



Psikoedukasi Pelatihan *Self-Control* Bagi WBP Pada Rutan Kelas 1 Makassar Dalam Menghadapi Stigma Masyarakat Pasca Bebas

Muh. Rezky Pratama Susilo^{1*}, Moh. Syahrul Syarif², Vidya Ghaniyah³, Perdana Kusuma⁴

^{1,2,3,4}Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Negeri Makassar

^{1*}Muhammadrezky2803@gmail.com, ²Mohsyahrulsyarif@gmail.com, ³Vidyagania123@gmail.com, ⁴Perdanakusuma@unm.ac.id

Abstrak

Program psikoedukasi ini dirancang untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan warga binaan pemasyarakatan (WBP) dalam mengelola kontrol diri, menghadapi stigma masyarakat, dan mengembangkan pengelolaan emosi menjelang kebebasan mereka. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *one group pre-test and post-test* yang melibatkan 25 responden laki-laki dari Rumah Tahanan Kelas 1 Makassar. Pelatihan dilaksanakan selama satu hari dan difokuskan pada peningkatan kemampuan pengendalian diri melalui psikoedukasi. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman dan keterampilan peserta. Pada aspek kontrol diri, pemahaman peserta meningkat dari 72% menjadi 88%, sedangkan pemahaman tentang stigma masyarakat meningkat dari 36% menjadi 92%. Kemampuan menenangkan diri yang awalnya dimiliki oleh 20% peserta meningkat menjadi 72%, dan kesadaran akan pentingnya dukungan sosial meningkat hingga 96%. Program ini terbukti efektif dalam mendukung WBP mengembangkan kemampuan emosional dan sosial mereka, sehingga dapat mempermudah reintegrasi ke masyarakat dan mengurangi dampak negatif dari stigma sosial. Temuan ini menunjukkan pentingnya psikoedukasi sebagai solusi praktis dalam mendukung rehabilitasi psikologis dan sosial bagi warga binaan menjelang kebebasan mereka.

Kata Kunci: Psikoedukasi, Kontrol Diri, Stigma Masyarakat, Warga Binaan Pemasyarakatan, Reintegrasi Sosial

PENDAHULUAN

WBP merupakan warga binaan pemasyarakatan yang telah memperoleh ketetapan putusan secara hukum oleh lembaga pengadilan hukum sehingga mewajibkan individu tersebut menjalani hukumannya di dalam UPT Pemasyarakatan sesuai ketentuan waktu yang diputuskan (Azwar & Abdurrahman, 2022). Selama menjalani masa hukuman, WBP mengalami berbagai macam permasalahan umum yang dirasakannya mulai dari tekanan batin yang ekstrem, rasa bersalah atas kasus perkaranya, rasa cemas akan kebebasannya, hingga stigma yang diberikan oleh masyarakat (Azwar & Abdurrahman, 2022). Semua permasalahan tersebut tentu perlu diperhatikan dengan saksama agar dapat diwujudkan solusi alternatif dalam mengatasi permasalahan WBP.

Apabila dilihat dengan saksama dari sisi WBP, maka kita dapat menarik analisa bahwa mereka sangat membutuhkan kemampuan dan keterampilan dalam mengelola emosi dan pikirannya. Kemampuan ini bisa seperti regulasi emosi hingga kontrol diri. Sejalan dengan fokus pengabdian masyarakat yang dilakukan, maka fokus utama ialah bagaimana langkah praktis dalam memberikan pelatihan kemampuan mengontrol diri bagi WBP guna menghadapi Stigma Masyarakat pasca mereka bebas. Maka dari itu, dibuatlah program kerja pengabdian masyarakat yakni psikoedukasi pelatihan kontrol diri bagi WBP terkhususnya di Rutan Kelas 1 Makassar dalam menghadapi Stigma Masyarakat pasca bebas.

Psikoedukasi adalah proses pemberian informasi melalui pendidikan yang dapat dilakukan secara individu maupun kelompok dengan pendekatan berdasarkan konsep psikologi (Hati, Fadillah, & Pase, 2021). Tujuan dari psikoedukasi ini adalah untuk memberikan pemahaman kepada warga binaan mengenai Pelatihan *Self-Control* di Rutan Kelas 1 Makassar sebagai persiapan menghadapi stigma masyarakat setelah mereka bebas. Program ini diharapkan dapat membantu warga binaan mengurangi perasaan terasing dari masyarakat dan mempersiapkan diri agar mampu beradaptasi, sehingga dapat berbaur dan diterima oleh lingkungan sosialnya.

Psikoedukasi pelatihan kontrol diri dirasa sangat penting bagi WBP dalam menghadapi label negatif masyarakat. Apabila tidak diberikan solusi seperti ini maka WBP berkemungkinan akan kesulitan dalam melaksanakan proses reintegrasi sosial yang akan memperparah kondisi psikologis mereka. Stigma negatif di masyarakat yang melekat pada WBP menjadi halangan dalam upaya reintegrasi mereka ke lingkungan sosial sehingga dapat memengaruhi WBP dalam peluang mencari pekerjaan hingga memulihkan kehidupan sosial yang sehat (Orisu & Wibowo, 2023). Maka dari itu, sangat penting kemampuan mengontrol diri dalam menghadapi stigma sosial bagi WBP.

Penelitian dari Marsela & Supriatna (2019), mengemukakan bahwa warga binaan pemasyarakatan yang terampil dalam mengontrol diri, maka akan muncul kemungkinan bahwa individu tersebut mampu dalam mereduksi dampak negatif dari stigma sosial yang berbanding terbalik dengan perilaku masa lalu WBP. Lebih lanjut, dalam penelitian Nurdin, Rahmah, Ansyar, Salim, Jannah, dan Fitriazahra (2021) menyatakan bahwa upaya dalam mengontrol diri pada

warga binaan pemasyarakatan dapat diwujudkan melalui kemampuan dalam regulasi emosi yaitu usaha manajemen emosi hingga bagaimana individu mengekspresikan emosinya sebagai dampak dari emosi negatif stigma sosial. Penelitian dari Widyastuti, Hikmah, Alfira, Putriani, dan Damayanti (2022) menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan agresivitas yang berarti semakin tinggi kemampuan kontrol diri pada WBP maka akan semakin rendah kemungkinan terjadinya perilaku agresif dari dampak stigma negatif sosial yang diberikan kepada WBP.

Penelitian lain dari Wardhani, Soerjoatmodjo, dan Kaihatu (2021) yang berfokus melihat kontrol diri remaja warga binaan di lembaga pemasyarakatan X menemukan bahwa kontrol diri warga binaan di lembaga tersebut sangat bervariasi di mana terlihat pengaruh perbedaan usia terhadap kemampuan individu dalam mengontrol diri. Maka dapat digambarkan pula bahwa dalam menghadapi stigma masyarakat, kemampuan kontrol diri WBP dapat dipengaruhi oleh faktor usia atau kematangan emosional sehingga semakin matang usia individu maka semakin baik kemampuan kontrol diri individu.

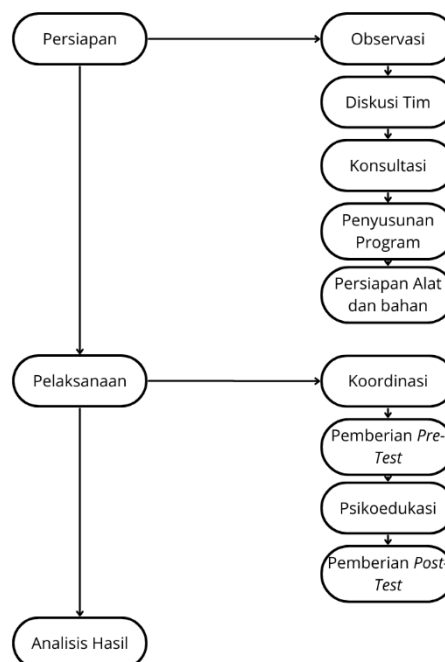
Melihat argumentasi penelitian yang ada, sehingga penting dan cocok dilaksanakannya program kerja psikoedukasi dari Tim Mahasiswa BKP Proyek Kemanusiaan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar dalam membantu mitra Rutan Kelas 1 Makassar mengatasi masalahnya. Program psikoedukasi ini berjudul “Pelatihan Kontrol Diri bagi Warga Binaan Pemasyarakatan di Rutan Kelas 1 Makassar dalam Menghadapi Stigma Masyarakat Pasca Bebas”. Program ini ditujukan untuk memberikan ilmu bagi WBP dalam mengontrol dirinya untuk menghadapi dampak stigma sosial ketika mereka bebas sehingga mereka tidak terjerumus kembali ke pengalaman buruk di masa lalunya.

Masa hukuman yang panjang sering kali membuat warga binaan mengalami penurunan rasa percaya diri dan harga diri, yang dapat memengaruhi mereka ketika kembali ke masyarakat. Kondisi ini juga dapat menyebabkan kecemasan berat menjelang pembebasan. Penelitian oleh Haney (2001) menunjukkan bahwa narapidana di California sering mengalami kecemasan yang sangat tinggi menjelang bebas akibat isolasi berkepanjangan selama berada di penjara. Kartono (2011) juga menjelaskan bahwa pemenjaraan dalam waktu yang sangat lama dapat memicu tekanan batin yang semakin berat seiring waktu, sehingga memunculkan rasa rendah diri yang mendalam, kecenderungan untuk menarik diri secara ekstrem, serta usaha melarikan diri dari kenyataan yang dirasakan traumatis. Oleh karena itu, psikoedukasi mengenai Pelatihan *Self-Control* diberikan kepada warga binaan di Rutan Kelas 1 Makassar untuk membantu mereka menghadapi stigma masyarakat pasca kebebasan dan mendukung proses reintegrasi sosial mereka.

METODE

Tahapan Pengabdian

Penelitian ini menggunakan model *one group pre-test and post-test design* untuk menunjukkan efektivitas psikoedukasi terhadap pemahaman warga binaan akan kontrol diri dalam menghadapi stigma masyarakat pasca bebas (Wahyuni, 2019). Kegiatan Bentuk Kegiatan Pembelajaran (BKP) Proyek Kemanusiaan ini dilakukan di Rutan Kelas I Makassar. Kegiatan ini berlangsung selama 4 bulan yang dimulai dari tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap analisis data. Alur pelaksanaan kegiatan ini dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Alur Kegiatan

Persiapan

Tahap persiapan terdiri dari beberapa aktivitas yang menunjang kelancaran kegiatan ini. Pertama, tim melakukan observasi lingkungan Rumah Tahanan Kelas 1 Makassar. Observasi dilakukan untuk menjadi dasar dalam merencanakan program dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Observasi di Rumah Tahanan Kelas 1 Makassar dilakukan selama dua minggu. Kemudian dilakukan diskusi tim mengenai masalah yang di temukan dari hasil observasi lalu dicarikan solusi

dalam bentuk program kerja. Kemudian dilakukan konsultasi dengan Mentor lapangan Rumah Tahanan Kelas 1 Makassar mengenai program kerja yang telah didiskusikan bersama tim. Kemudian penyusunan program setelah mendapat masukan dari mentor. Kemudian penyiapan alat dan bahan yang digunakan untuk menunjang kegiatan ini salah satunya ialah instrumen penelitian dan materi psikoedukasi di Rutan Kelas 1 Makassar.



Gambar 2. Konsultasi

Pelaksanaan

Tahap ini dilakukan dengan melaksanakan koordinasi dengan pihak Rutan Kelas 1 Makassar mengenai perizinan 25 warga binaan yang mengikuti kegiatan ini dan pengamanan keberlangsungan kegiatan selama dua jam. Setelah koordinasi selesai dilakukan, kegiatan dibuka oleh tim dan setelah itu pemberian *pre-test* dilakukan untuk melihat pemahaman mengenai *self-control* warga binaan sebelum dilakukan psikoedukasi. Kegiatan selanjutnya ialah psikoedukasi mengenai Pelatihan *Self-Control* bagi WBP pada Rutan Kelas 1 Makassar dalam menghadapi Stigma Masyarakat Pasca Bebas yang dihadiri 25 warga binaan dan dihadiri oleh Ananda Zhafira, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Narasumber pada kegiatan ini. Setelah menerima materi mengenai *Self-control* dilanjutkan sesi tanya jawab bagi warga binaan yang ingin bertanya mengenai *Self-control*. Kemudian, setelah sesi tanya jawab selesai dilanjutkan dengan pemberian *post-test* untuk melihat pemahaman warga binaan setelah mengikuti psikoedukasi mengenai *self-control*. Setelah warga binaan selesai mengisi *post-test*, tim pun menutup kegiatan.



Gambar 3. Pelaksanaan Psikoedukasi

Analisis Data

Tabel 1. Data Demografi

Data Pendidikan Terakhir	
Sekolah Dasar	6 orang
Sekolah Menengah Pertama	8 orang
Sekolah Menengah Atas	7 orang
Sekolah Menengah Kejuruan	3 orang
Strata-1	1 orang
Data Jenis Kelamin	
Laki-laki	25 Orang
Data Asal Blok	
Blok B "Lamaddukelleng"	25 Orang

Program psikoedukasi yang dilaksanakan di Rutan Kelas 1 Makassar diikuti oleh 25 warga binaan. Berdasarkan data demografi, seluruh peserta berasal dari Blok B "Lamaddukelleng." Mereka memiliki latar belakang pendidikan yang

beragam, mulai dari tingkat Sekolah Dasar sebanyak 6 orang, Sekolah Menengah Pertama sebanyak 8 orang, Sekolah Menengah Atas sebanyak 7 orang, Sekolah Menengah Kejuruan sebanyak 3 orang, hingga satu orang yang telah menyelesaikan pendidikan Strata-1. Peserta dalam program ini seluruhnya adalah laki-laki. Latar belakang pendidikan yang didominasi oleh tingkat menengah ke bawah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di Rumah Tahanan Kelas 1 Makassar ini menggunakan metode kuantitatif. Jumlah responden yang mengikuti kegiatan psikoedukasi ini sebanyak 25 warga binaan Rumah Tahanan Kelas 1 Makassar yang berjenis kelamin laki-laki. Pemilihan responden dilakukan berdasarkan hasil koordinasi dari pihak Rumah Tahanan Kelas 1 Makassar dengan pihak Tim Penulis. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan selama satu hari yaitu pada tanggal 17 Desember 2024 yang berlangsung di Ruang Kunjungan Rumah Tahanan Kelas 1 Makassar.

Menurut M. Nur Ghufron dan Rini Rinawita, pengendalian diri adalah kemampuan untuk mengelola, mengatur, menyusun, dan mengarahkan perilaku agar menghasilkan tindakan serta konsekuensi yang positif. Pengendalian diri sangat penting untuk menciptakan keharmonisan dan kerukunan dalam kehidupan bermasyarakat. Sementara itu, M. Al-Mighwar menyebutkan bahwa pengendalian diri atau *self-control* adalah keterampilan untuk mengarahkan sikap dan perilaku seseorang. Kemampuan ini sangat diperlukan karena dengan pengendalian diri yang baik, seseorang dapat diarahkan menuju hal-hal positif. Namun, pengendalian diri tidak muncul begitu saja; diperlukan proses tertentu, seperti melalui bimbingan pengendalian diri (Zulfah, 2021).

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa perilaku dan sikap yang mencerminkan kontrol diri rendah memiliki hubungan langsung dengan tingkat kriminalitas dan kenakalan yang tinggi (Walters, 2016). Seseorang yang terbukti melakukan tindak pidana dapat dikatakan memiliki pengendalian diri yang rendah karena tidak mampu mengarahkan perilakunya ke arah yang positif. Rendahnya kontrol diri ini menyebabkan tindakan kriminal yang akhirnya berujung pada hukuman di lembaga pemasyarakatan. Kemampuan pengendalian diri sangat dibutuhkan untuk menekan dorongan negatif dalam diri yang dapat merugikan di masa depan. Pengendalian diri juga melibatkan kemampuan mengambil keputusan yang tepat dan menempatkan diri secara baik dalam lingkungan, baik dengan maupun tanpa pengawasan, termasuk pengawasan petugas (Fajrin, 2021).

Di lembaga pemasyarakatan, warga binaan harus mematuhi berbagai peraturan, seperti larangan membawa telepon genggam, senjata tajam, atau menggunakan narkoba. Warga binaan yang mampu menahan diri untuk tidak melanggar peraturan ini menunjukkan adanya perubahan perilaku yang positif. Dari yang sebelumnya melakukan tindak pidana akibat kurangnya pengendalian diri, mereka menjadi individu yang lebih mampu mengelola perilaku dengan baik selama berada di dalam lembaga pemasyarakatan, yang menunjukkan peningkatan kemampuan *self-control*.



Gambar 4. Pengerjaan *Pre-Test* Oleh Warga Binaan

Gambar di atas bentuk kegiatan *pre-test* yang merupakan tahap awal dalam pelaksanaan psikoedukasi *self-control* yang bertujuan untuk mengukur pemahaman awal dan kebutuhan warga binaan pemasyarakatan (WBP) terkait kontrol diri sebelum menerima pelatihan. Kegiatan *pre-test* ini dilaksanakan secara individu dengan pengawasan dari Tim Penulis. Peserta diberikan waktu untuk mengisi kuesioner secara mandiri, namun tetap didampingi untuk menjawab pertanyaan apabila ada kebingungan. Selain itu, suasana selama kegiatan dirancang kondusif dan mendukung, sehingga peserta merasa nyaman dalam memberikan jawaban yang jujur.

Tabel 2. Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test*

NO	PERTANYAAN	PRETEST		POST TEST	
		YA	TIDAK	YA	TIDAK
1	Apakah Anda tahu apa itu <i>self control</i> (kontrol diri)	18	7		
2	Apakah Anda merasa kesulitan mengendalikan emosi ketika marah?	8	17		

NO	PERTANYAAN	PRETEST		POST TEST	
		YA	TIDAK	YA	TIDAK
3	Apakah Anda tahu bahwa stigma masyarakat bisa memengaruhi perasaan Anda?	9	16		
4	Apakah Anda tahu cara menenangkan diri saat menghadapi masalah?	5	20		
5	Apakah Anda merasa sulit menghadapi pandangan buruk dari orang lain?	10	15		
6	Apakah Anda pernah mencoba berbicara dengan seseorang tentang perasaan Anda?	8	17		
7	Apakah Anda merasa lebih paham cara mengendalikan diri setelah pelatihan ini?			22	3
8	Apakah Anda tahu cara menjaga pikiran tetap tenang saat menghadapi masalah?			23	2
9	Apakah Anda mengerti apa itu stigma dan bagaimana cara menghadapinya?			23	2
10	Apakah Anda merasa lebih percaya diri untuk berbicara tentang pengalaman Anda kepada orang lain?			18	7
11	Apakah Anda tahu pentingnya dukungan dari keluarga dan teman dalam menghadapi stigma?			24	1

Berdasarkan pernyataan pada nomor 1 bagian *Pre-Test* yang berbunyi “Apakah Anda tahu apa itu *self-control* (kontrol diri)” terdapat jawaban YA sebanyak 18 dari 25 Responden. Hal ini berbanding terbalik dengan hasil *Post-test* yang menunjukkan perkembangan pemahaman peserta Psikoedukasi. Dibuktikan melalui pernyataan nomor 7 Yang berbunyi “Apakah Anda merasa lebih paham cara mengendalikan diri setelah pelatihan ini?”, dengan jawaban YA sebanyak 22 dari 25 Responden. Terlihat terjadi peningkatan pemahaman peserta sebanyak 3 orang terhadap pemahamannya akan kontrol diri.

Lebih lanjut, pernyataan pada nomor 3 bagian *Pre-Test* yang berbunyi “Apakah Anda tahu bahwa stigma masyarakat bisa memengaruhi perasaan Anda?” terdapat jawaban Tidak sebanyak 16 dari 25 Responden. Sedangkan pada hasil *Post-test* melalui pernyataan nomor 8 Yang berbunyi “Apakah Anda mengerti apa itu stigma dan bagaimana cara menghadapinya”, mereka menjawab dengan jawaban YA sebanyak 23 dari 25 Responden. Terlihat terjadi peningkatan pemahaman peserta sebanyak 7 orang pada topik yang dibahas.

Pada pernyataan nomor 4 di bagian *Pre-Test*, “Apakah Anda tahu cara menenangkan diri saat menghadapi masalah?”, hanya 5 dari 25 responden yang menjawab YA. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden belum memiliki pengetahuan atau kemampuan yang cukup dalam menenangkan diri. Namun, setelah mengikuti psikoedukasi, terjadi peningkatan yang signifikan, seperti terlihat pada hasil *Post-Test* untuk pernyataan nomor 4, “Apakah Anda merasa lebih percaya diri untuk berbicara tentang pengalaman Anda kepada orang lain?”, di mana sebanyak 18 dari 25 responden menjawab YA. Ini menunjukkan bahwa program psikoedukasi berhasil meningkatkan rasa percaya diri peserta sekaligus mendukung pengembangan keterampilan emosional, termasuk kemampuan menenangkan diri.

Berdasarkan pernyataan nomor 5 yang berbunyi “Apakah Anda tahu pentingnya dukungan dari keluarga dan teman dalam menghadapi stigma?” menunjukkan jawaban YA sebanyak 24 dari 25 responden. Hal ini menggambarkan peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta mengenai pentingnya dukungan sosial. Hubungan ini menegaskan bahwa psikoedukasi berperan besar dalam membantu peserta meningkatkan kesadaran dan keterampilan emosional untuk menghadapi tantangan secara lebih efektif.

Hasil dari keseluruhan data yang ada Hasil analisis *pre-test* dan *post-test* menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta setelah mengikuti psikoedukasi. Pada aspek *self-control*, pemahaman meningkat dari 72% (18 responden) menjadi 88% (22 responden), dengan kenaikan 12%. Pemahaman tentang stigma masyarakat juga naik drastis dari 36% (9 responden) menjadi 92% (23 responden), meningkat sebesar 56%. Kemampuan menenangkan diri awalnya dimiliki oleh 20% peserta (5 responden), namun setelah pelatihan meningkat menjadi 72% (18 responden), bertambah 52%. Selain itu, kesadaran tentang pentingnya dukungan sosial mencapai 96% (24 responden) setelah pelatihan. Secara keseluruhan, psikoedukasi ini efektif meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta terkait pengelolaan emosi, stigma, dan dukungan sosial.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis *pre-test* dan *post-test*, program psikoedukasi menunjukkan keberhasilan yang signifikan dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta terkait *self-control*, stigma masyarakat, dan pengelolaan emosi. Pada aspek *self-control*, pemahaman peserta meningkat dari 72% menjadi 88%, menunjukkan kenaikan sebesar 12%. Pemahaman tentang stigma masyarakat juga mengalami peningkatan yang drastis, dari 36% menjadi 92%, dengan kenaikan 56%. Selain itu, kemampuan menenangkan diri awalnya hanya dimiliki oleh 20% peserta, namun setelah pelatihan meningkat menjadi 72%, dengan kenaikan sebesar 52%. Kesadaran akan pentingnya dukungan sosial juga mengalami peningkatan signifikan, dengan 96% peserta memahami pentingnya peran keluarga dan teman dalam menghadapi stigma setelah mengikuti pelatihan. Secara keseluruhan, program psikoedukasi ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, kepercayaan diri, dan kemampuan emosional peserta untuk menghadapi tantangan sosial, terutama dalam konteks stigma masyarakat pasca kebebasan. Hal ini menunjukkan bahwa psikoedukasi merupakan metode yang relevan dan bermanfaat bagi warga binaan dalam mendukung rehabilitasi dan reintegrasi sosial mereka.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Penulis mengucapkan terima kasih banyak terhadap pihak-pihak yang telah mendukung terlaksananya psikoedukasi ini. Terkhusus kepada pihak Rutan Kelas 1 Makassar yang telah bersedia menerima mahasiswa Bentuk Kegiatan Pembelajaran (BKP) Mandiri Psikologi Universitas Negeri Makassar dan telah mengajarkan banyak ilmu dan pengalaman baru. Terima kasih pula Tim Penulis ucapkan kepada *civitas academika* Universitas Negeri Makassar yang telah membimbing Tim Penulis dalam penyusunan psikoedukasi. Terima kasih kepada dosen pembimbing lapangan bapak Perdana Kusuma, S.Psi., M.Psi., T yang telah membimbing dan mengarahkan Tim Penulis selama melakukan kegiatan Bentuk Kegiatan Pembelajaran (BKP) di Rutan Kelas 1 Makassar. Terima kasih kepada rekan-rekan tim yang telah bersedia untuk melaksanakannya dan menyukseskan psikoedukasi hingga tuntas. Terima kasih secara khusus Tim Penulis berikan kepada Kepala Sub Seksi Bantuan Hukum dan Penyuluhan bapak Abd. Jalil, S.Tr.Pas beserta Staf sekaligus mentor dari mahasiswa Bentuk Kegiatan Pembelajaran (BKP) Mandiri Proyek Kemanusiaan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, B., & Abdurrahman, A. (2022). Peningkatan Resiliensi Diri Warga Binaan Dengan konseling. *Consilium : Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan*, 9(2), 63–76. <https://doi.org/10.37064/consilium.v9i2.14020>
- Fajrin, F. A., & Kusmiyanti, K. (2021). Pengaruh Self-Control terhadap Kepatuhan Narapidana. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 8(2), 102-115.
- Haney, Craig. 2001. The Psychological Impact of Incarceration: Implications for Post-Prison Adjustment. *Santa Cruz : University of California*
- Hati, Y., Fadillah, F., & Pase, M. (2021). Health locus of control dan self-efficacy pasien DM Tipe 2 dengan penerapan modifikasi psikoedukasi. *Jurnal Keperawatan Priority*, 4(1), 9-17.
- Kartono, Kartini. 2011. *Patologi Sosial Jilid 1*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 65–69. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- Nurdin, M. N. H., Rahmah, A. I., Ansyar, A., Salim, M. Y., Jannah, M., & Fitriazahra, M. (2021). Regulasi Emosi sebagai Upaya Kontrol Diri Warga Binaan Rutan Kelas 1 Makassar. *Pengabdi*, 2(2), 197–202. <https://doi.org/10.26858/pengabdi.v2i2.24976>
- Orisu, T. U., & Wibowo, P. (2023). Optimalisasi Program Pembinaan Rehabilitasi Sosial Narapidana Narkotik. *Krepa: Kreativitas Pada Abdimas*, 1(5), 1–10.
- Wahyuni, S., Studi Bimbingan dan Konseling, P., Keguruan dan Ilmu Pendidikan, F., Tanjungpura Jl Hadari Nawawi, U., & Barat, K. (n.d.). Efektivitas konseling kelompok menggunakan teknik WDEP dalam meningkatkan self-control siswa di MTs negeri 2 Pontianak. *In Jurnal Pendidikan Sosial* (Vol. 10, Issue 3).
- Walters, G. D. (2016). Are behavioral measures of self-control and the grasmick self-control scale measuring the same construct? A meta-analysis. *American Journal of Criminal Justice*, 41(2), 151–167
- Wardhani, P. R., Soerjoatmodjo, G. W. L., & Kaihatu, V. A. M. (2021). Kontrol Diri Remaja Warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan X. *Jurnal Adat : Jurnal Seni, Desain & Budaya Dewan Kesenian Tangerang Selatan*, 3(2), 107–112.
- Widyastuti, W., Hikmah, N., Alfira, M., Putriani, S. E., & Damayanti, S. D. (2022). Hubungan Kontrol Diri dengan Agresivitas pada Warga Binaan Lapas. *Indonesian Journal of Social and Educational Studies*, 2(2), 191–200. <https://doi.org/10.26858/ijses.v3i2.40529>
- Zulfah, Z. (2021). Karakter: Pengendalian Diri. *Iqra: Jurnal Magister Pendidikan Islam*, 1(1), 28- 33.