



Implementasi Layanan Konseling Kelompok dalam Mendukung Kesehatan Mental Warga Binaan di Lapas Kelas III Rangkasbitung

Implementation of Group Counseling Services to Support the Mental Health of Inmates at Rangkasbitung Class III Prison

Ahmad Sodikin^{1*}, Arga Satrio Prabowo², Meilla Dwi Nurmala³, Angga Sugara
Febriantiko⁴

¹⁻⁴Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Serang, Banten, Indonesia

*Penulis Korespondensi: ahmadsodikin2110@gmail.com

Riwayat Artikel:

Diterima: 20 April 2026;

Direvisi: 26 Mei 2026;

Disetujui: 04 Juni 2026;

Terbit: 24 Juni 2026;

Keywords: AUM; Correctional Inmates; Group Counseling; Mental Health; Participatory Action Research.

Abstract: Correctional institutions impose sustained psychological burdens on inmates, including social isolation, fractured family bonds, and disrupted identity development, which collectively heighten the risk of mental health deterioration. Unlike preventive psychoeducational approaches, group counseling operates as a curative, therapeutically structured service that enables participants to process shared difficulties through interpersonal dynamics. This community service study implemented group counseling within a Participatory Action Research (PAR) framework involving 50 early adult inmates at Lapas Kelas III Rangkasbitung. PAR was operationalized as an implementation framework in which each counseling cluster cycle followed the Plan-Act-Observe-Reflect sequence, enabling iterative refinement of therapeutic content. Pre-service needs assessment using the Alat Ungkap Masalah (AUM) Umum Masyarakat instrument identified dominant problems in family relations (13.33%), personal self (12.97%), and social relations (10.76%). Group counseling was conducted across three thematic clusters. Program evaluation revealed improvements in social interaction, self-acceptance, and emotional regulation among participants, with the PAR reflective cycle enabling context responsive adaptation of each session. These findings affirm that PAR-grounded group counseling constitutes a contextually adaptive model for psychosocial rehabilitation in correctional settings.

Abstrak

Lembaga pemasyarakatan memposisikan warga binaan dalam tekanan psikologis yang berkelanjutan, mencakup isolasi sosial, kerenggangan hubungan keluarga, dan gangguan perkembangan identitas. Konseling kelompok berfungsi sebagai layanan kuratif yang terstruktur secara terapeutik, memungkinkan peserta memproses permasalahan nyata melalui dinamika antarpribadi. Pengabdian ini mengimplementasikan layanan konseling kelompok dalam kerangka Participatory Action Research (PAR) yang melibatkan 50 warga binaan dewasa awal di Lapas Kelas III Rangkasbitung. PAR dioperasionalkan sebagai kerangka implementasi di mana setiap siklus klaster konseling kelompok mengikuti urutan Plan-Act-Observe-Reflect, memungkinkan penyesuaian konten terapeutik secara iteratif. Asesmen kebutuhan menggunakan AUM Umum Masyarakat mengidentifikasi permasalahan dominan pada hubungan keluarga (13,33%), diri pribadi (12,97%), dan hubungan sosial (10,76%). Konseling kelompok dilaksanakan dalam tiga klaster tematik. Evaluasi program menunjukkan adanya peningkatan pada aspek interaksi sosial, penerimaan diri, dan pengelolaan emosi peserta, dengan siklus reflektif PAR memungkinkan adaptasi sesi yang responsif terhadap konteks. Temuan ini menegaskan bahwa konseling kelompok berbasis PAR merupakan model yang adaptif untuk rehabilitasi psikososial di lingkungan pemasyarakatan.

Kata Kunci: AUM; Kesehatan Mental; Konseling Kelompok; *Participatory Action Research*; Warga Binaan.

1. PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan komponen fundamental dalam kapasitas manusia untuk berfungsi secara adaptif dalam kehidupan sehari-hari. World Health Organization (2022) menegaskan bahwa lembaga pemasyarakatan merupakan salah satu lingkungan dengan risiko gangguan psikologis tertinggi, di mana prevalensi masalah kesehatan mental pada warga binaan secara konsisten melampaui populasi umum. Kondisi tersebut diperkuat oleh tekanan struktural yang melekat dalam sistem penahanan, meliputi hilangnya kebebasan bergerak, keterbatasan privasi, minimnya aktivitas bermakna, serta terputusnya jaringan sosial pendukung. Atmojo dan Pangestuti (2024) menjelaskan bahwa tekanan struktural dan psikologis di lapas memicu kecenderungan depresi, kecemasan kronis, dan perilaku maladaptif yang menghambat proses rehabilitasi. Tanpa penanganan yang terarah, permasalahan psikologis yang tidak tertangani berpotensi memperparah kualitas hidup warga binaan dan meningkatkan risiko residivisme setelah bebas.

Warga binaan di Lapas Kelas III Rangkasbitung mayoritas berada pada kategori dewasa awal, yaitu rentang usia 18 hingga 25 tahun yang oleh Santrock (2011) dicirikan sebagai periode transisi kritis dalam perkembangan manusia. Pada fase ini, individu semestinya sedang memantapkan identitas diri, membangun kemandirian, dan menata peran sosial. Namun, konteks penahanan menghambat pencapaian tugas perkembangan tersebut secara sistematis. Keterpisahan dari keluarga, stigmatisasi sosial, dan ketidakpastian masa depan menciptakan beban psikologis berlapis yang memperparah kerentanan individu. Suhaimi (2015) menekankan bahwa kesehatan mental yang optimal mensyaratkan keseimbangan antara perkembangan emosional, kognitif, dan sosial. Ketika keseimbangan ini terganggu oleh lingkungan yang restriktif, individu rentan mengalami krisis identitas, penurunan harga diri, dan disfungsi interpersonal. Lubis et al. (2023) menambahkan bahwa tekanan lingkungan yang tidak mendukung mempercepat munculnya gejala ketidaksehatan mental, terutama pada individu yang belum memiliki fondasi regulasi diri yang matang.

Asesmen pendahuluan menggunakan instrumen Alat Ungkap Masalah Umum Masyarakat terhadap 50 warga binaan dewasa awal menghasilkan profil permasalahan yang spesifik dan terukur. Tiga bidang menunjukkan tingkat urgensi tertinggi: Keadaan Hubungan Keluarga (13,33%), Diri Pribadi (12,97%), dan Hubungan Sosial (10,76%). Pola ini mengindikasikan bahwa warga binaan tidak sekadar mengalami kesulitan adaptasi terhadap lingkungan fisik lapas, melainkan menghadapi permasalahan nyata pada dimensi hubungan antarpribadi, konsep diri, dan relasi keluarga yang telah terganggu secara konkret. Profil ini selaras dengan temuan Tampubolon dan Prihanto (2023) yang menyatakan bahwa keterpisahan

dari keluarga dan hilangnya peran sosial merupakan tekanan psikologis utama pada narapidana. Urgensi penanganan yang tepat guna pada ketiga bidang tersebut menjadi titik tolak pemilihan jenis layanan dalam penelitian ini.

Profil permasalahan yang bersifat kuratif tersebut mengarahkan penelitian ini pada pemilihan layanan *konseling kelompok* sebagai intervensi utama. Prayitno (2004) membedakan secara tegas antara bimbingan kelompok dan konseling kelompok dalam kerangka layanan bimbingan dan konseling. Bimbingan kelompok bersifat preventif dan psikoedukasional, ditujukan bagi seluruh individu tanpa diskriminasi kondisi masalah yang sudah ada. Konseling kelompok, sebaliknya, bersifat kuratif dan terapeutik: dirancang khusus bagi individu yang sudah menghadapi permasalahan nyata dan memerlukan ruang eksplorasi yang lebih mendalam melalui dinamika kelompok. Dalam konteks warga binaan yang AUM-nya menunjukkan permasalahan konkret pada tiga bidang dominan, konseling kelompok menjadi pilihan yang lebih tepat secara klinis dibandingkan bimbingan kelompok.

Corey (2012) menempatkan konseling kelompok di antara psikoterapi kelompok dan kelompok psikoedukasional dalam spektrum intervensi kelompok, dengan karakteristik penekanan pada eksplorasi masalah pribadi, peningkatan kesadaran diri, dan perubahan perilaku melalui dinamika kelompok. Yalom dan Leszcz (2005) mengidentifikasi sejumlah faktor terapeutik yang bekerja secara unik dalam konseling kelompok, di antaranya *universality* (perasaan tidak sendirian dalam permasalahan), katarsis emosional, kohesi kelompok, altruisme, serta pembelajaran interpersonal. Faktor-faktor ini relevan dengan kondisi warga binaan yang kerap mengalami isolasi emosional dan kesulitan mengekspresikan perasaan secara konstruktif. Gladding (2012) menambahkan bahwa efektivitas konseling kelompok sangat bergantung pada kualitas iklim terapeutik yang dibangun fasilitator dan kekuatan dinamika kelompok itu sendiri. Ketiga perspektif teoretis ini berfungsi sebagai landasan konseptual bagi perancangan dan implementasi sesi konseling kelompok dalam penelitian ini.

Pelaksanaan layanan konseling kelompok dalam penelitian ini dibingkai dalam kerangka *Participatory Action Research* (PAR). PAR menekankan siklus perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi yang dilakukan secara kolaboratif antara peneliti dan subjek (Reason & Bradbury, 2008). Dalam konteks konseling kelompok, pendekatan PAR memungkinkan penyesuaian konten sesi secara iteratif berdasarkan dinamika kelompok yang berkembang, sehingga layanan tidak bersifat statis dan normatif, melainkan responsif terhadap kebutuhan terapeutik yang muncul selama proses berjalan. Warga binaan tidak diposisikan sebagai penerima pasif intervensi, melainkan sebagai mitra aktif dalam mendiagnosis permasalahan, merumuskan arah terapi, dan mengevaluasi kemajuan kolektif.

Kajian terdahulu mengenai layanan bimbingan dan konseling di lembaga pemasyarakatan umumnya berfokus pada efektivitas layanan BK secara makro atau pada aspek kedisiplinan dan rehabilitasi normatif (Siregar, 2025), tanpa menyentuh secara rinci mekanisme perubahan terapeutik yang terjadi melalui intervensi kelompok berbasis data asesmen. Penelitian ini mengisi kesenjangan tersebut dengan menempatkan konseling kelompok sebagai layanan kuratif yang dirancang berdasarkan profil masalah konkret hasil instrumen AUM, bukan asumsi normatif tentang kebutuhan warga binaan. Selain itu, integrasi kerangka PAR memberi dimensi partisipatif yang jarang ditemukan dalam model intervensi kelompok di setting pemasyarakatan Indonesia.

Penelitian ini bertujuan untuk: pertama, mendeskripsikan profil permasalahan psikososial warga binaan berdasarkan AUM Umum Masyarakat; kedua, mengimplementasikan layanan konseling kelompok dalam klaster tematik berbasis data asesmen; ketiga, menganalisis dinamika terapeutik yang muncul selama proses konseling kelompok; keempat, mengevaluasi peran pendekatan PAR dalam memfasilitasi adaptasi layanan secara kontekstual. Secara praktis, hasil penelitian diharapkan menyediakan kerangka operasional yang dapat diadopsi oleh petugas lapas, konselor, dan pembimbing masyarakat dalam merancang intervensi psikologis yang responsif dan berbasis bukti.

2. METODE PENELITIAN

Participatory Action Research (PAR) digunakan sebagai kerangka implementasi konseling kelompok, bukan sekadar payung metodologi penelitian yang bersifat umum. Dalam penelitian ini, PAR mengoperasionalkan siklus *Plan-Act-Observe-Reflect* secara langsung pada setiap klaster tematik konseling kelompok. Pada tahap *Plan*, fasilitator menganalisis profil AUM dan merancang tujuan serta struktur sesi berdasarkan kebutuhan klaster. Pada tahap *Act*, sesi konseling kelompok dilaksanakan dengan struktur terapeutik yang mencakup pembukaan, eksplorasi masalah, katarsis, dan refleksi kolektif. Pada tahap *Observe*, fasilitator mendokumentasikan dinamika kelompok, tingkat keterbukaan peserta, dan respons terhadap topik klaster melalui lembar observasi dan catatan lapangan. Pada tahap *Reflect*, fasilitator bersama peserta mendiskusikan apa yang bermakna dan apa yang perlu disesuaikan, sehingga konten klaster berikutnya dapat dimodifikasi secara responsif. Melalui siklus ini, warga binaan tidak diposisikan sebagai penerima pasif intervensi, melainkan sebagai mitra aktif dalam mengevaluasi dan mengarahkan proses konseling kelompok (Reason & Bradbury, 2008).

Tabel 1. Pemetaan Siklus PAR dalam Implementasi Konseling Kelompok.

Siklus PAR	Aktivitas Fasilitator	Implementasi dalam KK	Indikator Keberhasilan
PLAN (Perencanaan)	Analisis profil AUM Penetapan kluster tematik Perancangan tujuan dan struktur sesi	Klaster 1: Eksplorasi Diri (DPI) Klaster 2: Relasi Keluarga (KHK) Klaster 3: Hubungan Sosial (HSO)	Program konseling kelompok berbasis kebutuhan tersusun
ACT (Tindakan)	Pelaksanaan sesi konseling kelompok per kluster tematik Fasilitasi dinamika kelompok terapeutik	Sesi KK Klaster 1, 2, 3 (masing-masing 2-4 sesi) Metode: eksplorasi, katarsis, refleksi	Proses terapeutik berjalan Peserta aktif terlibat
OBSERVE (Observasi)	Pencatatan dinamika kelompok Lembar evaluasi sesi Catatan respons peserta per sesi	Tingkat keterbukaan emosional Kohepsi antaranggota Respons terhadap topik kluster	Data proses terkumpul sebagai basis refleksi
REFLECT (Refleksi)	Diskusi bersama peserta Identifikasi kelebihan/kelemahan sesi Penyesuaian konten kluster berikutnya	Modifikasi pendekatan fasilitasi Penyesuaian metode dan topik Penguatan aspek yang belum optimal	Siklus berikutnya lebih responsif dan kontekstual

Sumber: Diadaptasi dari Reason & Bradbury (2008).

Subjek penelitian terdiri dari 50 warga binaan pemasyarakatan kategori dewasa awal di Lapas Kelas III Rangkasbitung, Jalan Multatuli Nomor 2, Kecamatan Rangkasbitung, Kabupaten Lebak, Provinsi Banten. Pemilihan subjek dilakukan secara purposif berdasarkan hasil asesmen AUM yang menunjukkan adanya permasalahan nyata, sehingga subjek memenuhi kriteria layanan konseling kelompok yang bersifat kuratif. Program dilaksanakan periode Maret hingga Juni 2026.

Instrumen asesmen utama adalah Alat Ungkap Masalah Umum Masyarakat yang mengidentifikasi tingkat kesulitan dalam sepuluh bidang kehidupan melalui skor kuantitatif yang dapat dikonversi menjadi persentase tingkat masalah (Kurniawan, 2022). Sebagai instrumen pendukung, digunakan skala Psychological Well-Being (PWB). Data proses dikumpulkan melalui lembar observasi per sesi, catatan lapangan, lembar evaluasi sesi, dan refleksi peserta pada akhir setiap siklus PAR.

Prosedur penelitian dilaksanakan dalam tiga tahap yang merupakan manifestasi siklus PAR dalam konteks konseling kelompok. Tahap pertama: diagnosis dan perencanaan (Plan), yaitu penyebaran AUM pre-test kepada 50 warga binaan, analisis profil, dan penyusunan tiga kluster tematik. Tahap kedua: intervensi dan observasi (Act-Observe), yaitu pelaksanaan sesi konseling kelompok per kluster disertai pencatatan dinamika kelompok secara sistematis. Tahap ketiga: refleksi dan evaluasi (Reflect), yaitu penyebaran AUM post-test kepada 30 warga binaan (2 Juni 2026), diskusi bersama peserta, dan analisis perbandingan skor pre-post sebagai

indikator keberhasilan program.

Analisis data dilaksanakan secara terintegrasi. Data kuantitatif dari AUM pre-post diolah menggunakan statistik deskriptif (perbandingan skor dan persentase per bidang). Data kualitatif dari observasi dan refleksi dianalisis menggunakan pendekatan tematik mengacu pada Miles, Huberman, dan Saldana (2020). Triangulasi dilakukan dengan membandingkan data lembar observasi, evaluasi sesi, dan refleksi peserta untuk memastikan konsistensi temuan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Profil Permasalahan Warga Binaan Berdasarkan AUM Umum Masyarakat

Asesmen menggunakan instrumen AUM Umum Masyarakat terhadap 50 warga binaan menghasilkan profil permasalahan dalam sepuluh bidang kehidupan. Tabel berikut menyajikan distribusi skor dan persentase, diurutkan berdasarkan persentase tertinggi ke terendah.

Tabel 2. Profil Permasalahan Warga Binaan Berdasarkan AUM Umum Masyarakat (Pre-Test, n=50).

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, dan Moral (ANM)	53	7,07
Pendidikan dan Pelajaran (PDP)	15	6,00

Data menunjukkan bahwa KHK, DPI, dan HSO menjadi tiga bidang dengan persentase tertinggi, mengindikasikan permasalahan yang paling mendesak untuk ditangani. Ketiga bidang ini menjadi dasar tematik pengorganisasian kluster konseling kelompok sesuai siklus Plan dalam PAR.

Implementasi Layanan Konseling Kelompok

Berdasarkan profil AUM, layanan konseling kelompok diorganisasikan dalam tiga kluster tematik. Setiap kluster mengikuti siklus PAR secara penuh, dengan konten yang disesuaikan secara iteratif berdasarkan hasil Observe dan Reflect sesi sebelumnya.

Klaster 1: Eksplorasi Diri dan Regulasi Emosi (Bidang DPI).

Klaster pertama difokuskan pada DPI (12,97%). Sesi menyediakan ruang bagi warga binaan mengungkapkan perasaan yang dipendam: rasa bersalah, rendah diri, dan kecemasan. Teknik ungkapan emosi melalui media seni digunakan sebagai fasilitator katarsis. Siklus refleksi PAR pascasesi memungkinkan fasilitator menyesuaikan pendekatan berdasarkan tingkat keterbukaan kelompok yang teramati, sehingga setiap sesi berikutnya lebih responsif terhadap kebutuhan terapeutik yang berkembang (Corey, 2012).

Klaster 2: Rekonstruksi Relasi Keluarga (Bidang KHK)

Klaster kedua menargetkan KHK (13,33%). Warga binaan mengeksplorasi kerenggangan hubungan keluarga, kerinduan yang tidak tersalurkan, dan konflik yang belum terselesaikan. Refleksi PAR pascasesi digunakan untuk mengidentifikasi aspek yang belum optimal dan menyesuaikan konten sesi berikutnya, termasuk mengintegrasikan teknik komunikasi konstruktif yang lebih relevan dengan kondisi emosional kelompok.

Klaster 3: Penguatan Hubungan Sosial (Bidang HSO)

Klaster ketiga berfokus pada HSO (skor absolut 296). Sesi komunikasi asertif membantu peserta membedakan pola komunikasi pasif, agresif, dan asertif, serta berlatih menerapkannya. Pembelajaran interpersonal (Yalom & Leszcz, 2005) terjadi secara alami melalui umpan balik antaranggota, diperkuat oleh refleksi kolektif di akhir setiap siklus PAR.

Evaluasi Program Konseling Kelompok Berbasis PAR

Evaluasi program dilakukan melalui post-test AUM Umum Masyarakat pada 2 Juni 2026 (n=30). Hasil perbandingan pre-post disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Perbandingan AUM Umum Masyarakat Pre-Test (n=50) dan Post-Test (n=30).

Bidang Masalah	Skor Test	Pre- % Test	Pre- Skor	Post Skor	Post- % Test	Selisih	Ket.
Hubungan Sosial (HSO)	296	10,76%	89	9,89%	-3,44%	Menurun	
Diri Pribadi (DPI)	227	12,97%	72	6,86%	-6,11%	Menurun	
Keadaan Hub. Keluarga (KHK)	200	13,33%	11	3,67%	-8,73%	Menurun	
Karir & Pekerjaan (KDP)	152	10,13%	80	4,85%	-5,91%	Menurun	
Jasmani & Kesehatan (JDK)	144	9,60%	44	4,89%	-5,24%	Menurun	
Hub. Pria & Wanita (HPW)	107	6,11%	23	3,83%	-6,17%	Menurun	
Ekonomi & Keuangan (EDK)	100	10,00%	47	5,22%	-4,38%	Menurun	
Waktu Senggang (WSG)	62	12,40%	20	4,44%	-2,63%	Menurun	
Agama, Nilai & Moral (ANM)	53	7,07%	31	2,95%	-3,16%	Menurun	
Pendidikan & Pelajaran (PDP)	15	6,00%	6	4,00%	-2,00%	Menurun	

Sumber: Diolah oleh peneliti 2026. Selisih negatif = penurunan persentase = keberhasilan intervensi.

Tabel 3 menunjukkan bahwa seluruh sepuluh bidang masalah mengalami penurunan persentase dari pre-test ke post-test. Penurunan terbesar terjadi pada bidang Waktu Senggang dari 12,40% menjadi 3,67% (selisih 8,73%), diikuti Ekonomi dan Keuangan dari 10,00% menjadi 3,83% (selisih 6,17%). Pada tiga bidang dominan yang menjadi fokus utama intervensi: DPI turun dari 12,97% menjadi 6,86% (selisih 6,11%), HSO turun dari 10,76% menjadi 4,85% (selisih 5,91%), dan KHK turun dari 13,33% menjadi 9,89% (selisih 3,44%). Penurunan pada seluruh bidang mengindikasikan bahwa program konseling kelompok berbasis PAR berhasil menurunkan intensitas permasalahan warga binaan secara menyeluruh.

KHK yang masih menempati persentase tertinggi pasca-intervensi (9,89%) mengindikasikan bahwa permasalahan relasi keluarga memerlukan intervensi lanjutan yang lebih intensif. Hal ini dapat dipahami mengingat faktor eksternal (kondisi keluarga di luar lapas) yang tidak sepenuhnya dapat dijangkau melalui layanan internal. Temuan ini sejalan dengan Badrujaman (2020) yang menekankan bahwa evaluasi program BK perlu mempertimbangkan faktor kontekstual yang berada di luar jangkauan intervensi langsung.

Tabel 4. Deskripsi Perubahan Kualitatif Per Aspek Evaluasi.

Aspek (Pre – Post)	Kondisi Awal	Perubahan Pasca Intervensi
Hubungan Sosial (HSO) 10,76% - 4,85%	Menghindari interaksi; merasa tertekan; sulit membangun komunikasi positif	Lebih aktif berinteraksi; lebih terbuka; rasa diterima meningkat
Penerimaan Diri (DPI) 12,97% - 6,86%	Rasa bersalah; rendah diri; sulit mengungkapkan perasaan; pandangan diri negatif	Mampu mengungkapkan perasaan yang dipendam; pandangan diri lebih positif
Rel. Keluarga (KHK) 13,33% - 9,89%	Kerenggangan komunikasi; konflik belum terselesaikan; kecemasan terhadap keluarga	Keterbukaan meningkat; mulai merumuskan strategi komunikasi konstruktif
Kesejahteraan Psikologis (PWB)	Aspek penerimaan diri, hubungan positif, tujuan hidup perlu perhatian	Peningkatan bertahap pada penerimaan diri dan relasi sosial positif

Sumber: Diolah oleh peneliti, 2026.

Tabel 4 memperkuat temuan kuantitatif dari Tabel 3 melalui deskripsi perubahan perilaku yang teramati selama proses. Pada ketiga bidang dominan, perubahan bersifat bertahap dan tidak merata antar individu, namun secara agregat menunjukkan pola yang konsisten dengan penurunan persentase AUM. Keterlibatan aktif warga binaan dalam siklus refleksi PAR

terbukti berpengaruh positif terhadap rasa percaya diri dan kemampuan adaptasi sosial.

4. DISKUSI

Hasil perbandingan pre-post AUM mengonfirmasi efektivitas layanan konseling kelompok berbasis PAR dalam menurunkan intensitas permasalahan psikososial warga binaan. Penurunan persentase pada seluruh sepuluh bidang, dengan penurunan terbesar pada WSG (8,73%) dan EDK (6,17%), menunjukkan bahwa intervensi memberikan dampak yang melampaui tiga bidang dominan yang menjadi fokus klaster. Hal ini mengindikasikan bahwa dinamika kelompok yang terbentuk selama sesi konseling memberikan efek positif yang lebih luas dari yang direncanakan secara tematik.

Penurunan signifikan pada DPI (6,11%) dan HSO (5,91%) memperkuat pandangan Corey (2012) bahwa konseling kelompok efektif dalam memfasilitasi eksplorasi masalah pribadi dan perubahan perilaku sosial melalui dinamika kelompok. Faktor-faktor terapeutik Yalom dan Leszcz (2005), khususnya universality dan katarsis emosional, teramati secara konsisten: warga binaan merasa tidak sendirian dalam permasalahannya, yang mendorong keterbukaan emosional yang semakin meningkat dari satu klaster ke klaster berikutnya.

Kerangka PAR memberikan nilai tambah yang substantif terhadap kualitas implementasi. Siklus Reflect yang dilaksanakan secara konsisten pascasesi memungkinkan penyesuaian teknik fasilitasi secara real-time. Ini terbukti pada perkembangan dinamika kelompok: dari resistensi awal pada Klaster 1 hingga keterbukaan yang semakin meningkat pada Klaster 3. Reason dan Bradbury (2008) menegaskan bahwa kualitas PAR diukur dari kekayaan proses partisipasi, dan temuan ini mengonfirmasi bahwa warga binaan sebagai mitra aktif evaluasi berkontribusi pada peningkatan kualitas setiap sesi.

KHK yang meskipun turun dari 13,33% menjadi 9,89%, masih menempati persentase tertinggi, merupakan temuan yang penting secara klinis. Permasalahan relasi keluarga memiliki dimensi eksternal yang tidak dapat sepenuhnya diselesaikan melalui intervensi kelompok di dalam lapas. Program lanjutan perlu mengintegrasikan komponen keterlibatan keluarga, baik melalui kunjungan terjadwal maupun mediasi tertulis, untuk mengatasi akar permasalahan yang berada di luar lingkungan lapas (Tampubolon & Prihanto, 2023).

Keterbatasan penelitian ini meliputi: perbedaan jumlah sampel pre-test (n=50) dan post-test (n=30) yang berpotensi mempengaruhi komparabilitas skor absolut, meskipun persentase yang dinormalisasi tetap valid untuk dibandingkan; tidak adanya kelompok kontrol; dan durasi program yang terbatas. Penelitian lanjutan perlu menggunakan desain pre-post dengan sampel yang konsisten, kelompok kontrol, dan instrumen evaluasi tambahan.

5. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok yang diimplementasikan melalui kerangka PAR efektif menurunkan intensitas permasalahan psikososial warga binaan dewasa awal di Lapas Kelas III Rangkasbitung. Pemetaan kebutuhan menggunakan AUM menghasilkan tiga bidang dominan: KHK (13,33%), DPI (12,97%), dan HSO (10,76%), yang menjadi fondasi tematik tiga klaster konseling kelompok. Siklus PAR (Plan-Act-Observe-Reflect) dioperasionalkan secara langsung pada setiap klaster, memungkinkan penyesuaian konten terapeutik yang responsif terhadap dinamika kelompok.

Hasil post-test AUM (n=30, 2 Juni 2026) menunjukkan penurunan persentase pada seluruh sepuluh bidang masalah. Tiga bidang dominan mencatat penurunan berarti: DPI dari 12,97% menjadi 6,86% (selisih 6,11%), HSO dari 10,76% menjadi 4,85% (selisih 5,91%), dan KHK dari 13,33% menjadi 9,89% (selisih 3,44%). Pola penurunan menyeluruh ini mengonfirmasi efektivitas program. Penelitian ini merekomendasikan: (1) program konseling kelompok berbasis PAR yang berkelanjutan di lapas; (2) integrasi komponen keterlibatan keluarga untuk mengatasi KHK yang masih relatif tinggi; (3) penggunaan sampel yang konsisten dan kelompok kontrol pada penelitian lanjutan.

PENGAKUAN

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada pimpinan dan seluruh petugas Lembaga Pemasyarakatan Kelas III Rangkasbitung atas izin, dukungan, dan kerja sama selama pelaksanaan program. Apresiasi juga disampaikan kepada seluruh warga binaan yang berpartisipasi aktif dalam setiap tahapan penelitian. Program ini merupakan bagian dari kegiatan Kuliah Kerja Nyata (Bindes) Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sultan Ageng Tirtayasa Tahun 2026.

DAFTAR REFERENSI

- Andrisman, T. (2009). *Asas-asas dan dasar aturan hukum pidana Indonesia*. Universitas Lampung.
- Atmojo, P. S., & Pangestuti, N. (2024). Gambaran tingkat depresi narapidana narkoba di lembaga pemasyarakatan kelas 1 Tangerang. *JlIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, 7(1), 201–205. <https://doi.org/10.54371/jiip.v7i1.3171>
- Corey, G. (2012). *Theory and practice of group counseling* (8th ed.). Brooks/Cole.
- Gladding, S. T. (2012). *Groups: A counseling specialty* (6th ed.). Pearson.
- Haryanti, D., Pamela, E. M., & Susanti, Y. (2016). Perkembangan mental emosional remaja di panti asuhan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 4(2), 114–120.

- Kurniawan, H. (2022). *Pengantar praktis penyusunan instrumen penelitian*. Deepublish.
- Lubis, I., et al. (2023). Peran agama dalam kesehatan mental pada remaja masjid. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 5(1), 88–97. <https://doi.org/10.58812/jpkws.v1i02.262>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2020). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (4th ed.). SAGE.
- Prayitno. (2004). *Layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok*. Ghalia Indonesia.
- Reason, P., & Bradbury, H. (Eds.). (2008). *The SAGE handbook of action research: Participative inquiry and practice* (2nd ed.). SAGE. <https://doi.org/10.4135/9781848607934>
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span development* (13th ed.). McGraw-Hill.
- Siregar, A. K. (2025). Peran petugas pelayan masyarakat sebagai pembina narapidana: Studi pada Lapas Kelas II Binjai. *Locus Journal of Academic Literature Review*, 4(4), 223–237.
- Suhaimi. (2015). Gangguan jiwa dalam perspektif kesehatan mental Islam. *Risalah*, 26(4), 197–205.
- Tampubolon, E., & Prihanto, J. (2023). Pembinaan mental spiritual Kristen warga binaan di Lapas Kelas IIA Cikarang. *Jurnal PKM Setiadharmas*, 4(1), 69–79. <https://doi.org/10.47457/jps.v4i1.357>
- World Health Organization. (2022). *World mental health report 2022: Transforming mental health for all*. World Health Organization.
- Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2005). *The theory and practice of group psychotherapy* (5th ed.). Basic Books.