

Hubungan antara *Internal Locus of Control* dengan Kesejahteraan Psikologis Warga Binaan (WBP) Pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Semarang

Lintang Aura Madhani¹, Inhastuti Sugiasih²

¹ Mahasiswa, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

² Dosen, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

**Corresponding Author:*
inhastuti@unissula.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menguji hubungan antara Internal Locus of Control dan kesejahteraan psikologis WBP di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Semarang. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 78 WBP yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Alat ukur yang digunakan meliputi skala kesejahteraan psikologis dengan 13 aitem ($\alpha = 0,840$) dan skala Internal Locus of Control dengan 19 aitem ($\alpha = 0,885$). Teknik analisis data yang digunakan adalah uji linearitas dan korelasi Pearson. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara Internal Locus of Control dengan kesejahteraan psikologis ($r_x = 0,464$; $\text{sig } p < 0,01$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi Internal Locus of Control yang dimiliki WBP, maka semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologisnya. Sumbangan efektif (R^2) sebesar 21%, hal ini menunjukkan bahwa Internal Locus of Control memberikan kontribusi terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 21%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Internal Locus of Control berperan positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis WBP di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Semarang.

Kata Kunci: Kesejahteraan Psikologis, Internal Locus of Control

Abstract

This study investigates the relationship between Internal Locus of Control and psychological well-being among female inmates at the Class IIA Women's Prison in Semarang. A total of 78 inmates participated in this research, selected through purposive sampling. The measurement instruments used consisted of a 13-item Psychological Well-Being Scale ($\alpha = 0.840$) and a 19-item the Internal Locus of Control Scale ($\alpha = 0.885$). Data were analyzed using linearity testing and Pearson's product-moment correlation. The findings revealed a significant positive

association between Internal Locus of Control and psychological well-being ($r_x = 0.464$; $\text{sig } p < 0.01$). This indicates that inmates with a higher Internal Locus of Control tend to experience greater psychological well-being. The coefficient of determination ($R^2 = 0.21$) demonstrates that Internal Locus of Control accounts for 21% of the variance in psychological well-being, while the remaining variance is attributable to other factors not examined in this study. The findings indicate that Internal Locus of Control has a positive and significant influence on the psychological well-being of female inmates at the class IIA women's correctional facility in Semarang.

Keywords: *Psychological Well-Being, Internal Locus of Control*

1. PENDAHULUAN

Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2002 merupakan individu yang dinyatakan bersalah atas pelanggaran hukum dan dijatuhi hukuman berdasarkan sistem peradilan pidana (UURI, 2022). Setelah memperoleh putusan hukum tetap, WBP ditempatkan di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) untuk menjalani proses pembinaan dan rehabilitasi. Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 1995 Pasal 1 ayat (3), Lapas berfungsi sebagai tempat pembinaan WBP agar mampu memperbaiki diri dan tidak mengulangi tindak pidana setelah kembali ke masyarakat.

Sistem pemasyarakatan di Indonesia berorientasi pada penghormatan terhadap hak asasi manusia dan bertujuan untuk membangun kepribadian serta kemandirian WBP (Ditjenpas, 2018). Program pembinaan yang diberikan meliputi pembinaan kepribadian dan kemandirian, seperti pelatihan menjahit, tata boga, kerajinan tangan, hingga manajemen keuangan. Melalui kegiatan tersebut, WBP diharapkan memiliki keterampilan yang dapat dimanfaatkan sebagai bekal setelah bebas dari masa pidana.

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa dinamika kehidupan di dalam Lapas bukanlah hal yang mudah untuk dijalani. WBP dihadapkan pada kehilangan kebebasan, keterbatasan fasilitas, serta tekanan sosial yang muncul akibat interaksi dengan sesama penghuni. Kondisi overkapasitas yang terjadi di berbagai Lapas di Indonesia semakin memperburuk kenyamanan WBP, termasuk di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Semarang. Situasi tersebut berdampak pada ketidaknyamanan fisik maupun psikologis WBP dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Selain keterbatasan fisik, WBP juga menghadapi permasalahan psikososial yang kompleks, seperti kesulitan memenuhi kebutuhan pribadi, tekanan emosional, serta stigma negatif dari masyarakat sebagai “mantan narapidana”. Stigma tersebut dapat menghambat proses rehabilitasi dan menurunkan kepercayaan diri WBP dalam mengikuti program pembinaan maupun mempersiapkan diri untuk kembali ke masyarakat (Subroto & Witdodo, 2024). Kondisi ini juga berpotensi menurunkan kesejahteraan psikologis apabila individu tidak memiliki kemampuan adaptasi yang memadai.

Kesejahteraan psikologis merupakan aspek penting dalam kehidupan individu, termasuk bagi WBP. Bradburn (1969) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai kondisi mental yang ditentukan oleh keseimbangan antara afek positif dan afek negatif. Individu dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi apabila afek positif yang dirasakan lebih dominan dibandingkan afek negatif. Pandangan ini kemudian dikenal sebagai pendekatan hedonik dalam kesejahteraan psikologis.

Konsep tersebut selanjutnya dikembangkan oleh Ryff (1989) melalui pendekatan eudaimonik yang menekankan fungsi psikologis optimal. Ryff menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya berkaitan dengan perasaan bahagia, tetapi juga mencakup kemampuan individu untuk menerima diri, menjalin hubungan positif dengan orang lain, memiliki otonomi, mampu menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup, serta mengalami pertumbuhan pribadi secara berkelanjutan. Huppert (2009) menambahkan bahwa kesejahteraan psikologis mencerminkan kondisi individu yang tidak hanya merasa baik (*feeling good*), tetapi juga mampu berfungsi secara optimal (*functioning well*).

Kesejahteraan psikologis juga turut dipengaruhi oleh variabel sosiodemografis yang memiliki keterkaitan signifikan dengan kesejahteraan psikologis seseorang. Beberapa faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis menurut Ryff & Keyes (1995) yaitu usia, jenis kelamin, pendidikan, status sosial ekonomi, dan hubungan sosial. Selain itu, terdapat beberapa aspek kesejahteraan psikologis yang dikemukakan oleh Ryff (1989), antara lain Penerimaan Diri (*Self Acceptance*), Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relation with Others*), *Autonomy*, Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*), Tujuan Hidup (*Purpose in Life*), dan Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*).

Penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara *Internal Locus of Control* dan kesejahteraan psikologis. Penelitian oleh Nathania & Yunika (2025) mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif antara *Internal Locus of Control* dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau di Yogyakarta ($r_{xy} = 0,766$; sig $p < 0,001$) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi lokus pengendalian internal maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis, dan sebaliknya.

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Sari dan Listiara (2017) tentang hubungan antara lokus pengendalian internal dengan kesejahteraan psikologis pada guru SMA Negeri di Kota Bogor. Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif antara lokus pengendalian internal dengan kesejahteraan psikologis ($r_x = 0,80$; $p < 0,001$), artinya semakin tinggi lokus pengendalian internal maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis, dan sebaliknya. Lokus pengendalian internal dalam penelitian ini memberikan sumbangan efektif sebesar 64% terhadap kesejahteraan psikologis.

Penjelasan di atas menunjukkan bahwa salah satu faktor internal yang berperan dalam kesejahteraan psikologis adalah *internal locus of control*. Levenson (1981) mengembangkan konsep *Locus of Control* menjadi model multidimensional yang terdiri atas tiga dimensi, yaitu dimensi Internal (I), *Powerful Others* (P), dan *Chance* (C). Levenson menjelaskan dimensi internal sebagai keyakinan bahwa peristiwa yang terjadi dalam kehidupan individu adalah konsekuensi dari tindakan, keputusan, dan

kemampuannya sendiri. Individu dengan orientasi kendali internal memandang adanya hubungan langsung antara perilaku dan konsekuensi, serta menempatkan tanggung jawab atas keberhasilan maupun kegagalan pada dirinya sendiri. Dalam penelitian ini, peneliti hanya memfokuskan pada dimensi *Internal Locus of Control*, karena dimensi ini mencerminkan keyakinan individu terhadap kemampuan, usaha, dan tanggung jawab pribadi dalam mengendalikan hasil hidupnya

WBP dengan *Internal Locus of Control* yang baik cenderung bersikap lebih optimis, mandiri, dan tidak mudah menyerah terhadap kondisi lingkungan yang menekan, sehingga lebih berpotensi mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal (Sari & Listiara, 2017). Selain itu, penelitian mengenai kehidupan narapidana menunjukkan bahwa tekanan akibat kehilangan kebebasan dan keterbatasan fasilitas dapat memengaruhi kondisi psikologis individu selama menjalani hukuman (Sykes, 2007). Oleh karena itu, *Internal Locus of Control* dipandang sebagai salah satu faktor penting dalam menjaga kesehatan mental, serta dapat membantu menghadapi keterbatasan dan tekanan selama menjalani masa pidana.

Berdasarkan uraian tersebut, permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *Internal Locus of Control* dengan kesejahteraan psikologis Warga Binaan Pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Semarang? Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Internal Locus of Control* dan kesejahteraan psikologis pada WBP perempuan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Semarang.

Peneliti mengajukan hipotesis: terdapat hubungan positif antara *Internal Locus of Control* dengan kesejahteraan psikologis WBP di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Semarang. Semakin tinggi tingkat *Internal Locus of Control* maka semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologis WBP di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Semarang.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel yang diteliti, yaitu *Internal Locus of Control* sebagai variabel bebas dan kesejahteraan psikologis sebagai variabel terikat. Pendekatan kuantitatif digunakan karena penelitian ini berfokus pada pengukuran variabel secara objektif serta pengujian hipotesis berdasarkan data numerik yang dianalisis menggunakan teknik statistik. Melalui pendekatan kuantitatif, hubungan antarvariabel dapat dianalisis secara sistematis dan menghasilkan kesimpulan yang dapat digeneralisasikan sesuai dengan karakteristik subjek penelitian.

Populasi dalam penelitian ini merupakan Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Semarang yang berjumlah 158 individu. Teknik pengambilan data menggunakan *purposive sampling* dengan menetapkan kriteria khusus yaitu tercatat sebagai WBP di LPP Semarang, berusia 20-65 tahun, dan masa tahanan minimal 2 tahun dan sudah menjalani hukuman setidaknya 1 tahun.

Prosedur pengumpulan data memegang peran penting dalam memastikan informasi yang diperoleh tersusun dengan baik dan memiliki ketepatan yang tinggi (Azwar, 2017). Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan dua skala psikologis, yaitu skala kesejahteraan psikologis dan skala internal locus of control. Skala kesejahteraan psikologis digunakan untuk menilai sejauh mana tingkat *psychological well-being* Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Semarang. Pengukuran dilakukan menggunakan versi pendek dari *Psychological Well-Being Scale* yang dikembangkan oleh Ryff, yang kemudian dialihbahasakan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Humaidah dan Mulyono (2025).

Adaptasi skala ini telah diuji menggunakan analisis faktor konfirmatori (*Confirmatory Factor Analysis/CFA*) dengan hasil menunjukkan model yang sesuai (RMSEA = 0,06) dan seluruh aitem memiliki nilai $t > 1,96$. Skala versi pendek ini terdiri dari 18 aitem yang disusun berdasarkan enam aspek kesejahteraan psikologis menurut Ryff (1989) yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*). Skala kesejahteraan psikologis ini memiliki empat pilihan jawaban dengan skor yang berbeda sesuai tipe pernyataan aitem berupa *favorable* atau *unfavorable*. Pada aitem *favorable*, skor yang diberikan yaitu: Sangat Sesuai (SS) = 4, Sesuai (S) = 3, Tidak Sesuai (TS) = 2, Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1. Sementara untuk skor *unfavorable* yaitu: Sangat Sesuai (SS) = 1, Sesuai (S) = 2, Tidak Sesuai (TS) = 3, Sangat Tidak Sesuai (STS) = 4.

Skala *Internal Locus of Control* digunakan untuk mengukur sejauh mana tingkat pengendalian diri internal pada WBP di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Semarang. Skala ini disusun oleh peneliti dengan berlandaskan pada aspek-aspek *Internal Locus of Control* yang dikemukakan oleh Levenson (1981). Aspek-aspek tersebut meliputi keyakinan individu terhadap kendali diri sendiri, tanggung jawab atas tindakan dan konsekuensinya, serta pengaruh kemampuan dan usaha pribadi dalam menentukan hasil yang diperoleh. Skala ini terdiri dari 24 aitem dan memiliki empat pilihan jawaban dengan skor yang berbeda sesuai tipe pernyataan aitem berupa *favorable* atau *unfavorable*. Pada aitem *favorable*, skor yang diberikan yaitu: Sangat Sesuai (SS) = 4, Sesuai (S) = 3, Tidak Sesuai (TS) = 2, Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1. Sementara untuk skor *unfavorable* yaitu: Sangat Sesuai (SS) = 1, Sesuai (S) = 2, Tidak Sesuai (TS) = 3, Sangat Tidak Sesuai (STS) = 4.

Selanjutnya peneliti melakukan uji coba (*try out*) kedua skala untuk menilai kualitas instrumen khususnya terkait kemampuan aitem dalam membedakan responden serta tingkat reliabilitasnya. Sebuah aitem dinilai memenuhi kriteria apabila mampu membedakan responden secara memadai yang dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi yang mencapai setidaknya 0,30. Pada penelitian ini, perhitungan koefisien korelasi dilakukan dengan SPSS ver. 25.0.

Hasil analisis daya beda aitem skala *Internal Locus of Control* didapatkan hasil nilai koefisien *Alpha Cronbach* sebesar 0.864, sehingga uji reliabilitas dalam penelitian

ini dapat dikategorikan reliabel. Hasil uji daya beda skala *Internal Locus of Control* menunjukkan bahwa instrumen ini memiliki tingkat keandalan yang baik. Melalui proses seleksi aitem berdasarkan daya pembeda ($\geq 0,300$) didapatkan hasil dari keseluruhan 24 aitem, sebanyak 19 aitem dinyatakan memenuhi kriteria dengan nilai yang berada pada rentang 0,314 hingga 0,750. Sementara itu, 5 aitem lainnya tergolong rendah karena memperoleh nilai di bawah 0,300 yaitu antara -0,154 hingga 0,277.

Hasil analisis daya beda aitem skala kesejahteraan psikologis didapatkan hasil nilai koefisien *Alpha Cronbach* sebesar 0.804, sehingga uji reliabilitas dalam penelitian ini dapat dikategorikan reliabel. Hasil seleksi aitem dari total 18 aitem yang memiliki daya beda tinggi ($\geq 0,300$) didapatkan sebanyak 13 aitem yang memenuhi kriteria, yaitu berkisar antara 0,353 hingga 0,580. Sedangkan 5 aitem lainnya memiliki daya beda rendah dengan skor di bawah 0,300 dengan rentang -0.154 hingga 0.269.

Data yang diperoleh dalam penelitian ini diolah menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menguji hipotesis penelitian serta mengetahui hubungan antara *Internal Locus of Control* dan kesejahteraan psikologis. Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis korelasi sebagaimana dijelaskan oleh Sugiyono (2013), yaitu teknik statistik yang digunakan untuk mengetahui derajat keeratan hubungan dan arah hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa bermaksud menunjukkan hubungan sebab-akibat. Teknik korelasi yang digunakan adalah *Pearson Product Moment*, yang bertujuan untuk mengetahui arah dan kekuatan hubungan antara kedua variabel penelitian. Seluruh proses analisis data dilakukan dengan bantuan program *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 25.0.

Sebelum melakukan uji penelitian, peneliti melakukan uji asumsi terlebih dahulu meliputi uji asumsi normalitas dan linearitas. Uji asumsi normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah distribusi data dalam penelitian bersifat normal atau tidak (Sugiyono, 2013). Proses pengujian menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* dengan SPSS ver. 25.0. data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansinya melebihi 0,05, sedangkan nilai di bawah 0,05 menunjukkan bahwa data tidak memenuhi asumsi normalitas. Sedangkan uji asumsi linearitas dilakukan untuk memastikan apakah variabel independen dan variabel dependen memiliki hubungan yang bersifat linear. Hubungan dinyatakan linear apabila nilai signifikansi memenuhi kriteria $p \leq 0,05$ (Sugiyono, 2013).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	Standar Deviasi	Test Statistik	Sig.	p	Ket.
Kesejahteraan Psikologis	38,76	5,444	0,089	0,198	<0,05	Normal
<i>Internal Locus of Control</i>	60,40	5,692	0,125	0,004	<0,05	Tidak Normal

Hasil uji normalitas kedua variabel dalam penelitian ini yaitu pada variabel dependen dalam hal ini kesejahteraan psikologis, memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,198. Nilai ini lebih besar dari 0,05, maka data pada variabel tersebut dapat dikatakan terdistribusi normal. Sebaliknya, variabel independen (*Internal Locus of Control*) memiliki nilai signifikansi 0,004 yang berada di bawah 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa data pada variabel independen ini tidak memenuhi asumsi normalitas.

Tabel 2. Hasil Uji Asumsi Linearitas

Variabel	Sum Of Squares	Mean Square	F	Sig
Kesejahteraan Psikologis <i>Locus of Control</i>	491.714	491.714	22.854	0,000

Hasil uji linearitas dalam penelitian ini menunjukkan F linear sebesar 22,854 dengan signifikansi 0,000 ($p \leq 0,05$). Temuan tersebut menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang linear.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Pearson Correlation	N	Sig
Kesejahteraan Psikologis <i>Locus of Control</i>	0,464	78	0,000

Pengujian hipotesis dilakukan dengan analisis korelasi Pearson melalui SPSS versi 25.0. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai $r_x = 0,464$ dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Koefisien korelasi tersebut bernilai positif yang menunjukkan bahwa kedua variabel bergerak dalam arah yang sama. Selain itu, besarnya korelasi berada pada kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa *Internal Locus of Control* memiliki hubungan yang cukup kuat dengan kesejahteraan psikologis. Maka dari itu, hipotesis penelitian dinyatakan diterima, yaitu terdapat hubungan positif yang signifikan antara *Internal Locus of Control* dengan kesejahteraan psikologis WBP di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Semarang.

Tabel 4. Hasil Uji Deskriptif Skala *Internal Locus of Control*

Norma	Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
$64,6 < x \leq 76$	Sangat Tinggi	17	21,8%
$53,2 < x \leq 64,6$	Tinggi	54	69,2%
$41,8 < x \leq 53,2$	Sedang	7	9,0%
$30,4 < x \leq 41,8$	Rendah	-	-
$19 \leq 30,4$	Sangat Rendah	-	-
Jumlah		78	100%

Berdasarkan hasil klasifikasi variabel *Internal Locus of Control* terdapat 17 individu (21,8%) termasuk dalam kategori sangat tinggi, 54 individu (69,2%) termasuk

dalam kategori tinggi, 7 individu (9,0%) masuk dalam kategori sedang, dan tidak terdapat individu yang memiliki kategori rendah hingga sangat rendah. Pada pengujian ini dapat terlihat bahwa rata-rata tingkat *Internal Locus of Control* pada WBP di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Semarang cenderung dalam kategori tinggi.

Tabel 5. Hasil Uji Deskriptif Skala Kesejahteraan Psikologis

Norma	Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
$44,2 < x \leq 52$	Sangat Tinggi	12	15,4%
$36,4 < x \leq 44,2$	Tinggi	42	53,8%
$28,6 < x \leq 36,4$	Sedang	23	29,5%
$20,8 < x \leq 28,6$	Rendah	1	1,3%
$13 \leq 20,8$	Sangat Rendah	-	-
Jumlah		78	100%

Pada variabel Kesejahteraan Psikologis terdapat 12 individu (15,4%) termasuk dalam kategori sangat tinggi, 42 individu (53,8%) termasuk dalam kategori tinggi, 23 individu (29,5%) masuk dalam kategori sedang, 1 individu (1,3%) termasuk dalam kategori rendah, dan tidak terdapat individu yang memiliki kategori sangat rendah. Pada pengujian ini dapat terlihat bahwa rata-rata tingkat kesejahteraan psikologis WBP di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Semarang cenderung dalam kategori tinggi

B. Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini adalah menguji hubungan antara *Internal Locus of Control* dengan kesejahteraan psikologis WBP di Lembaga Pemasarakatan Perempuan (LPP) Kelas IIA Semarang. Hasil pengolahan data menunjukkan bahwa koefisien korelasi gabungan memiliki nilai $r = 0,464$ dengan signifikansi $p < 0,001$ (lebih kecil dari 0,05). Temuan ini menegaskan bahwa hipotesis penelitian diterima, yakni terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *Internal Locus of Control* dan kesejahteraan psikologis WBP, dengan kata lain, semakin besar *tingkat Internal Locus of Control* yang dimiliki seorang WBP, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis yang mereka rasakan.

Secara teoritis, temuan penelitian ini konsisten dengan pandangan Rotter (1966), yang menyatakan bahwa individu dengan *Internal Locus of Control* percaya bahwa keberhasilan maupun kegagalan dalam hidup bergantung pada usaha serta tindakan mereka sendiri. Keyakinan tersebut mendorong individu untuk lebih bertanggung jawab, mampu memberi makna pada setiap pengalaman, dan memiliki ketahanan yang lebih baik ketika menghadapi tantangan. Teori Levenson (1981) juga mendukung hal ini, khususnya pada dimensi Internal, yang menegaskan bahwa seseorang dengan tingkat kontrol internal tinggi melihat dirinya sebagai faktor utama yang memengaruhi kejadian dalam hidupnya, bukan karena pengaruh luar seperti keberuntungan atau kendali orang lain. Individu cenderung memiliki keyakinan terhadap kendali diri sendiri, tanggung jawab atas tindakan dan konsekuensinya, serta pengaruh kemampuan dan usaha pribadi dalam menentukan hasil yang diperoleh.

Hasil penelitian ini juga selaras dengan teori Kesejahteraan psikologis dari Ryff (1989), yang menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis mencakup enam dimensi penting: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, *autonomy*, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Individu dengan kontrol diri internal yang kuat cenderung memiliki penilaian diri yang lebih positif, lebih otonom dalam mengambil keputusan, mampu mengendalikan lingkungan sekitar, serta memiliki tujuan hidup yang jelas. Kondisi ini sangat relevan bagi WBP, yang berada dalam situasi dengan keterbatasan fisik, kebebasan, dan tekanan psikologis.

Temuan ini menegaskan pentingnya peran *Internal Locus of Control* sebagai salah satu faktor psikologis yang mendukung kesejahteraan psikologis WBP. Upaya peningkatan kesejahteraan psikologis di lembaga pasyarakatan tidak hanya melalui perbaikan fasilitas fisik, tetapi juga dengan memperkuat aspek mental dan keyakinan diri individu agar mampu memaknai kehidupannya secara lebih positif dan produktif meskipun berada dalam keterbatasan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara *Internal Locus of Control* dan kesejahteraan psikologis pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) perempuan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Semarang. Temuan ini menunjukkan bahwa *Internal Locus of Control* memiliki keterkaitan dengan kondisi kesejahteraan psikologis WBP selama menjalani masa pidana.

Hasil penelitian juga mengindikasikan bahwa keyakinan individu terhadap kendali diri, tanggung jawab atas tindakan, serta usaha pribadi memiliki peran dalam membentuk kesejahteraan psikologis WBP. Kesejahteraan psikologis yang dimaksud mencakup aspek penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, *autonomy*, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi sebagaimana dikemukakan oleh Ryff (1989).

Internal Locus of Control dapat dipandang sebagai salah satu faktor psikologis yang perlu diperhatikan dalam proses pembinaan WBP di lembaga pasyarakatan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan program pembinaan yang tidak hanya berfokus pada aspek kemandirian dan keterampilan, tetapi juga pada penguatan aspek psikologis WBP.

Peneliti memberikan saran agar WBP perempuan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Semarang senantiasa mempertahankan dan mengembangkan *internal locus of control* dalam memaknai berbagai peristiwa kehidupan, karena sikap tersebut dapat mendorong refleksi diri, menumbuhkan orientasi positif terhadap perubahan ke arah yang lebih baik, serta membantu menjaga kesejahteraan psikologis pada tingkat yang adaptif. Selain itu, peneliti juga menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk memperluas kajian mengenai *internal locus of control*, mengingat keterbatasan literatur yang membahas variabel ini, dengan melibatkan subjek yang lebih

beragam, rentang usia yang lebih luas, serta penambahan variabel lain yang relevan guna memperkaya pengembangan keilmuan di bidang psikologi.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar. (2017). *Metode Penelitian Psikologi* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Bradburn, N. M. (1969). *The Structure of Psychological Well-Being*. Aldine Publishing Company.
- Ditjenpas. (2018). *Panduan Modul Pembinaan*.
<https://sdp.ditjenpas.go.id/panduan/PanduanModulPembinaan.html>
- Humaidah, A., & Mulyono, R. (2025). Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v7i1.7990>
- Huppert, F. A. (2009). Psychological Well-being: Evidence Regarding its Causes and Consequences. *Journal Compilation*, 1(2). <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- Levenson, H. (1981). Differentiating Among Internality, Powerful Others, and Chance. In *Research With Locus of Control Construct* (Vol. 1). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-443201-7.50006-3>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6).
- Sari, C. P., & Listiara, A. (2017). Hubungan antara Locus Pengendalian Internal dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru SMA Negeri di Kota Bogor. *Jurnal Empati*, 6(1).
- Subroto, M., & Witdodo, S. (2024). Dampak Stigma Sosial Terhadap Rehabilitasi Narapidana Perempuan di Lembaga Pemasyarakatan. *Ensiklopedia of Journal*, 7. <http://jurnal.ensiklopediaku.org>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sykes. (2007). *Society of Captives: A Study of a Maximum Security Prison*. Princeton University Press,. https://www.brown.edu/Departments/Economics/Faculty/Glenn_Loury/louryhome/page/teaching/Ec%20222/society%20of%20captives.pdf
- UU RI. (2022). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2022 Tentang Pemasyarakatan*. <https://share.google/xKBBLmmHqwoMOX9pN>