan kolaborasi aktif antara peneliti dan subjek dalam setiap tahapan, mulai dari identifikasi masalah, perencanaan intervensi, pelaksanaan tindakan, hingga evaluasi dan refleksi. PAR dipilih karena selaras dengan prinsip *Guidance and Counseling for All* yang menempatkan warga binaan sebagai subjek yang berhak terlibat dalam proses pengembangan diri. Melalui siklus perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi yang dilakukan secara berulang, PAR memungkinkan penyesuaian program layanan secara dinamis berdasarkan umpan balik langsung dari lapangan (Reason & Bradbury, 2008).

Subjek penelitian terdiri dari 50 warga binaan masyarakat kategori dewasa awal yang menjalani masa pembinaan di Lapas Kelas III Rangkasbitung, Jalan Multatuli Nomor 2, Kecamatan Rangkasbitung, Kabupaten Lebak, Provinsi Banten. Pemilihan subjek dilakukan secara purposif berdasarkan kriteria: (1) kesediaan mengikuti program secara penuh, (2) kemampuan komunikasi dasar, dan (3) tidak sedang dalam masa isolasi atau perawatan intensif. Instrumen asesmen utama adalah Alat Ungkap Masalah Umum Masyarakat yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya dalam populasi dewasa di Indonesia (Kurniawan, 2022), didukung instrumen Psychological Well-Being, observasi partisipatif, dan wawancara semiterstruktur.

**Tabel 2. Alur Pelaksanaan Participatory Action Research (PAR)**  
(Sumber: Reason & Bradbury, 2008, diadaptasi)



Teknik pengumpulan data mencakup tiga instrumen: asesmen kuantitatif AUM pre-post, observasi partisipatif, dan wawancara mendalam. Analisis data dilakukan secara terintegrasi. Data kuantitatif dari AUM diolah menggunakan statistik deskriptif, sementara data kualitatif dari observasi dan wawancara dianalisis menggunakan teknik reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Miles, Huberman, & Saldana, 2020). Triangulasi sumber dan metode digunakan untuk meningkatkan keabsahan data dan memastikan konsistensi temuan antarindikator (Triyono & Mastur, 2022).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

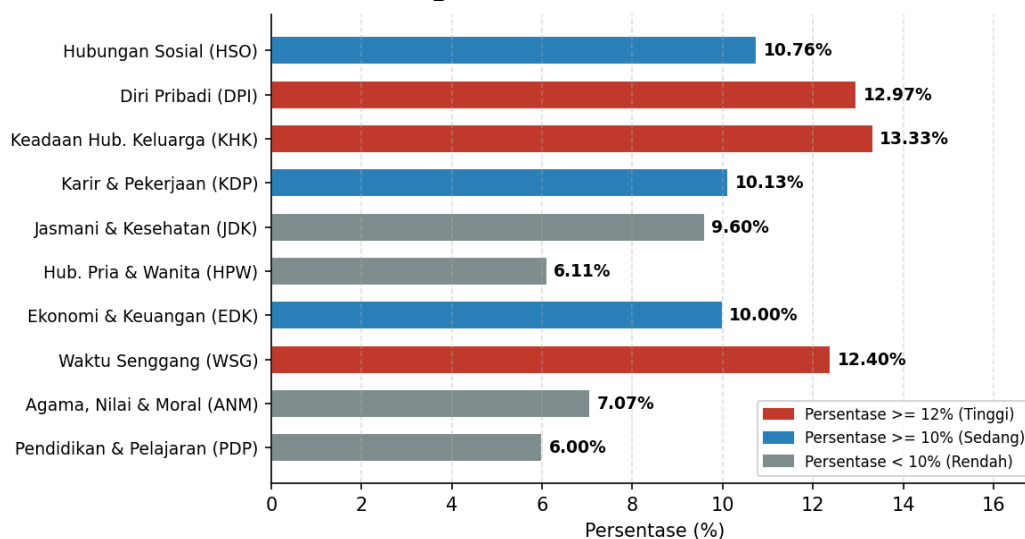
Penelitian ini menghasilkan temuan empiris mengenai profil permasalahan kesehatan mental warga binaan di Lapas Kelas III Rongkasbitung serta dampak implementasi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* berbasis *Participatory Action Research*. Hasil penelitian disajikan dalam dua bagian, yaitu profil kebutuhan warga binaan berdasarkan instrumen AUM dan implementasi layanan bimbingan kelompok.

### 1. Profil Permasalahan Warga Binaan Berdasarkan AUM Umum Masyarakat

**Tabel 3. Profil Permasalahan Warga Binaan Berdasarkan AUM Umum Masyarakat**

Bidang Masalah	Skor	Persentase
Hubungan Sosial (HSO)	296	10,76%
Diri Pribadi (DPI)	227	12,97%
Keadaan Hubungan Keluarga (KHK)	200	13,33%
Karir dan Pekerjaan (KDP)	152	10,13%
Jasmani dan Kesehatan (JDK)	144	9,60%
Hubungan Pria dan Wanita (HPW)	107	6,11%
Ekonomi dan Keuangan (EDK)	100	10,00%
Waktu Senggang (WSG)	62	12,40%
Agama Nilai Moral (ANM)	53	7,07%
Pendidikan dan Pelajaran (PDP)	15	6,00%

**Gambar 1. Profil Permasalahan Warga Binaan Berdasarkan AUM Umum Masyarakat**



Data pada Tabel 3 dan Gambar 1 menunjukkan tiga bidang masalah dengan tingkat urgensi tertinggi. Bidang Keadaan Hubungan Keluarga menempati posisi pertama dengan persentase 13,33 persen, diikuti Diri Pribadi sebesar 12,97 persen, dan Waktu Senggang 12,40 persen. Hubungan Sosial mencatat skor absolut tertinggi (296). Temuan ini mengindikasikan bahwa warga binaan menghadapi gangguan signifikan dalam mempertahankan komunikasi konstruktif dengan keluarga, mengelola penerimaan diri pasca pelanggaran hukum, serta membangun interaksi yang adaptif di lingkungan sosial terbatas. Hasil ini sejalan dengan WHO (2022) yang menegaskan bahwa lembaga pemasyarakatan merupakan lingkungan berisiko tinggi terhadap gangguan kesehatan mental, serta memperkuat temuan Tampubolon dan Prihanto (2023) bahwa keterpisahan dari keluarga merupakan tekanan psikologis utama narapidana.

## 2. Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Problem Solving*

Berdasarkan profil permasalahan yang teridentifikasi, intervensi dilaksanakan dalam delapan sesi bimbingan kelompok mengikuti siklus PAR. Pada tahap awal, peneliti membangun rapport dengan warga binaan menggunakan pendekatan humanis yang menekankan empati dan penerimaan tanpa syarat. Dinamika kelompok selama pelaksanaan layanan menunjukkan perkembangan yang positif. Saputra, Supriyanto, dan Adiputra (2021) menegaskan bahwa layanan bimbingan kelompok berbasis problem solving terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan pemecahan masalah, khususnya ketika fasilitator mampu menciptakan iklim psikologis yang aman dan mendukung.

Sesi difokuskan pada tiga bidang dominan dari AUM. Pada bidang hubungan sosial, materi mencakup komunikasi interpersonal, keterampilan asertif, dan pengelolaan konflik melalui diskusi terstruktur dan simulasi peran. Pada bidang diri pribadi, layanan difokuskan pada penerimaan diri, pengelolaan emosi, dan peningkatan kepercayaan diri. Warga binaan diberi ruang mengekspresikan perasaan secara aman, termasuk rasa menyesal dan khawatir tentang masa depan. Pada bidang hubungan keluarga, layanan menekankan strategi mempertahankan komunikasi konstruktif, penyelesaian konflik, dan persiapan reintegrasi sosial. Kanti et al. (2024) menegaskan bahwa layanan BK di lembaga pemasyarakatan berfungsi efektif meningkatkan kesadaran diri dan memperbaiki pola interaksi sosial warga binaan.

Pendekatan PAR yang diterapkan memberikan nilai tambah yang signifikan. Keterlibatan aktif warga binaan dalam setiap tahapan program mendorong munculnya agensi dan tanggung jawab terhadap proses perubahan. Siklus reflektif yang terintegrasi memungkinkan penyesuaian strategi layanan secara real-time berdasarkan umpan balik langsung dari peserta dan kondisi lapangan. Temuan ini memperkuat Prasetya dan Farid (2022) yang menyatakan bahwa profil psikologis narapidana Indonesia memerlukan intervensi berbasis data, kontekstual, dan berorientasi pada pemberdayaan, bukan pendekatan top-down yang mengabaikan perspektif warga binaan itu sendiri.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diakui. Pertama, durasi intervensi yang relatif singkat membatasi kemampuan mengamati perubahan jangka panjang. Kedua, tidak adanya kelompok kontrol menyulitkan isolasi efek spesifik intervensi. Ketiga, keterbatasan fasilitas di lapas mempengaruhi optimalisasi pelaksanaan layanan. Penelitian lanjutan diperlukan untuk menguji efektivitas program dengan desain yang lebih ketat dan durasi yang lebih panjang (Triyono & Mastur, 2022).

## KESIMPULAN

Implementasi layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving berbasis Participatory Action Research efektif dalam mendukung kesehatan mental warga binaan dewasa awal di Lapas Kelas III Rangkasbitung. Asesmen AUM Umum Masyarakat mengungkap tiga bidang permasalahan dominan: keadaan hubungan keluarga (13,33%), diri pribadi (12,97%), dan hubungan sosial (10,76%). Melalui delapan sesi bimbingan kelompok yang dirancang secara partisipatif, warga binaan menunjukkan peningkatan kesadaran diri, keterampilan komunikasi interpersonal, pengelolaan emosi, dan kemampuan merumuskan alternatif solusi. Pendekatan PAR terbukti menumbuhkan keterlibatan aktif dan rasa kepemilikan terhadap proses perubahan. Integrasi asesmen berbasis data, teknik kelompok terstruktur, dan metodologi partisipatif merupakan strategi yang relevan dan berkelanjutan dalam konteks rehabilitasi pemyarakatan.

Saran bagi penelitian lanjutan meliputi: (1) memperpanjang durasi intervensi untuk mengamati perubahan jangka panjang; (2) menambahkan kelompok kontrol untuk mengisolasi efek spesifik intervensi; (3) mengintegrasikan instrumen evaluasi psikologis tambahan. Bagi praktisi, penelitian ini menyediakan kerangka program yang dapat diadopsi oleh petugas lapas dan konselor dalam merancang layanan BK yang responsif dan terukur.

## REFERENSI

- Andrisman, T. (2009). *Asas-Asas dan Dasar Aturan Hukum Pidana Indonesia*. Bandar Lampung: Unila.
- Kurniawan, H. (2022). *Pengantar praktis penyusunan instrumen penelitian*. Deepublish.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2020). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span development* (13th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Reason, P., & Bradbury, H. (Eds.). (2008). *The SAGE handbook of action research* (2nd ed.). London: SAGE.
- World Health Organization. (2022). *World mental health report 2022*. Geneva: World Health Organization.
- Atmojo, P. S., & Pangestuti, N. (2024). Gambaran tingkat depresi narapidana narkoba di Lembaga Pemyarakatan Kelas 1 Tangerang. *JiIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(1), 201–205. <https://doi.org/10.54371/jiip.v7i1.3171>

- Haryanti, D., Pamela, E. M. and Susanti, Y. 2016. Perkembangan Mental Emosional Remaja Di Panti Asuhan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 4(2). <https://doi.org/10.26714/JKJ.4.2.2016.97-104>
- Kanti, W., Suherman, U., & Yustiana, Y. R. (2024). Fungsi Pelayanan Bimbingan dan Konseling bagi Warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(3), 3396-3402. <https://doi.org/10.54371/jiip.v7i3.4103>
- Lubis, I., Ulya, A. R., & Latipah, E. (2023). Peran Agama dalam Membentuk Kesehatan Mental Pada Remaja Mesjid. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 5(1), 1848-1854. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i1.10482>
- Prasetiya, B., & Farid, M. (2022). Kesehatan mental warga binaan: Profil psikologis narapidana di lembaga pemasyarakatan Indonesia. *Psymphathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(2), 181-192. <https://doi.org/10.15575/psy.v9i2.18345>
- Pratiwi, D. A., & Sulistyarini, I. (2022). Bimbingan kelompok teknik problem solving untuk meningkatkan regulasi emosi narapidana. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 6(1), 45-54. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v6i1.1870>
- Saputra, W. N. E., Supriyanto, A., & Adiputra, S. (2021). Group counseling to improve problem-solving ability of Indonesian students. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 6(1), 18-25. <https://doi.org/10.23916/0020210631534>
- Siregar, A. K. (2025). Peran Petugas Pemasyarakatan sebagai Pembina Narapidana: (Studi pada Lapas Klas II Binjai). *Locus Journal of Academic Literature Review*, 4(4), 223-237. <https://doi.org/10.56128/ljoalr.v4i4.517>
- Suhaimi. (2015). Gangguan jiwa dalam perspektif kesehatan mental Islam. *Risalah*, 26(4), 197-205. <http://dx.doi.org/10.24014/jdr.v26i4.1277>
- Tampubolon, E., & Prihanto, J. (2023). Pembinaan Mental Spiritual Kristen Warga Binaan Di Lapas Kelas Iia Cikarang. *Jurnal PKM Setiadharma*, 4(1), 69-79. <https://doi.org/10.47457/jps.v4i1.357>
- Widyaningsih, S. R., & Puspita, H. (2023). Layanan bimbingan dan konseling berbasis kebutuhan di lembaga pemasyarakatan: Pendekatan participatory action research. *Jurnal Fokus Konseling*, 9(2), 134-142. <https://doi.org/10.26638/jfk.2023.2099>

Copyright holder:

© Author

First publication right:

Jurnal Manajemen Pendidikan

This article is licensed under:

